

ЛАНДШАФТНОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ И ДИЗАЙН

УДК 712.00:615.851

РОЛЬ ЛАНДШАФТОТЕРАПИИ В РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ С ОВЗ (НА ПРИМЕРЕ ГУ «МОЛОДЕЧНЕНСКИЙ СОЦИАЛЬНЫЙ ПАНСИОНАТ «ТЁПЛЫЙ ДОМ»)

А.В. Гурский, 4 курс

Научный руководитель – О.Н. Минюк, к.сх.н., доцент
Полесский государственный университет

Ландшафтотерапия представляет собой метод курортной терапии, основанный на оздоровительном воздействии природных пейзажей и дозированных прогулок. Как направление психотерапии, метод опирается на психоэмоциональное влияние ландшафта и целебное взаимодействие с природой. Исследования подтверждают, что контакт с природной средой снижает уровень тревожности, минимизирует стрессовые состояния и нормализует артериальное давление. Эстетическая выразительность ландшафта способствует получению положительных эмоций, умиротворению и восстановлению душевного равновесия [1].

Исторически научное обоснование лечебных свойств ландшафта относится к 1885 г., когда немецкий врач М. Й. Эртель предложил методику терренкура, включающую пешие прогулки и созерцание природы [2]. Всемирная организация здравоохранения характеризует стресс как «эпидемию XXI века», отмечая, что 75% расходов на здравоохранение связано с хроническими заболеваниями, этиологически связанными со стрессом. Природная среда способствует восстановлению физического, когнитивного и эмоционального баланса [3]. Метаанализ исследований демонстрирует, что пребывание на природе облегчает симптомы психических заболеваний, причем положительный эффект наблюдается уже через 10 минут [4].

Механизмы воздействия и организация среды «Садовая терапия» реализуется через пассивные (прогулки) и активные (садоводческие мероприятия) формы взаимодействия. Терапевтический эффект достигается посредством вовлечения сенсорных систем: осязания (текстура растений), обоняния (аромасады) и зрительного восприятия. В 2005 г. в Японии была утверждена квалификационная система «садовод-терапевт», определяющая данную деятельность как поддержку благополучия пациентов через садоводство [5].

Важным элементом терапевтического ландшафта является движущаяся вода (фонтаны, ручьи), создающая динамику в замкнутом пространстве. Среда для лиц с ОВЗ должна соответствовать требованиям безопасности и доступности [6]. Необходимо исключить ядовитые и опасные растения.

Проведен комплексный анализ территории пансионата «Тёплый дом». Составлены опорный план и инвентаризационная ведомость. Выявлено, что существующие насаждения, включая яблоневый сад, требуют обновления вследствие возраста и недостаточного ассортимента, не соответствующего задачам ландшафтотерапии.

Предлагаемые мероприятия, направленные на создание ландшафта, предназначенного для лиц с ОВЗ:

1. В качестве зоны тихого отдыха будет создан аромасад с компактной планировкой, защищённая от ветра площадка с радиальным размещением посадок. Состав высаживаемых растений подобран таким образом, чтобы обеспечить непрерывное цветение в течении всего вегетационного периода.

2. Зона активной рекреации будет представлена в виде терренкура на месте яблоневого сада подлежащего реконструкции. Данная зона позволит создавать дозированные кардионагрузки и визуальную стимуляцию.

3. Водный объект, локализованный в парадной зоне, имеющей прямую видимость и легкодоступность. Устройство источника с водяными течениями создаёт акустические эффекты и динамику.

4. Зона трудотерапии (модернизированный огород) позволит высаживать неприхотливые овощные, пряные, ягодные культуры, безопасные при контакте.

Территорию проектирования необходимо оснастить малыми архитектурными формами, такими как: скамьи для отдыха, пандусы, поручни на перепадах высот, освещение маршрутов, указательные таблички с дублированием информации шрифтом Брайля, тактильные направляющие полосы, перилла. Данные решения позволят создать безопасную и инклюзивную среду.

Подбор дендрофлоры осуществляется с учетом безопасности, разнообразия морфологических признаков и устойчивости к антропогенным воздействиям. Обязательно включение хвойных пород в количестве $\geq 30\%$ от всего объема растений для обеспечения декоративности в зимний период и фитонцидной активности.

Грамотное благоустройство трансформирует территорию в инструмент социальной адаптации. Усовершенствованное пространство благоприятно влияет на психическое и физическое здоровье лиц с ОВЗ, персонала и посетителей пансионата.

Список использованных источников

1. Трофимова, М. П. Влияние ландшафтов на здоровье человека / М. П. Трофимова // Междунар. журн. гуманитарных и естественных наук. – 2019. – № 5–4.
2. Ландшафтотерапия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Ландшафтотерапия>. – Дата доступа: 21.03.2026.
3. Kurisu, H. Japanese Gardens in the Modern World // Brooklyn Botanic Garden's Japanese-Style Gardens handbook. – 2015.
4. Effects of Nature Therapy on Mental Health [Электронный ресурс] // Ecopsychology. – 2023. – Режим доступа: <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1089/eco.2023.0063>. – Дата доступа: 22.03.2026.
5. Jiang, S. The Healing Japanese Garden // Frontiers of Architectural Research. – 2018. – Vol. 3, № 2.
6. ТКП 45-3.02-318-2018 «Среда обитания для физически ослабленных лиц. Строительные нормы проектирования» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.novopolotsk.by/attach/architect/tpk-45-3.02-318-2018.pdf>. – Дата доступа: 08.04.2026.