

## **СЕКЦІЯ 4. «СУЧАСНИЙ СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ САДОВО-ПАРКОВОГО ГОСПОДАРСТВА»**

### **ПЕРСПЕКТИВИ СТВОРЕННЯ ТЕРАПЕВТИЧНИХ САДІВ В СУЧАСНИХ УМОВАХ**

**Альберт. О.І.**, гр 206-23м-01

Науковий керівник – канд. с.-г. наук, доц. **С.І. Познякова**  
Державний біотехнологічний університет

Створення терапевтичних садів дедалі набуває більшого значення у світовій практиці, завдяки їхньому позитивному впливу на фізичне та емоційне здоров'я людини. Терапевтичні сади являють собою спеціально спроектовані природні простори, спрямовані на відновлення та оздоровлення. Дослідження показують, що взаємодія з природою сприяє поліпшенню когнітивних функцій, зниженню рівня тривожності та депресії, а також прискоренню процесів реабілітації у людини.

Особливо актуальною ця тенденція стає й для України, де сучасні соціальні та екологічні виклики, включно з наслідками воєнних конфліктів та змінами в екології, потребують нових підходів до покращення стану здоров'я населення. В умовах значного психологічного напруження та зростання кількості посттравматичних розладів, терапевтичні сади можуть стати важливим елементом комплексної реабілітації, як для ветеранів, так і для цивільного населення.

Європейські країни вже тривалий час реалізують проекти з розробки та реконструкції терапевтичних садів, застосовуючи різні підходи для задоволення індивідуальних потреб людини. Ці простори можуть бути оформлені в різних стилях, від сучасного мінімалізму до класичних садів з історичними елементами. При створенні таких садів важливо враховувати різні ступені травм та захворювань: від людей, які потребують інтенсивної реабілітації, до тих, кому необхідний більш м'який і підтримуючий підхід до відновлення. Прикладами успішних терапевтичних садів у світі є кілька важливих проєктів. Один з них, Терапевтичний сад у Загребі, Хорватія. Цей сад допомагає пацієнтам відновлюватися як фізично, так і психологічно, поєднуючи природні елементи та сучасні ландшафтні рішення.

Сад сім'ї Олсон при дитячій лікарні в Сент-Луїсі, штат Міссурі. Він створений для підтримки дітей та їх родин, надаючи їм простір для відпочинку й зцілення.

Лікувальний сад центру підтримки воїнів у Сан-Антоніо, штат Техас. Цей проєкт, лауреат премії АНТА 2015 року, спрямований на допомогу солдатам та їхнім родинам у процесі фізичної та емоційної реабілітації.

Для створення терапевтичних садів в Україні варто орієнтуватися на зарубіжний досвід, де особлива увага приділяється комплексному підходу

до архітектурних і ландшафтних рішень. Ці рішення адаптовані для підтримки психологічного здоров'я відвідувачів, створюючи простори, які сприяють емоційному та фізичному відновленню, забезпечуючи гармонію між природними елементами і сучасними технологіями.

Метою нашої роботи є створення проєкту терапевтичного саду в Парку Машинобудівників, який розташований на вулиці Плеханівській, у безпосередній близькості від метро та державних лікарень. Територія Парку велика і потребує реконструкції (рис. 1).



Рисунок 1 – Парк Машинобудівників, м. Харків

Створення сучасного терапевтичного саду на території Парку Машинобудівників є актуальним як для сьогоднішнього, так і для майбутнього. Цей простір зможе слугувати місцем для відпочинку та відновлення, пропонуючи городянам можливість знизити рівень стресу та покращити психічний стан.

У рамках нашого проєкту ми плануємо створити унікальний простір, який буде мати всебічний вплив на сенсорні зони людини, використовуючи спеціально підібрані рослини. Основна мета цього простору – створення багатофункціонального терапевтичного середовища, в якому рослини будуть задіяні для стимуляції різних органів чуття, таких як зір, нюх та слух.

Рослини, які мають різне забарвлення квітів, листків, по-різному впливають на психіку людини, зокрема через здатність стимулювати певні функції мозку. Наприклад, рослини із помаранчевим кольором квітів, завдяки своїм яскравим пігментам, здатні покращувати настрій і активізувати творчі процеси. Такі красиво-квітучі рослини, як календула та настурція сприяють підвищенню креативного потенціалу та емоційної активності за рахунок свого позитивного візуального впливу, стимулюючи нейрональні зв'язки, пов'язані з емоційним піднесенням і продуктивністю.

Використання рослин із блакитними та фіолетовими відтінками мають заспокійливий і розслаблюючий ефект, створюючи атмосферу гармонії та внутрішнього балансу. Бузок звичайний, гортензія крупнолиста, лаванда знижують рівень стресу, завдяки впливу на лімбічну систему мозку, відповідальну за регуляцію емоційного стану. Рослини із червоним та рожевим забарвленням квітів, навпаки, чинять активізуючий вплив на центральну нервову систему. Барбарис Тунберга та ехінацея пурпурова мають стимулюючі властивості, які сприяють активації фізичних та психічних процесів, зокрема підвищенню мотивації та працездатності.

Для стимуляції мозку через запах, в нашому проєкті ми вирішили використати рослини з заспокійливим ароматом. Зокрема, було обрано такі види: як липа дрібнолиста, бузок звичайний, лаванда, жасмін та троянди. Ці рослини давно відомі своїм приємним ароматом та лікувальною дією.

Для стимуляції слухового сприйняття ми обрали рослини, здатні створювати заспокійливі природні звуки, які позитивно впливають на психоемоційний стан людини. До таких видів належать, спірея японська, горобина звичайна, овес посівний, безсмертник піщаний. Ці рослини створюють природний звуковий ландшафт, що сприяє зануренню у стан спокою, активізуючи природні процеси відновлення через слухові канали.

Створення штучного водного об'єкта, такого як фонтан, є важливим елементом у формуванні гармонійного середовища, яке вдало поєднується з обраними рослинами. Взаємодія звуків води із природними звуками рослин, такими як шелест листя дерев та трав, формує комплексний звуковий ландшафт, який підсилює терапевтичний ефект простору.

Звуки води, мають значний вплив на психофізіологічний стан людини. Вони функціонують як природний генератор білого шуму, сприяючи зниженню рівня стресу, покращенню концентрації та спричиняючи розслаблюючий ефект. Наукові дослідження підтверджують, що звукові вібрації води стимулюють парасимпатичну нервову систему, зменшують тривожність і сприяють підвищенню когнітивної продуктивності.

Створення терапевтичного саду в парку, що поєднує рослинні композиції різних кольорів, заспокійливі аромати трав та природні звуки, формує простір, здатний позитивно впливати на психофізіологічний стан людини. Такий сад знижує рівень стресу, підвищує когнітивні функції та сприяє емоційному відновленню.

Масштабне впровадження терапевтичних садів в Україні може мати значний соціальний ефект, покращуючи загальний стан здоров'я населення та знижуючи рівень психічних розладів. Ці сади можуть стати важливим елементом урбаністичного ландшафту та сприяти підвищенню якості життя населення у містах.