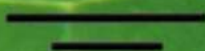




Зелёный журнал



2018



Выпуск № 4

Зеленый журнал – бюллетень ботанического сада
Тверского государственного университета,
Green journal – Bulletin of the Botanical Garden
of Tver State University:
Научный журнал / гл. ред. Ю.В. Наумцев.
Выпуск 4. Тверь: 2018 г., 84 с.

Учредитель: Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Тверской государственный университет»
170100 Россия, г. Тверь, ул. Желябова, 33
(4822) 525318. E-mail: garden@tversu.ru

Свидетельство о регистрации Средства массовой
информации ЭЛ No ФС77-58706 от 21 июля 2014 г.,
выдано Федеральной службой
по надзору в сфере связи, информационных технологий
и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

12+

ОТ РЕДАКТОРА

Дорогие наши друзья и коллеги!

Сад счастлив представить Вам очередной – четвертый выпуск «Зеленого журнала».

Хотя скорее этот Выпуск «вне очередной»), но от этого он нам не менее дорог, а скорее наоборот. Ведь его появление инициировано не только Садам, но и группой авторов, которые в своей жизни уделяют внимание ее самым сокровенным проявлениям. Как определить общее направление статей, которые в этом Выпуске Зеленого журнала представили авторы из Москвы, Кировска, Санкт-Петербурга, Еревана?! Ведь термины «садовая терапия», «ландшафтная-арт-терапия», «эко-арт-терапия» знакомы и, одновременно, не знакомы сотрудникам российских ботанических садов, а также российским ботаникам, биологам, экологам. Несмотря на то, что уже не один десяток лет практика, так называемой садовой терапии используется и совершенствуется по всему миру, в России подобные методики практически не применяются. А если и применяются, то чаще всего в качестве некоего подобия «трудотерапии на земле» для отвлечения и успокоения, а то и для назидания. Поэтому, мы можем с уверенностью заявлять, что статьи, которые Вы будете читать в этом Выпуске «Зеленого журнала» определенно инновационны.

Общее направление статей этого Выпуска мы определили бы как стремление не только познакомить Вас с методиками и результатами исследований в области садовой, ландшафтной и экологической терапии. Мы надеемся, что Вы почувствуете потрясающую актуальность и широчайшую междисциплинарную амплитуду, определяющие все возрастающую необходимость разработки и реализации подобных исследований, методик и проектов. Для ботанических садов это целый «параллельный» мир, в котором люди могут практически «раствориться» в пока еще окружающей нас живой природе и осознать ее ценность и хрупкость. Методы садовой, ландшафтной и экологической терапии при использовании их в работе ботанических садов открывают не только новые горизонты, они позволяют глубоко затронуть чувственно-эмоциональный мир людей. Разбудить эмоции и чувства людей для понимания, познания и принятия мира живой природы. Мы надеемся, что несмотря на примеры того, что в настоящий момент методы садовой, ландшафтной и экологической терапии чаще всего используются при общении и работе с целевыми группами людей, которые имеют специфические проблемы по здоровью, Вы осознаете, что эти методы незаменимы, а скорее, просто необходимы к использованию для всех людей, проживающих на урбанизированных территориях.

Мы горды тем, что многие методики и проекты в области садовой, ландшафтной и экологической терапии были апробированы, а целый ряд впервые в практике ботанических садов реализован в нашем любимом Ботаническом саду Тверского государственного университета. Мы искренне благодарны всем, кто инициировал, поддерживал, развивал и развивает подобные исследования и проектные инициативы. Отдельное спасибо мы хотели бы сказать Благотворительному фонду «Добрый мир», в сотрудничестве с которым Сад реализовал множество уникальных инициатив в этом направлении и Лилии Шарафиевой, для которой работа с области ландшафтной арт-терапии стала частью жизни. Во многом, благодаря инициативе Лилии Шарафиевой появился и этот Выпуск Зеленого журнала. Мы благодарим Лилию и всех авторов, которые доверили нам транслировать их мысли и опыт для Вас, друзья.

Не сомневаемся, Вам будем интересно, даже очень интересно читать статьи в этом Выпуске.

Лично от себя могу только еще пожелать Вам вот что – не торопитесь, прислушивайтесь к себе, постарайтесь за незнакомыми иногда терминами рассмотреть эмоционально-чувственный контекст и глубину содержания статей и мыслей авторов.

Искренне Ваш, Юрий Наумцев.

ОПЫТ РЕАЛИЗАЦИИ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА К ЭКО-АРТ-ТЕРАПИИ В НОЦ БОТАНИЧЕСКИЙ САД ТвГУ

Л.Р. Шарафиева

Московский государственный технический университет им. Н.Э. Баумана,
кафедра ландшафтной архитектуры и садово-паркового строительства
eco.art.studiya@gmail.com

В статье представлен опыт реализации системного подхода к эко-арт-терапии в НОЦ Ботанический сад ТвГУ. Предложены принципы разработки эко-арт-терапевтических программ, рассмотрены основные формы сотворчества человека и природы, ключевые метафоры для создания новых практик и структура занятий. Описаны примеры из индивидуальной, семейной, групповой и социальной практики эко-арт-терапии: индивидуальная работа с природными материалами, опыт инклюзивного погружения для детей с расстройствами аутистического спектра, формы организации и проведения семейных событий. На основе полученного опыта выделены инновационные формы включения детей с особенностями развития в социальную общность: арт-терапевтическая гостиная, сотворчество с обычными детьми и ландшафтный театр.

Ключевые слова: эко-арт-терапия, дети с расстройствами аутистического спектра, семейные события, ключевые метафоры, арт-терапевтический ландшафт, ботанический сад.

Введение

Эко-арт-терапия как подход, основанный на субъект-порождающем взаимодействии человека и природы, согласно В.И. Панову [15, С.187] с необходимостью предполагает пространство совместного бытия и системный подход к созданию рефлексивно-активных сред, исследованных В.Е. Лепским [11]. Так как основой концепции является взаимодействие, то процесс эко-арт-терапии предполагает постепенное движение от личного, индивидуального пространства к пространству семьи, группы, организации и социальной общности. Ибо индивидуальная работа не может быть достаточно эффективной там, где необходимо адаптация и интеграция людей в социальную общность. А наиболее востребована подобная системная работа теми людьми, которые испытывают наибольшие сложности во взаимодействии с обществом. Поэтому в данной статье будет представлен опыт реализации системного подхода к эко-арт-терапии в Научно-образовательном центре Ботанический сад ТвГУ с семьями, воспитывающими детей с расстройствами аутистического спектра.

Теоретические положения

Согласно данному нами рабочему определению, эко-арт-терапия – это исцеляющая практика развития экологического сознания и экологичного образа жизни, основанная на субъект – порождающем взаимодействии человека и разных уровней социальной общности с природной средой средствами искусства.

В практике эко-арт-терапии, мы руководствуемся тем, что природа сама создает условия для совершенствования системы взаимоотношений с человеком, в которых при поддержке эко-арт-терапевта возможен плавный переход на новые уровни субъект-порождающего взаимодействия. Одновременно происходит и постепенная реализация таких функций терапии как адаптация клиента (личности или группы) к природным условиям, переживание чувства безопасности и доверия к природе, фасилитация природой состояния клиента, невербальная поддержка и возможность увидеть в природе собственное отражение, осознание и организация личностного пространства, восстановление и мобилизация ресурсов.

Представим ключевые моменты нашей концепции:

1. Эко-арт-терапия – это новый подход в терапии, основанный на чувственном телесном опыте, связанном с землей и опосредованном системой вложенных в него символических значений. Эффективность эко-арт-терапии связана с доверием внутреннему чувству направления и процессом символизации среды, обусловленных мозговой активностью, готовностью к восприятию даже самых слабых сигналов среды и составлению мысленной карты ландшафта, наряду с особенностями эмоциональной саморегуляции.

2. Цель эко-арт-терапии – становление субъект-порождающего взаимодействия внутренней природы человека с внешней природой как гармоничное взаимодействие части, дополняющей и обогащающей целое, с необходимостью учитывающее циклический характер данного взаимодействия – чередование открытости и закрытости в отношениях с миром.

