

Průvodce klimatickou úzkostí: Jak zůstat klidný na zahřívající se planetě

6.9.2024 - | PROTEXT

Rádce pro „klimatickou generaci“ vysvětluje, proč a jak se musíme zbavit ekologické viny, odolávat vyhoření, pěstovat odolnost a zároveň se nepřestat v malých krocích zasazovat o klimatickou spravedlnost. Autorka s využitím mindfulness a kritického myšlení pomůže s identifikací pocitů spojených s environmentálními problémy, mapuje výzkumy vlivu klimatických změn na duševní zdraví. Rozbívá mýty, které často brání v aktivitě a vysvětluje také, že pocit viny, jedna z dominantních emocí mezi lidmi, jimž záleží na životním prostředí, je ve skutečnosti destruktivní a zbytečný.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/pruvodce-klimatickou-uzkosti-jak-zustat-klidny-na-zahrivajici-se-planete/2564409>