SDU
SIMON HØEGMARK
INSTITUT FOR PSYKOLOGI

VINATUR

Attentive Restoration Theory

Direkte opmærksomhed - Spontan opmærksomhed

Rachel and Stephen Kaplan
University of Michigan

Bymiljø og moderne liv (*din mobiltelefonen*):

- Overdreven brug af den direkte opmærksomhed
- Analyserer konstant om der er farer, rationelt tænkende

Natur:

- Plads til den spontane opmærksomhed
- Scanner naturen og mulighed for restitution af krop og hjerne

SIMON HØEGMARK
INSTITUT FOR PSYKOLOGI

VINATUR

NATURENS RIGE
WORKSHOP 2
SPONTAN OPMÆRKSOMHED

SIMON HØEGMARK

SIMON HØEGMARK
INSTITUT FOR PSYKOLOGI

Æstetisk Opmærksomhedsteori

Miljøpsykolog Roger Ulrich

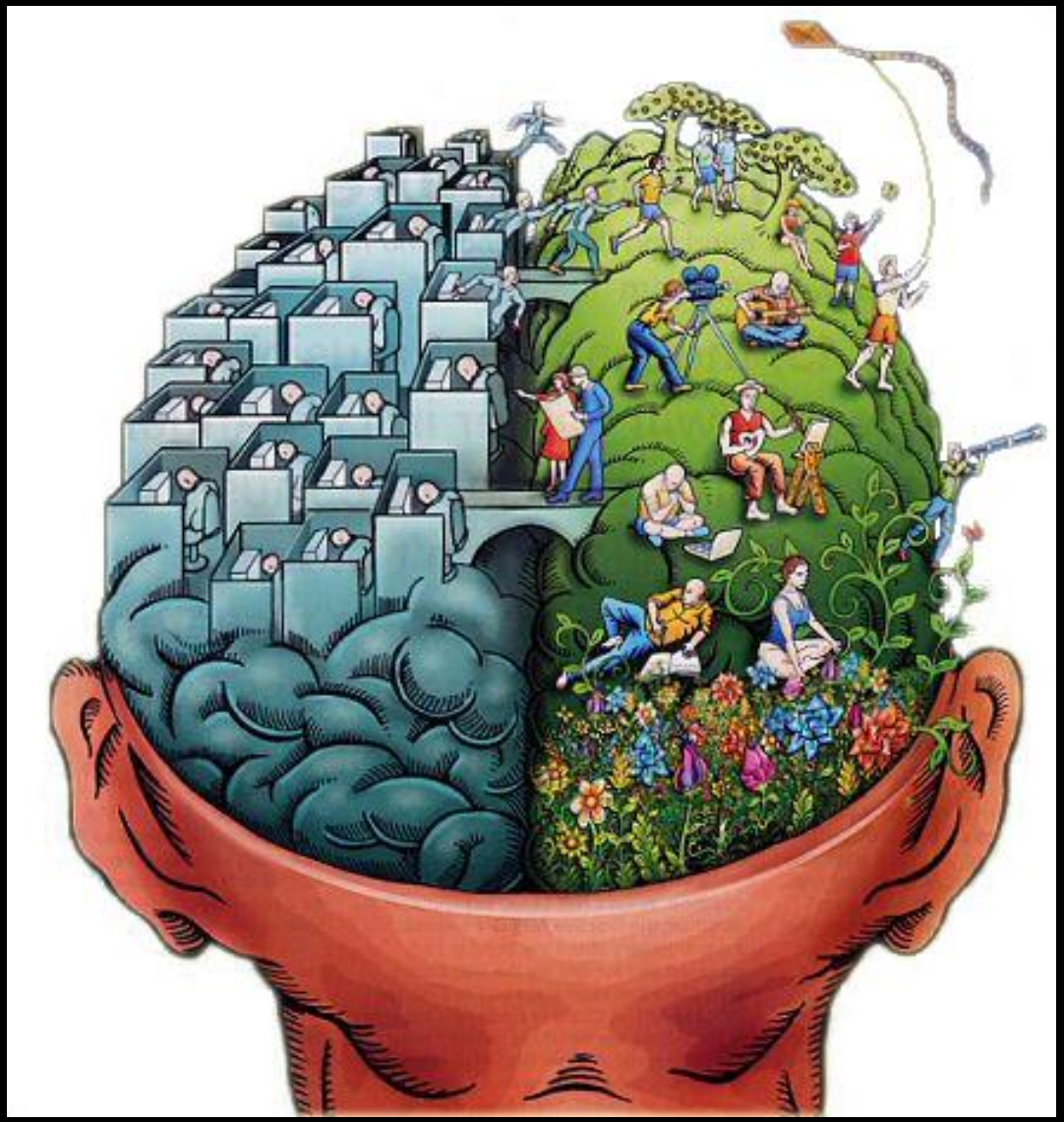
Chalmers University

VINATUR

- Følelsestyper: Positive: Glæde, interesse. Neutral: Forbavselse
- Negative: Frygt, bedrøvelse, væmmelse, skamfølelse, afsky og vrede

- Naturen bedømmer dig ikke

- Æstetik - brug af vores sanser hjælper os ned i kroppen og ud af hovedet

SIMON HØEGMARK
INSTITUT FOR PSYKOLOGI

VINATUR