3. Ресурсы эко-арт-терапии в совершенствовании восприятия и снижения порога чувствительности к сигналам среды; во взаимодействии и осмыслении композиционной структуры природной и архитектурно-ландшафтной среды; в применении различных видов, формы и содержания стихийной и управляемой социальной активности и взаимодействия людей и сообществ, а также в учете иерархии потребностей.

4. Содержание процесса эко-арт-терапии и формы организации терапевтического ландшафта необходимо соотносить с уровнями становления субъект-порождающего взаимодействия: непосредственно-чувственным и эмоционально-, знаково-, личностно- и духовно-опосредованным уровнями.

5. Особенно значимой для успеха эко-арт-терапии является субъективно переживаемая участниками процесса пульсация пространства: сдвиг пространственно-символической системы координат. Способность в небольшом пространстве инсталляции отразить пространство своего внутреннего мира и сопоставить его с внешне наблюдаемыми и осмысляемыми природными и культурными ландшафтами.

6. Диагностическая функция эко-арт-терапии реализуется благодаря неосознаваемому проявлению человеком во взаимодействии со средой особенностей своих взаимоотношений с другими людьми. Развивающая, коррекционная и терапевтическая функции эко-арт-терапии осуществляются благодаря такому свойству символов среды как эмоциональная наполненность и способность к передаче ценностей.

7. Создание ситуации для удивления как эмоции, обладающей способностью извлекать информацию, поощрять саморефлексию и активизировать взаимодействие с миром.

Предложенная концепция эко-арт-терапии является основой для разработки конкретных практик и предполагает:

- включение в процесс эко-арт-терапии различных уровней построения движений;
- осознание человеком различных характеристик репрезентации ландшафта и обращение к его саногенному потенциалу;
- постепенный переход от простого к более сложным уровням эмоциональной саморегуляции и сотворчества с природой;
- рефлексию своих взаимоотношений с природой и процесса взаимодействия с ней;
- коррекцию самоотношения и системы отношений в парной и групповой практике при взаимодействии с природными материалами в разных ландшафтных условиях;
- проработку глубинных переживаний человека и духовного опыта при обращении к деятельности творческого понимания природы;
- субъект-порождающее взаимодействие человека и природы и расширение системы взаимоотношений с природной средой: от камушков и травинки к экосистемам сада, леса, поля и планеты в целом.

Содержание эко-арт-терапевтической работы и используемых практик основано на концепции системной арт-терапии, разработанной А.И. Копытиным и реализуемой в различных программах, согласно которой «Выделяя изобразительную деятельность в качестве ведущего инструмента самовыражения и коммуникации клиента, эко-арт-терапия признает своим адресатом не только человека, но и окружающую среду, культурный ландшафт, живую экосистему» [6, 7, 8, 9].

Знакомство с истоками и современными формами осуществления сотворчества человека и природы в работах М.Е. Бурно [3], Р. Бергера [1], В.Р. Кейсельмана [5], А.И. Копытина и Б. Корт [7, 8, 9], Н.В. Лапчинской [10], А. Минделла [12] и специалистов Иркутского ботанического сада [16] позволяет нам сделать следующие выводы:

1. Истоки сотворчества человека и природы весьма многообразны и связаны с древними целительскими практиками, созданием святилищ и ритуалов в сочетании с невербальной экспрессией; фольклором и народными традициями; практикой паломничества и совместных прогулок, сопровождающихся творческой деятельностью; деятельностью монастырей и созданием психиатрических клиник в живописных ландшафтах.

2. Одной из исторически сформировавшихся гармоничных форм сотворчества человека и природы является создание садов как идеального мира их взаимоотношений. Бытие сада с человеком осуществляется одновременно в нескольких контекстах: «действующая» книга, обучающая среда, счастливое окружение и синтез искусств, воздействие на все органы чувств и условие духовной жизни, являясь отражением своего создателя.

3. Разнообразие форм определяется их принадлежностью к искусству: реди-мейд, творчество аутсайдеров, лэнд-арт и к психологической практике: эколого-психологический тренинг, экспериментальные тренинги на природе, авторская технология формирования экосознания путем расширения самосознания, садовая терапия, терапия средой, терапия творческим самовыражением, природная терапия, эко- и ландшафтная арт-терапия.

4. Отличием представленных подходов друг от друга является признание феномена субъектности природы и позиция человека: субъект – наблюдатель, пассивный и деятель. Субъект-деятель может выступать как субъект самовыражения, субъект преобразования и субъект творческого понимания.

5. В качестве других значимых характеристик выделены: символообразование как основа коммуникации, обращение к искусству как мосту между мирами; групповая динамика; взаимная зеркальность человека и природы, переживаемая в синхронизмах; возможность рефрейминга; тройной резонанс; развитие сензитивности к знакам природы и ее «полевым эффектам»; чувственный телесный опыт общения с природой.

6. Особенности сотворчества человека и природы как процесса можно полагать: включение собственного тела, целостность и полимодальность восприятия, видение креативного потенциала природы: материала, инструментов, энергии места-ситуации; понимание сущности природы и энергии земли посредством творчества; проживание и выражение состояния трансформации в природе; обучение в диалоге.

7. В качестве возможных критериев оценки совместного творения человека и природы выступают: способность вместить в себя каждого и резонанс, полимодальность воздействия, радость и самооценность, многозначность и синтез искусств, мета-текст для сообщества, осуществление красоты, способность к порождению новых текстов и контекстов.

Опираясь на разработанную концепцию эко-арт-терапии и известных форм творческого взаимодействия человека с природой и практик развития экологического сознания, нами были предложены и апробированы практики, основанные на 5 ключевых метафорах, связанных с уровнями развития восприятия природы, построения движений, эмоциональной саморегуляции и отношений с природным пространством:

- «Зеркало Сада души» обращает к ценностям человека, возможностям, которые за ними скрыты в жизни человека через призму пространства, времени, событий, отношений и образа Я в контексте взаимодействия с природой;

- «Дары природы» проявляют барьеры и ресурсы взаимодействия с внутренней природой и внешней природой человека, преобразуют ограничения в возможности и интегрируют субличности в целостный образ Я;

- «Путь» помогает осмыслить пространство своей жизни, опорные территории и трансформируемые участки; пути развития, заданные сообществом и путь, избранный человеком, места пересечения индивидуального и социального, фокусные точки и границы, которые человек выстраивает между собой и миром;

- «Дом и этажи сада» исследует самоотношение человека, его место и роль в сообществе, принятие собственной самооценки и экоидентичности;

- «Сад и Садовник/ Садовница» интегрирует полученный опыт эко-арт-терапии и способствует принятию клиентом ответственности за себя, пространство своей жизни и экосистему места проживания.

Опыт реализации подобных практик в индивидуальной, семейной, групповой и социальной сфере был представлен в авторских публикациях [17, 18, 19].

Описание практики эко-арт-терапии в НОЦ Ботанический сад ТвГУ

Исходя из представленных выше теоретических положений и авторской концепции эко-арт-терапии, нами был осуществлен системный подход к эко-арт-терапии на базе НОЦ Ботанический сад ТвГУ. Особенностью данного подхода является постепенное переключение каждого ребенка и его семьи с формата индивидуальных и семейных консультаций в групповые и социальные практики: переход от занятий в мини-группе к участию в семейных событиях, затрагивающих социальную общность и обеспечивающих комфортное взаимодействие как с нейротипичными детьми и семей, воспитывающих детей с особенностями развития.

Эко-арт-терапия с семьями и сообществами в условиях Ботанического сада осуществлялась в течение 3-х лет с 2012 по 2015 год. Инициатором проекта помощи детям с расстройствами аутистического спектра посредством садовой терапии выступил региональный благотворительный фонд «Добрый мир». Таким образом, благодаря инициативе Фонда и сотрудничеству Сада во взаимодействия со специалистами - психологами возникла идея эко-арт-терапевтической программы для семей детей с расстройствами аутистического спектра. Желая помочь семьям занять более активную жизненную и социальную позицию, и включить родителей во взаимодействие с детьми и с природным ландшафтом мы осуществили идею создания арт-терапевтического ландшафта.

