



**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ПОЛТАВСЬКА ПОЛІТЕХНІКА
ІМЕНІ ЮРІЯ КОНДРАТЮКА**

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

**76-ї НАУКОВОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ ПРОФЕСОРІВ,
ВИКЛАДАЧІВ, НАУКОВИХ ПРАЦІВНИКІВ,
АСПІРАНТІВ ТА СТУДЕНТІВ УНІВЕРСИТЕТУ**

ТОМ 1

14 травня – 23 травня 2024 р.

САДОТЕРАПІЯ ЯК ВАЖЛИВИЙ ІНСТРУМЕНТ РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ

Наші сади, парки, сквери – джерела екологічної та природної енергії, історичного та культурного потенціалу, рекреаційної, соціальної та економічної активності людей. Краса природи з її плавними окресленнями, спокійними формами крони рослин, природними абрисами берегової лінії річок, прибережними насадженнями, запашними травами та дзюрчаннями струмків – це ті художньо-естетичні якості ландшафтних територій, які надають нам ще й неймовірну естетичну насолоду.

Ландшафтні об'єкти – це місця нашого морального та фізичного відпочинку, здатні загоїти рани душі і тіла. Протягом століть так звані закриті сади пропонували прихисток як від потрясінь світу, так і від потрясінь розуму. Обгороджений сад випромінює тепло і затишок, стіни відбивають сонячні проміння, захищають від вітру й шуму.

Такі місця затишку, моральної та фізичної безпеки дуже важливі в житті людини, особливо тепер, коли в Україні війна докорінно порушила ці цінності й призвела до стресу з можливими важкими психологічними наслідками. Дослідження закордонних фахівців у галузі психіатрії, психології, архітектури, географії та інших сфер діяльності довели позитивний вплив природних компонентів на посттравматичні стресові розлади. Серед них – американський психіатр і психоаналітик *Harold Frederic Searles*, який помітив, що пацієнти, які пережили зрив, часто годинами дивляться на дерева й знаходять у них «дружбу», якої не отримаєш від людей» [1]. Британський географ *Jay Appleton* розвинув ландшафтну психологію, мериканська психологиня й експертка з травм *Judith Lewis Herman* вважає, що, безпечний закритий простір саду сам по собі є терапевтичним інструментом. *Roger Ulrich*, професор архітектури *Chalmers University of Technology* (Швеція), поклав початок дослідженню позитивного впливу природи на реакцію людини на стрес (серце, шкіра та м'язи). Американський психіатр та психоаналітик *Harold Searles* вважав, що наша здатність пізнавати глибокий сенс завдяки світу природи часто проявляється лише тоді, коли ми в кризі [1].

Література

1. Стюарт-Сміт, Сью. *Садотерапія. Як позбутися бур'янів у голові*. Київ: *Yakaboo Publishing*, 2024. 328 с.