Арт-терапевтический ландшафт – это среда, организованная сообществом специалистов совместно с клиентами – семьями, проживающими на данной территории и ресурсами местного сообщества, с созданием ландшафтных арт-объектов, включением их в среду жизнедеятельности семьи и программой терапевтического взаимодействия с опорой на природный и культурный ландшафт места. Таким местом для реализации нашей программы стал Ботанический сад Тверского государственного университета. В данном контексте была разработана программа эко-арт-терапевтических занятий для семей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра. Основная цель программы: безопасное включение семьи в более широкий социальный контекст на основе гармоничного взаимодействия с природным ландшафтом и обращения к его саногенному потенциалу.

С учетом особенностей семей-участниц программа допускала различные формы реализации:

- самостоятельное движение в семье при минимальном дистанционном сопровождении специалистом;

- индивидуальная работа семьи со специалистом;
- групповые занятия с ведущим программы;
- групповые занятия без ведущего по принципу самоорганизации семей.

В ходе реализации программы происходил постепенный переход родителей и детей из роли пассивных участников в роль активных помощников: начиная от самостоятельного приобретения материалов, сначала участия, а потом и помощи в проведении семейных праздников - событий в Саду. До организации выставок, привнесения своих творческих идей на занятия, самостоятельной постановке спектаклей для гостей сада и участия в обучающих программах для специалистов, помощи семьям из других районов Тверской области. По итогам программы стал возможен переход к интеграционным формам занятий с участием обычных детей.

Разнообразие используемых техник позволило найти свой ключ к каждому ребенку. Так мальчик с РАС, после занятий с использованием музыкальной импровизации стал самостоятельно импровизировать на музыкальных инструментах. Подросток, с преобладающим интересом к различным формам двигательной активности – танцевать, девочка с РАС 16 лет – выбирать интересные активно участвовать в фототерапии (изначально она убегала уже при виде фотоаппарата).

Лейтмотив программы – обретение осознанного отношения к себе, другим людям и природной среде. Поэтому на каждой встрече мы приглашаем детей и родителей, в начале и в конце, заглядывать в «окошки настроения» (простейшие формы самодиагностики). А также вести карту наблюдения и придерживаться структуры занятия, дающие ребенку с РАС ощущение безопасности и устойчивости среды взаимодействия при постоянной смене мест, объектов и веществ из которых они состоят, событий. Также перед каждой встречей мы представляем образный путеводитель с символами последовательности событий, что помогает детям лучше ориентироваться и сохранять внимание на процессе.

Структура занятий по программе, в целом, соответствует общим рекомендациям по организации занятий ландшафтной арт-терапией, предложенным Александром Копытиным и Беверли Корт [8], адаптированным к условиям Ботанического сада.

1. Путеводитель встречи – создание настроения на встречу и предстоящие события, постановка личных задач.
2. «Окошки настроения» – установление контакта с самим собой, осознание своего состояния, состояния партнера (родителя/ ребенка) и других участников группы.
3. История ландшафта – погружение в тему с помощью метафор и обыгрывания истории.
4. Демо-эксперимент – проживание темы в действии, наблюдение за изменениями в человеке, других представителях природы и среды их обитания.
5. Игра – разминка – эмоциональный разогрев и осознание актуального уровня эмоциональной регуляции перед выходом в ландшафт.
6. Садовые тропинки – стимуляция порождающего восприятия с помощью эко-арт-тропы и активизация ассоциативного мышления с помощью метафоры Пути.
7. Встреча с ландшафтом – установление творческих взаимоотношений с природной средой, поиск себя в ней (метафора Зеркала) и созидательная деятельность (метафора Сада и Садовника)
8. Сотворчество - дальнейшая художественная работа с использованием найденных объектов и материалов, применением иных модальностей, создание образа темы и отражение полученного опыта с последующим его включением в природную среду (метафора Даров природы)
9. Возвращение к «Окошкам настроения»– осознание произошедших изменений, возможность сравнения себя «до и после».

10. Круг впечатлений – предоставление возможности обмена опытом с другими участниками, расширения представлений об опыте и выражения к нему как собственного отношения, так и отношения других.

11. Обращение к «Карте наблюдений» – осознание родителями опыта ребенка, развитие внимания к его проявлениям и выявление зон ближайшего развития.

12. Пауза самопознания – домашнее задание для родителей по рефлексии себя и своего ребенка.

Формальные компоненты структуры, и содержание встречи обеспечивают единство восприятия всей встречи и деятельности участников в ее процессе.

Далее представим описание практики эко-арт-терапии на различных уровнях социальной общности: индивидуальном, семейном и групповом, социальном.

Описание индивидуальной работы.

Пример 1. *Индивидуальная практика с девушкой 17 лет, с диагнозом «задержка психомоторного и психоречевого развития на фоне органического поражения головного мозга».* Мама девочки обратилась с просьбой помочь в развитии мелкой моторики, ручной деятельности и, особенно, в социализации дочери: развитии самостоятельности, способности совершать выбор, представлять свою точку зрения, общаться с другими людьми, быть в обществе с другими.

В процессе занятий, были созданы условия для контакта девушки с природной средой Сада и разнообразием текстур растений и других поверхностей, прежде всего на непосредственно-чувственном уровне, чтобы активизировать с одной стороны моторику рук, физический обмен со средой, а с другой стороны пробудить общее желание устанавливать новые контакты и отношения со средой, с самой собой и с другими людьми, преодолеть страх перед такими контактами.

Для решения данных задач, была избрана стратегия постепенного расширения сферы отношений личности подростка: от установления взаимоотношений с самой собой к отношениям с отдельными представителями природы, диадным отношениям с другими людьми, в малой арт-терапевтической группе, в организации – с сотрудниками сада и библиотеки (местах, где проходили занятия) и в сообществе – участии в организации и проведении семейного события в Ботаническом саду для жителей г. Твери. Работа с девочкой проводилась с 18.09.2015 до 20.12.2015. Всего было проведено 24 занятия, включая подготовку к семейному событию «Живая елочка» и непосредственное участие в нем. Из них 20 занятий были в индивидуальном формате с периодичностью 2 раза в неделю по 2 акад. часа, 16 из которых проходили в ландшафте Сада.

В процессе индивидуальной практики были отмечены такие особенности взаимоотношений девочки с природой как: страх соприкосновения с живой поверхностью дерева, цветка, травы, мха, камня, земли и глины, страх передвижения с закрытыми глазами, скованность движений, зажатость и небольшой, стереотипный двигательный репертуар. Она сразу вся сморщивалась в лице, напрягалась всем телом и отдергивала руку, не успев соприкоснуться с материалом. Минимальные представления о природе и минимальный опыт взаимодействия с ней. Наряду с этим практически отсутствовали навыки какой-либо творческой деятельности и страх перед ручной работой. Также низкая самооценка, которая при малейшей неудаче проявлялось в высказываниях: «.. простите, извините, совсем дура я, у меня не получится ничего, я не смогу».

Тогда была использована модель эко-арт-тропы с модулями в виде небольших контейнеров в закрытом помещении, с возможностью вымыть руки после контакта с субъективно неприятным материалом, самостоятельно выбрать очередность контакта с разными поверхностями и неограниченность времени на взаимодействие. Показательной стала работа с глиной, которая во влажном виде вызывала у девушки особое неприятие. В процессе одного из занятий, после контакта с достаточно структурированными поверхностями, на очереди остался контейнер с глиной. Сначала девушка молча пыталась

показать, что она не хочет контактировать с материалом, затем она решила попробовать установить контакт с глиной. Она протягивала руку к глине, вся сморщивалась, напрягая тело и с искаженной мимикой лица быстро отдергивала руку, даже не дотронувшись до самого контейнера, затем пробовала дотрагиваться до контейнера кончиком пальца и зажмуривая глаза, потом задерживая руку над поверхностью глины, не касаясь ее. Это процесс проходил при доброжелательной невербальной поддержке с моей стороны, с сохранением глазного контакта и позиции невмешательства. И через некоторое время процесс установления контакта с материалом успешно завершился: девушка быстро опустила палец в глину и вытащила его с улыбкой на лице. Через несколько занятий, включавших практику взаимодействия с моделью эко-арт-тропы в закрытом помещении, чередующуюся с путешествиями по сенсорным, словесно структурированным маршрутам Сада, во время очередной встречи девушка смогла полностью погрузить руки в глину, со словами «Смотри, я смогла!». При этом она уже достаточно легко создавала простые композиции из природных материалов, контактируя с почвой при посадке растений в своем мини-садишке (на первом занятии контакт с почвой вызывал полное неприятие) и выразила желание стать садоводом. Данный процесс наглядно представлен на рисунке 1.



Рис. 1. Пример индивидуальной практики работы с глиной.

В процессе эко-арт-терапии нами были отслежены изменения во всех значимых для семьи направлениях: улучшение самоотношения, отношения к природе, другим людям и творческой деятельности и соответственно констатировались навыки взаимодействия с собой, с природой, с другими людьми и навыки творческой деятельности.

Развитие опыта творческой деятельности: создание мини-сада с посадкой луковичных, создание коллажей из природных материалов, танцевальные импровизации и пластические этюды с передачей образов движений стимулировали творческую активность девочки; создание вкусного сада, сопровождавшейся сильной эмоциональной реакцией по поводу вторичности утилитарного назначения («зачем же из продуктов делать, их же можно кушать») привело к размыванию шаблонов и изменению стереотипов, способствуя развитию художественного взгляда на мир. Подобный опыт был ярко представлен в форме Соулколлага из природных материалов с выделением фигуры и фона на закрытой мини-выставке для сотрудников сада, каждый из которых дал девочке обратную связь в подкреплении ее способности творить. А совмещение творческой деятельности и взаимодействия с природой родило высказывание: «Я хочу быть садоводом».

Новый опыт отношения к себе и общения с другими людьми привел к тому, что девочка проговорила: «В школе я чувствовала себя плохо, меня там обзывали и считали душой. А здесь мне хорошо, меня любят, общаются со мной, хотят дружить». Потрясенная девочка для каждого участника группы сделала самодельные музыкальные инструменты и целый набор из них для мальчика в группе, которого она встретила первым, а он поздоровался с ней, спросил, как ее зовут, проявил внимание к ее личности. Девочка приняла активное участие в творческой импровизации по сказке «Живая елочка» и комфортно себя чувствовала в главной роли, оказавшись в центре внимания совершенно незнакомых людей (около 50 человек), а затем с удовольствием включалась в общие игры (см. Рисунок 2). Результат данной практики достаточно иллюстрирует обратная связь от девочки и ее мамы (без редакции):

«Природа в Ботаническом саду напоминает лес, Мадагаскар. Очень хорошо, что я учусь у Лили. На занятиях я чувствую себя хорошо, но немного устаю. Я научилась все делать, общаться, дружить» - *Лера, 16 лет.*

«Лера стала взрослеть. Стала более развитая, самостоятельная, общительная, зрелая. Расширился словарный запас, кругозор. Перестала стесняться. Может теперь сама подойти к кому-нибудь с вопросом, например в магазине к продавцу или в библиотеке обратиться к сотрудникам. Перестала замыкаться дома. Может озвучить свое мнение. Хочет быть самостоятельной, сама все делает. Хочет быть первой» - *Елена (мама Леры), 42 года.*

Семейная и групповая практика ЛАТ.

В течение трех лет работы, в программе с участием детей с РАС на постоянной основе принимали участие около 12-ти семей. Одна группа семей занималась 2 раза в неделю в будние дни, а другая группа 1 раз в неделю в выходные. Некоторые семьи с более младшими детьми, занимались по программе как индивидуально, так и периодически включаясь в занятия группы с более старшими детьми. Длительность групповых занятий составляла примерно 1,5 часа.

Подробно данный опыт описан в авторской статье, написанной в соавторстве с директором Ботанического сада, Ю.В. Наумцевым [13].

В данной статье мы кратко представим примеры, иллюстрирующие опыт инклюзивной программы из 10 встреч с участием семей детей с РАС и нейротипичных детей. Состав группы включал в себя: двух детей с РАС (подростки 13 и 17 лет) с мамами и двух девочек без выраженных особенностей развития (7 и 9 лет). Местом проведения погружения стали Ботанический сад ТвГУ и природные ландшафты сельской местности, освоены участниками на протяжении прошлых лет.

Пример 2: история с проживанием – метафора Этажей леса

Во время встречи «Сад как пространство отношений» в процессе индивидуальной работы с подростком 17 лет мы обратились к метафоре «Этажи леса». После того как была рассказана история об «Этажах леса», подростку было предложено расселить обитателей леса по этажам в соответствии с их местом обитания. Для этого был использован лист бумаги, разделенный на 5 полос (5 ярусов леса) и картинки с представителями каждого яруса (характерных для нашего леса и в большинстве встречающихся в нашем саду): растений, насекомых, птиц и зверей. После того как при поддержке мамы подросток расселил всех по этажам, мы вместе попробовали ответить на вопросы, что любит каждый лесной житель, что для него важно. С небольшими затруднениями (так как у подростка преобладает наглядно-действенное мышление и недостаточно конкретных знаний о лесе) были выявлены ценности каждого обитателя, а затем совершена прогулка в Сад, в поиске места – жилища для каждого из них. В момент, когда подросток определялся с жилищем, ему было предложено изобразить хозяина жилища в движении. Это путешествие в поисках мест обитания проходило без участия мамы, что оказалось весьма значимым для проявления самостоятельности. Обычно, этот подросток выполняет

задания, ориентируясь на маму или подражая за кем-либо. А в этом путешествии он проявлял самостоятельность, сам совершал выбор и находил собственные способы выражения, представленные в его прошлом опыте. Возможностями в осмыслении себя и системы отношений, которые эта история предоставляет взрослым, мы уже кратко делились в примерах работы с метафорой Этажи леса [19, С.509].

Пример 2: демо-эксперимент «Образы запахов»

На встрече «Сад ароматов» мы экспериментировали с запахами, исследуя особенности восприятия и образы, которые с ними связаны. Были использованы ароматические масла лимона, абрикоса, мандарина, сандала, эвкалипта, фиалки, вербены, земляники, нероли, гвоздики, мирта и лавра. Для игр с запахами капельку каждого масла наносили на ватные шарики. Сначала дети и взрослые знакомились с различными ароматами, выстраивали последовательности из запахов, от самого приятного к неприятному, определяли связанные с ними эмоции и учились их различать. Ребенок закрывал глаза, а взрослый подносил к его носу по очереди 2 шарика с запахами и просил назвать их. Для начала брались запахи, резко отличающиеся друг от друга. Если ребенок справлялся с заданием, то затем ему предлагалось отгадать похожие запахи. Целью такого эксперимента была активизация обоняния и непосредственно-чувственного уровня восприятия с одной стороны, а с другой – стимуляция эмоциональной сферы, которая по данным некоторых исследований непосредственно связана с обонянием. На следующем этапе дети выбирали два запаха: наиболее и наименее предпочитаемые. Например, одна из участниц предпочла запах лимона и отвергла запах сандала. А выбрав, пробовали с помощью цвета и линий создать образ этих запахов, что оказалось достаточно сложной задачей даже для здоровых детей (детям было сложно абстрагироваться от названия запаха: если запах лимона, значит, рисуем лимон). Однако при повторении опыта с той же девочкой, через два месяца, уже в другой модальности – работе со звуками, мы обнаружили значительные улучшения в ее способности изображать явления, недоступные осязанию. Возможно, об этих изменениях можно говорить как об одном из результатов погружения.

Пример 3: игра – разминка «Ветер и листья»

Во время встречи «Путевые ориентиры» разминкой стала игра «Ветер и листья». Задачей игры было дать участникам возможность почувствовать себя природным явлением, которое может само управлять событиями (роль ветра) и почувствовать себя теми, кем управляют другие, задавая направление движения. Девочки достаточно легко справлялись с ролью ветра (дуть на листья, направляя их в разные стороны), но с трудом включались в игру, когда роль ветра доставалась мальчикам. Ибо мальчики не сразу понимали, что от них требуется, с трудом брали на себя роль ведущего и проявляли пассивность. Одному мальчику-подростку с РАС на помощь пришла мама, и они вместе играли роль ветра. Пока эта роль оказалась доступной для него только путем подражания за взрослым. Второй мальчик справился с ролью сам, но выполнял ее достаточно вяло, задавая неопределенные направления, так что остальным участникам не всегда было понятно, куда и как двигаться. Игра помогла выявить слабые стороны и одновременно стала обучающим опытом, необходимым для развития.

Пример 4: эко-арт-тропа «Прикосновение»

Эко-арт-тропой может быть как специально оборудованная дорожка с разными наполнителями, так и маршрут, самостоятельно прокладываемый в природной среде с тем, чтобы получить желаемое количество сенсорных впечатлений. На встрече «Зеркало человека» наши семьи выбрали второй вариант и отправились в природную среду за тактильными впечатлениями, чтобы компенсировать перегрузку зрительного канала. Опыт взаимодействия с живой природой помог снять накопившееся напряжение. После путешествия дети и родители пребывали в состоянии расслабленной концентрации, обращая внимание на нюансы ландшафта, которые не замечали долгое время.

Одновременно с этим родители глубже прожили роль проводника, которую они выполняют для своих детей в социальном мире.

Пример 5: сотворчество в ландшафте - «Тайный Сад».

На протяжении нескольких встреч погружения дети вместе с родителями создавали «Тайный сад» (в форме макета из бумаги). На завершающей встрече каждая семья нашла в общем Саду место для своего Тайного сада (см. рис. 2). У девочек они оказались в укромных местах – в приствольных кругах деревьев рядом друг с другом. Мальчишки тоже расположили свои сады рядом друг с другом, но на открытой площадке, выложенной плиткой. При поиске своего места в пространстве наибольшую активность проявила девочка 9-ти лет. Девочка помладше в выборе места скорее следовала за старшей подругой, чем своему направлению, но при этом смогла четко мотивировать его. Подростки мужского пола проявили очень слабую активность и выбрали место рядом с тем, где они выполняли предыдущее задание. Когда все определились с местом, то мы отправились в путешествие по садам. Встречая гостей, хозяин Сада проводил небольшую экскурсию по нему, показывал достопримечательности и делился своими ощущениями от сада и места, в котором он находится. Эта практика выявила особенности личного пространства каждого и отношение к пространству других людей, включенность каждого в сообщество и в общее поле природы.



Рис. 2. Практика работы инклюзивной группы

Первый опыт совместного погружения в эко-арт-терапию детей с разным уровнем развития показал:

1. Организация такой практики в малой группе должна быть очень бережной по отношению ко всем участникам: детям с разными потребностями нужна направляющая помощь взрослого, чтобы научиться учитывать особенности друг друга. Например, говорить спокойно, потому что другой тяжело переносит громкие звуки, учитывать границы личного пространства, уметь соблюдать или наоборот, сокращать дистанцию (первые встречи и те, и другие дети пугали и пугались некоторыми особенностями своего поведения). Речь идет об особенностях взаимодействия именно в малой группе, в связи с возникновением более короткой дистанции, длительностью и частотой воздействия: предыдущий опыт взаимодействия детей с РАС в более широком социальном контексте (например, активное участие в семейных событиях в Саду с численностью гостей до 50-150 человек) таких затруднений не выявил.

2. Для развития диалога между детьми необходимо обращать внимание на их взаиморасположение в пространстве. Эффект может дать даже простое перемещение детей: на завершающей встрече для парной работы мы посадили детей так, чтобы рядом оказались здоровый ребенок и ребенок с РАС, которые уже адаптировались к присутствию друг друга в общем пространстве. Это явилось огромным стимулом для развития их взаимоотношений и сотрудничества (до этого дети были рядом, но ориентировались только на более привычного и подобного себе партнера: подросток с РАС на такого же подростка, а девочки друг на друга). Стоит помнить и о наличии общей цели деятельности, интересной и посильной для каждого.

3. Природная среда как целое является идеальным посредником, помогающим выстраивать гармоничные взаимоотношения между совершенно разными людьми, снимая напряжение и обращая внимание на жизненность, открытость и вариативность развития экосистемы.

4. Практика эко-арт-терапии при ее постоянном и систематичном характере, обеспечивает условия для развития необходимых качеств и навыков всем детям, независимо от выраженных особенностей восприятия, поведения и мышления.

5. Выбор техник эко-арт-терапии и их эффективность обусловлены уровнем осознанности клиента. Одни и те же истории, сенсорный опыт или выход в ландшафт могут работать как на непосредственно-чувственном уровне с детьми, так и на духовно-опосредованном с их родителями. Видимая и осязаемая сторона опыта с помощью природных метафор может воздействовать и на другие сферы бытия, так же как посаженное в землю семя прорастает без нашего видимого участия в его пробуждении.

Описание социальной практики эко-арт-терапии

Обращение к эко-арт-терапии как способу интеграции семей с особыми детьми в социальную общность проходила в два этапа:

1 этап. Ориентировочный.

За период с 23.03.2012 по 28.12.2012 года нами были проведено около 8-ми семейных интеграционных событий. По итогам событий в процесс социальной интеграции были включены около двухсот семей, которые:

- получили опыт осознанного проживания и активной деятельности в различных формах сотворчества с детьми;
- были включены в совместные (семьи с особыми детьми и с условно-здоровыми детьми) события, где каждый смог почувствовать себя полноценным участником;
- прожили опыт позитивного самоотношения и толерантности к семьям с особым ребенком.
- избрали сотрудничество внутри семьи и между разными семьями.

Описание семейных событий 1-го этапа:

Семейные события проводились нами в различных природных и культурных ландшафтах: в Городском саду и Ботаническом саду ТвГУ, в Тверской областной библиотеке и на прилегающей к ней территории, во дворце культуры и в библиотеке г.Торжок.

Первым праздником, на который были приглашены участники проекта - дети с РАС и их родители, был календарный праздник в Ботаническом саду «Под музыку капли». Дети под впечатлением народных костюмов, необычного пения и хороводов активно включились во взаимодействие с незнакомыми людьми, а один ребенок нашел в себе смелость выйти в центр круга и показать свои движения для повтора другими.

Следующим событием стал арт-мастерская «В каждом из нас – ребенок». Событие было связано с днем защиты детей и проводилось в городском саду. Благодаря этому оно вызвало интерес у посетителей сада, которые присоединялись к созданию инсталляций. Во время события после небольшой настройки ведущих и знакомства участников,

проведенного в игровой форме, было предложено создать инсталляции из природных и искусственных материалов. По итогам многие родители давали позитивную обратную связь и выражали дальнейшую готовность участвовать в подобных событиях.

Семейное событие «Семейная игротека» проводилось на территории областной библиотеки, как в помещении, так и на улице. В событии участвовала самобытная детская писательница, которая представила для ролевого проигрывания сюжеты из своей книги. На основе данных сюжетов дети с родителями создавали свои визуальные нарративы и композиции из оригами. В конце события дети с родителями осваивали хороводные практики, играли в подвижные игры, включающие в себя тесный контакт друг с другом, что сопровождалось эмоциями радости и удовольствия.

Совместно с НОЦ арт-педагогике ТвГУ в Ботаническом саду в контексте события «Музыка, ожившая в цветах» была проведена арт-терапевтическая мастерская «Сад души». Каждый участник события чувствовал себя здесь в безопасности, дети рисовали как в паре с родителями, так и сами по себе, увлеченные творческим процессом самовыражения на фоне цветущего ландшафта, наполнявшего всех особым вдохновением и энергией.

Арт-педагогическое событие «Уроки Доверия» проходило во Дворце культуры в преддверии первого сентября. В рамках события были проведены мастер-классы с использованием песочной терапии (аналогом песка стала манная крупа), танцевальной и музыкальной импровизации с участием заслуженного педагога – скрипача Степана Ованесовича Мильтоняна. В песочницах у семей была возможность создать реальный и идеальный образ своих взаимоотношений, используя разнообразные игрушки. В условиях неравного числа участников и песочниц возникали спонтанные группы, в которые объединялись семьи, сначала выстраивающие границы в одной песочнице, а потом начинающие взаимодействовать друг с другом. Создавая общую песочную историю, семьи оказывались непосредственно включенными в процесс социальной интеграции, формируя новые взаимоотношения и вырабатывая свои стратегии.

Анализ этих событий показал, что творческая атмосфера, работа с необычными материалами и поддерживающая среда специалистов сами по себе являются мощными факторами позитивного воздействия, снятия страха у родителей перед выходом в общество с особым ребенком и успешного включения в социальное взаимодействие.

2 этап. Деятельностный.

На данном этапе с 15.02.2014 по 22.12.2016 года социальная практика семейных событий перешла непосредственно в ландшафт, на территорию Ботанического сада и стала соотноситься с природным календарным циклом.

Создание Праздника, СоБытия в жизни другого человека и в живом пространстве Природы - это искусство? Помогает ли это искусство проявить заботу о благополучии природы, повысить уровень экологического сознания и возможности человека к адаптации, помогая ему найти свое место в сообществе и в природе?

Праздник - это всегда некоторая мистерия, пробуждающая чувства, будоражащая эмоции, облегчающая взаимодействие совершенно незнакомых людей друг с другом, а впоследствии приводящая к маленьким и/или большим открытиям, переосмыслению себя и других, своего отношения к миру. И создание атмосферы, погружающей в эту мистирию, как *«способ духовной самореализации человека посредством чувственно-выразительных средств (звука, пластики тела, рисунка, слова, цвета, света, природного материала и т.д.)»*- согласно словарям и есть искусство. Обращаясь к первой части определения, мы проверяем себя и задаем вопрос - являются ли семейные события в Саду способом творческой и духовной самореализации для ведущих, друзей Сада, детей, участвовавших в сотворении этого события в качестве его соведущих и их родителей, помогавших найти яркие формы выражения общей идеи? Положительный ответ на

данный вопрос и послужил основой для осуществления событий – праздников для участников эко-арт-терапии.

Представим описание наиболее характерных из данных событий, используя информацию о них, представленную на сайте Ботанического сада ТвГУ (<http://garden.tversu.ru>):

«Солнечная премьера»:

Это семейное событие было посвящено дню весеннего равноденствия как Дню Земли. Дню, празднование которого оставило след во многих традиционных культурах. Для проведения праздника была разработана программа, основанная на традициях и мифологии: это и музыкальная импровизация в кругу всех гостей сада, пришедших на праздник, и лепка птичек-жаворонков из соленого теста, создание славянской народной куклы «Птицы-радость» и болгарских кукол-мартиничек из ниток, ткани и подручного материала, и создание весеннего настроения в образах ведущих праздника. Характерной чертой события было активное включение и самообразование волонтеров, проводивших мастер-классы. Обычные ребята – студенты предварительно сами изучили традиции и техники создания народных символов весны, а затем знакомили с ними всех гостей Сада – обычные семьи, решившие принять в нем участие и семьи, воспитывающие детей с особенностями развития. Важно было отметить, что некоторые участники мастер-класса сделав кукол сами, оставались около ведущих и помогали новым семьям, передавая полученные навыки. Радость встречи людей друг с другом и атмосфера праздника в пространстве пробуждающейся весенней природы захватило людей на столько, что в мастер-классах принимали участие и совсем маленькие дети с мамами и папы с детками в слинге, и бабушки, и дедушки. А интерес был таким, что даже горячий чай с баранками из дымящегося самовара в этот холодный день остался на этот раз без особого внимания!

Таким образом, в этом семейном событии была реализована система взаимодействия, подобная расширяющимся кругам на воде: автор программы и инициатор идеи – команда благотворительного фонда, обеспечивающая событие ресурсами (материалами и волонтерами) – команда волонтеров, обученная проведению мастер-классов – семьи, воспитывающие детей с особенностями развития и обычные семьи от детей с малышками в слингах до пожилых людей – пространство и пробуждающаяся природа ботанического сада. Как результат – расширение количества и качества социальных контактов каждой семьи, погружение в традиции общения с природой в разных культурах, освоение навыков рукотворчества и умение делиться ими с другими, радостная атмосфера и внимание к изменениям в природе, к уменьшению барьеров между людьми и природой.

«Восточный ветер. Фестиваль восточных искусств» привнес в жизнь Сада и его гостей настроение настоящего Востока, познакомив с традициями звездного фестиваля Танабата. Театральной импровизацией на тему легенды появления традиции фестиваля Танабата и начался наш праздник в Саду. Вместе с нашими волонтерами в спектакле и в постановке театра теней приняли участие родители и дети с расстройствами аутистического спектра. В процессе подготовки спектакля обычные дети со своими социально-психологическими сложностями и дети с особенностями развития со своими родителями погружались в атмосферу события в ходе индивидуальных и групповых занятий по отдельности, на мастер-классах по созданию японских фонариков и кукол «дарума», играя в театр теней. А затем объединили свои усилия в одном общем театрализованном действии.

Во время события каждый в Саду смог погрузиться в яркий мир искусства танца, чайной церемонии, сочинения хокку и каллиграфии, японского рисунка, оригами, создания японских кукол из бумаги и валяния кукол – талисманов из шерсти. Вместе наши семьи свалили японскую куклу-даруму, исполняющую желания, согласно традициям фестиваля. «Большие и маленькие гости нашего Фестиваля писали свои пожелания на шелковых лентах и развешивали их на шестах на звездном мосту. Столько

цветных лент – столько искренних пожеланий и просьб. Взрослые просили – машины и денег, дети просили игрушки и новых друзей)). Кто-то просил большой шарик, а кто-то пожелал стать палеонтологом))! Просили вдохновения, путешествий и свободы. Просили здоровья и счастья детям и родным. «Хочу, чтобы выздоровела моя бабушка» - такие трогательные слова писали дети на своих лентах желаний. Просили мира! Пожеланий о мире было больше всего. Просили мира и в Донбассе. ...Были в Саду на Фестивале и гости из Японии. ... Приятно было видеть улыбки и радость на лицах гостей из Японии и слышать слова о том, что в далекой Твери они почувствовали легкий свежий ветер своей далекой родины. Свои пожелания они писали по-японски, но их улыбки были понятны без слов».

Особенностью данного события было объединение мастеров, владеющих тем или иным искусством и готовым щедро поделиться им с другими. Желание погрузить гостей сада в общую атмосферу искусства и культуру отдельных стран. Результат - творческое вдохновение участников события, которые подходили к организаторам и ведущим со своими идеями, выражали желание провести свои мастер-классы и поделиться своими умениями с другими людьми. Каждый из гостей Сада смог найти близкое ему искусство и погрузиться в него, открыв в себе новые творческие возможности. В этом событии в полной мере раскрылся огромный социальный и культурный потенциал эко-арт-терапии, объединивший людей разного возраста, разных культур и с разными интересами идеей красоты и любви к миру.

«Дары юных художников»:

«Особое место среди друзей нашего Сада занимают дети, которые всегда приходят в Сад со своими Дарами. Дары – это искренние улыбки, залиvistый детский смех, бережная забота о растениях, чьим домом является Сад, участие в жизни старожилов (уход за многолетними растениями) и обустройство квартир (скворечников) для новоселов. Одним из таких творческих подарков стала выставка работ юных художников студии изобразительного искусства «Зебра». Благодаря юным «зебрятам» в творческой гостиной Сада распустились яркие осенние букеты и подсолнухи, выросли необычные деревья «Дерево жизни» и «Дерево – планета птиц», в гости к Флоре залетела колибри, а за ней собака и кошки, лошадь и грустная потеряшка, осенняя мама и забавные дети. Благодаря творчеству в атмосфере Сада состоялся виртуальный диалог: у наших детей с расстройствами аутистического спектра была возможность выбрать любую понравившуюся работу и декорировать паспарту для нее листьями, собранными во время прогулки по осеннему Саду. Так потихоньку два мира одновременно таких похожих и разных смогли соприкоснуться друг с другом. Удивительно, но все дети – участники этого диалога выбрали для общения работы, полные ярких и теплых красок, что еще раз доказывает: мир особых детей, «детей дождя», несмотря на все их поведенческие особенности, сложности с пониманием и выражением эмоций, также полон теплоты и желаний ярких красок, а не холоден и чужд людям, как это представляют некоторые распространенные мифы.

Может быть, и это есть самый настоящий Дар детей Саду: объединять вокруг него разных детей и взрослых, особенных и не очень, всех, кто способен чувствовать живую Красоту мира, делиться ей и открывать ее в себе, в людях, в природе?»

«Живая елочка»

На этом событии, в преддверии Нового года и в канун зимнего солнцестояния нам удалось обратить погрузить участников в живой мир природы и культуры. Создание каждого образа, будь то лесные деревья, Хозяин леса, звери и птицы, девочки из русской народной сказки и Пряничный домик, Карачун и Мара-Моревна, карельский Талвиукко и его подруга Маририка, персонажи сказки о Снежной королеве, было сопряжено с художественным поиском формы и цвета, меткого слова и созвучного ландшафта, задействовали внутренний потенциал участников. Эти образы помогли гостям праздника взглянуть на мир чуточку иначе, раскрыть свои чувства, проявить эмоции, задуматься о

мире Природы и о ее роли в жизни человека, а также почувствовать родство с ней, разделить свои переживания и стать ближе к другим людям, более внимательным и чутким к их миру со всеми его особенностями, почувствовать себя частью сообщества, которое творит чудеса своими руками. Обратная связь от участников утвердила нас в верности выбранной формы и эмоциональной значимости содержания события. Вот чем поделилась одна из мам, участниц события, воспитывающая ребенка с РАС: *«сегодня наши дети участвовали в доступной для них сказке и они действительно были вместе с обычными детьми вовлечены в общее действие. Дети, пришедшие на Праздник, с удовольствием погружались в образы животных сказки и мы вместе со всеми родителями и детьми были как одно целое. Доброжелательная атмосфера, созданная шутками и прибаутками карельского Деда Мороза и его помощницы, создавала ощущение легкости и доступности для всех, радости и объединения людей. Для нас это было очень важно»*. И еще радостно сияющие глаза девочки-подростка с небольшой задержкой развития. Во время индивидуальных и групповых занятий, при подготовке к событию, девочка грустно поделилась, что в школе ее все называли уродиной (мама потом поделилась фактом, что ее еще и избивали старшие дети, и это в коррекционной школе!), а с нами она чувствует себя совсем по-другому. И вот на праздничной поляне звучит сказка о маленькой Елочке, которую не принимали взрослые деревья, но приходит Хозяин леса и назначает ее зимней царицей. А Елочка продолжает радовать всех в зимние холода, когда все лиственные деревья лишены своей красоты. Это сказка о многих и для многих, о принятии и прощении, Красоте и Доброте, о нас всех со всеми нашими достоинствами и недостатками. Сказка, возвращающая уверенность в себе, принятие своего места в мире и знакомящая детей с жизнью леса через живые эмоции и сказочное действие (см. рис. 3). И в завершении Праздника, звучит фраза девочки, которая звонит маме и говорит: *«Мама, Ты можешь гордиться мной! У меня все получилось!!!»*. И потом она же дарит всем своим новым друзьям старательно приготовленные подарки - самодельные музыкальные инструменты.



Рис. 3. Практика семейных событий. Живая елочка. Театрализация.

А ведь еще были подростки, которые смогли самоорганизоваться, провести мастер-классы для всех при незначительной поддержке взрослых на этапе подготовки, а до этого преодолеть сомнения, стеснение, страх оказаться непонятым в глазах родных и друзей. Но по итогам звучала фраза: *«Когда следующий праздник? Мы придем и готовы помочь еще»*. Вот одно из решений многих вопросов по социализации и мирной направленности кипучей подростковой энергии, переменчивым настроениям и желаниям быть

востребованным в обществе. А еще это живая инклюзия для детей с разными особенностями и их родителей в безопасной и экологически привлекательной, эмоционально насыщенной и благоприятной для развития и взаимодействия среде, которую очень сложно организовать в формальных социальных институтах, подобных детскому саду или школе (см. рис. 4).



Рис. 4. Практика семейных событий. Живая елочка. Путешествие в сказку.

Завершая описание практики апробации эко-арт-терапии в Ботаническом саду ТвГУ, мы хотим коротко затронуть способы вхождения семей в более широкий социальный контекст и работу с сообществами.

Помимо уже привычных для нас форм включения семей особенных детей в социальное пространство посредством семейных событий в пространстве Ботанического сада ТвГУ, мы выявили несколько необычных форм подобной работы.

1. Участие семей детей с РАС в работе арт-терапевтической гостиной.

Два года подряд, мы с нашими семьями при поддержке волонтеров, реализовывали идею арт-терапевтической гостиной в небольшом выставочном пространстве Ботанического сада, сроком на месяц. Содержание такой гостиной включало в себя сюжетную фотовыставку с фотографиями детей с РАС и их семей в соответствии с сюжетом выбранного за основу художественного произведения, творческие работы нейротипичных детей, текстильный дизайн интерьера и флористические композиции, воссоздающие атмосферу сюжета, материалы для арт-терапевтического взаимодействия в созданном пространстве (см. рис. 5). Во время работы выставки в гостиную мог прийти любой желающий и погрузиться в ее атмосферу. Таким образом, типичные представители местного сообщества могли соприкоснуться с неведомым для них миром, почувствовать его особенности и потребности и в то же время получить ценный арт-терапевтический опыт. Но как оказалось опыт участия в работе такой гостиной имеет еще большую ценность для родителей детей с РАС. Многие из них только благодаря выставке узнали о том, какой путь прошли другие семьи и смогли поделиться своим бесценным опытом, впервые озвучить глубинные переживания и тревоги, почувствовать общность друг с другом, проявить чуткое внимание к жизни другой семьи и посмотреть на свою жизнь с позиции наблюдателя. словно в этом пространстве искусство и среда обитания сами приходят к ним на помощь, они начинают говорить и поддерживать диалог с миром, несущим исцеление их душам.



Рис. 5. Арт-терапевтическая гостиная. Маленький принц.

2. Привлечение нейротипичных детей с творческим потенциалом к СоТворчеству в воплощении арт-терапевтического ландшафта.

Участие детей с реализованным творческим потенциалом в воплощении арт-терапевтического ландшафта происходит посредством создания творческих работ по теме выставки. Это возможность их собственного развития, осознания своих взаимоотношений с природной средой и умения поставить себя на место иного, необычного ребенка или подростка. Возможность увидеть себя в общем, пусть и виртуальном пространстве (выставочном пространстве, где фотографии одних детей соседствуют с рисунками других), где можно быть вместе, можно воспринимать, сопереживать и выражать свое отношение к другому миру. Именно в этом пространстве, где каждый приоткрыл дверцу в свой мир, возможна дружба между разными мирами (см. рис. 6). Для взрослых – это наглядная иллюстрация терпимости к особенностям любого человека, погружение в мир детства, где каждый ребенок – цветок.



Рис. 6. Сотворчество. Дары юных художников.

3. Семейный театр в ландшафте Ботанического сада ТвГУ.

Семейный театр в природной среде – это одна из новых форм работы, которую мы апробировали в мае этого года.

Спектакль с участием детей с РАС, их родителей и обычных детей был поставлен по повести Ф. Бернетт «Таинственный сад» мамой (профессиональной актрисой, не режиссером) одного из подростков - участников программы.

Мы выделили несколько особенностей использования данной формы:

- тема спектакля должна быть актуальна и для актеров (быть связанной с их жизнью) и для зрителя, приходящего в Сад: это взаимоотношения человека с природной средой, которая исцеляет души людей;

- задача спектакля не выступить и представить детей сообществу, а помочь осознанию сообществом исцеляющего потенциала природной среды и дать возможность прожить этот опыт актерам – детям и их родителям, развиваясь в процессе репетиций, получая новые навыки и создавая новые отношения;

- театр в природной среде включает зрителей в совместную жизнь с актерами. Зрители создают социальную среду для актеров, окружая их со всех сторон, уставшие стоять, маленькие дети присаживаются на скамейки, служащие декорациями, взрослые снуют по дорожкам, словно это и не спектакль, а разворачивающаяся во времени жизнь людей в саду (см. рис. 7). И в завершении представления зрители выражают те же чувства, что и герои повести, потому что они общие для всех и каждого.

- изменяющиеся условия природной среды (местами накрапывающий дождь) вынуждают актеров и зрителей постепенно адаптироваться к ним, гибко реагировать на обстоятельства и тем самым тренировать внутреннюю мобильность.

Благодаря взаимодействию с искусством и природой как с помощниками и человек, один, с семьей или с сообществом, также может стать для природы терапевтом, способным излечить ее раны.



Рис. 7. Ландшафтный театр.

В завершении описания нашего опыта исследования возможностей ландшафтной арт-терапии приведем отзыв семьи, постоянной участницы занятий:

«На фоне занятий в ботаническом саду у моего ребенка активизировалась разговорная речь, он стал больше и по собственной инициативе разговаривать со

взрослыми и другими детьми, даже с животными (с голубями и лягушками), появилось долгожданное, пусть примитивное, но все же общение.

На занятиях с музыкальными инструментами он проявлял живой интерес к новым незнакомым инструментам, запоминал их названия, искал их в интернете, смотрел как они выглядят и слушал как они звучат; на занятиях даже экспериментировал – пытался играть на двух флейтах одновременно, иногда на трех; стал подбирать разные мелодии на слух на разных инструментах.

На праздниках, совместных мероприятиях активно включался в хороводы и игры; у него появилось желание самому участвовать, выступать в роли кого-нибудь в спектаклях и инсценировках, взаимодействовать с другими персонажами, общаться с детьми» - Елена (мама Максима), 39 лет.

Обобщая трехлетний опыт реализации системного подхода к эко-арт-терапии в Ботаническом саду ТвГУ, мы можем говорить о следующих результатах:

1. Обретение участниками программы качественно нового опыта взаимоотношений с природной средой, возможности творчески осмыслить и преобразовать систему отношений в своей семье, с сообществом (появление активной речи, благодаря общению с природой – удивительным диалогам с лягушками, голубями, муравьями и другими).

2. Присвоение характерных для природной среды свойств: открытость, мобильность, пластичность, способность к саморегуляции, адекватная система репрезентации и структурирования опыта, вариативность поведения, полимодальность и жизнеспособность. Степень усвоения данной модели зависела от исходного состояния ребенка и его семьи и определяла способность семьи к дальнейшей адаптации в социальной среде.

3. Развитие порождающего восприятия во взаимодействии с природным ландшафтом от непосредственно – чувственного уровня к личностно- опосредованному: появление эмоционального отношения к природной среде и использование знаков для отображения пространства (пока при поддержке взрослого).

4. Развитие уровней построения движений: от индивидуальных форм управления собственным к скоординированным групповым формам движения (как пример, совместный танец во время спектакля в ландшафте сада).

5. Изменение в уровне эмоциональной регуляции и компенсация отдельных нарушений: эмоциональная оценка интенсивности сенсорных впечатлений, попытки к их интеграции в единый образ, способность осваивать новую среду и преодолевать барьеры. У отдельных детей сформировались навыки аффективной коммуникации с зачатками навыков символического выражения своего состояния (с помощью пиктограмм эмоций некоторые уже способны отражать и выражать свои эмоции словами).

6. Улучшение самоотношения детей и родителей, появление интереса к «образу Я» (девочка-подросток на протяжении 14 лет, избегавшая фотоаппарата спустя три года с начала занятий по программе, включавшими эксперименты с «образом Я» в природной среде стала позировать на камеру, изменять выражение лица и позу, интересоваться получившимися кадрами с ее образами).

7. Улучшение коммуникаций между детьми и между родителями внутри группы (по отзывам одной из мам: «мы успокоились, сдружились и мы, и дети, почувствовали себя в своей среде»). Возникновение дружеских отношений между детьми, чуткости к состоянию другого, оказание помощи в изменении нежелательного поведения (при изначальном отсутствии контакта и безразличия друг к другу).

8. Новый социальный опыт и активная позиция родителей при решении вопросов помощи детям с РАС. Создание и поддержка сообщества родителей (поддерживающей среды), участие в открытых семейных событиях и событиях, связанных с заботой о природе в качестве волонтеров (родители сами стали приносить свои семена для выращивания в саду, ставить спектакли, проводить творческие мастер-классы).

9. Навыки выражения своего телесного, эмоционального, когнитивного и социального опыта в форме, доступной для осмысления, дальнейшего анализа и трансформации (с помощью выбора природного материала или объекта, рисунка, музыки, осмысленного, движения).

10. Интерес к творческой деятельности, экспериментам с разными материалами (создание рельефов из ткани, коллажей из природных материалов, музыкальные импровизации и многое другое) и создание творческой продукции в соответствии со своими потребностями.

11. Повышение доверия, самостоятельности, инициативности и трудолюбия, и как следствие желание работать в саду, копать, поливать землю, ухаживать за растениями, мастерить скворечники для птиц, заботиться о природе.

12. Усложнение взаимодействия в детско-родительской группе: стало возможно использование групповых и социально значимых практик при взаимодействии с природной средой.

Заключение

1. На основе системной модели эко-арт-терапии нами разработаны специфичные диагностические методики, определены ключевые положения программы эко-арт-терапевтических занятий в индивидуальной, семейной, групповой практике и семейных событий в социальной практике. Представлена 5-ти уровневая концепция эко-арт-терапии, ключевые метафоры и ряд эко-арт-терапевтических практик. Показаны принципы организации и проведения семейных событий в ландшафтных условиях Ботанического сада и ряд авторских арт-проектов с участием семей, воспитывающих детей с РАС.

2. Выявлены и интегрированы в практику ключевые метафоры взаимоотношений человека и природы, ресурсные для каждой стороны: метафора зеркала, пути и путешествия, сада и садовника, дома и этажей леса, даров природы. Показана возможность их применения в разных контекстах: творческое путешествие, создание мини-садов, нарратива об этажах леса, принятия даров природы, найденных в ландшафте и приношения творческих даров человека – природе. Представлены некоторые эффекты работы с метафорами в контексте реального природного ландшафта: самопонимание, улучшение самоотношения (самопринятие), гармонизация системы семейных, групповых и социальных отношений, выявление стратегии достижения и взаимодействия с Другими и обучение взаимному дарению человека и природы.

3. Участники программы приобрели качественно новый опыт восприятия взаимоотношений с природой и обществом, навыков саморегуляции у детей и их родителей, возможности творчески осмыслить и преобразовать систему отношений в своей семье и в сообществе, способность к совершению выбора, изменений в уровне эмоциональной регуляции и компенсации отдельных нарушений. Также были выявлены: развитие взаимодействия в детско-родительской группе, улучшение самоотношения детей и родителей, совершенствование коммуникативной сферы, стремление к сотрудничеству, интерес к творческой деятельности, экспериментам с разными материалами и созданию творческой продукции в соответствии со своими потребностями.

4. Динамика терапевтических отношений предполагает переход с одного уровня взаимодействия с природным ландшафтом на другой, где с каждым новым уровнем изменяется качество осознания и глубина переживания взаимосвязи человека и природы и способность отразить эти взаимосвязи с помощью искусства. Основными критериями перехода на новый уровень развития являются изменения в качестве восприятия, управлении двигательной активностью, способах эмоциональной регуляции и формах социального взаимодействия в природной среде.

5. Содержание семейных событий предполагает три составляющих: опора на ценности семьи и психосоциальные закономерности развития человека, связь с календарным циклом жизни природного сообщества и жизни человека и метакультурный

диалог посредством выражения и преобразования своих эмоций через искусство. Подобные события развивают навыки творческого взаимодействия родителей с детьми, обретение участниками событий экоидентичности, созидание общности посредством вчувствования и сотворчества с природой, событие с природой и другими людьми, формирование в обществе адекватных представлений о возможностях и методах эко-арт-терапии.

6. Опыт реализации программы эко-арт-терапии, основанной на приведенных выше положениях, подтвердил ее эффективность в решении поставленных задач как в практике оказания помощи детям с РАС и их семьям, так и в практике их взаимодействия с нейротипичными детьми. Участниками программы были отмечены изменения в характере индивидуального поведения по отношению к природному и культурному ландшафту Сада; в системе детско-родительских отношений; в системе взаимоотношений между участниками программы и в системе отношений и поведении представителей местных сообществ - участников семейных событий.

7. Продолжение исследований в области эко-арт-терапии возможно по пути накопления практического опыта работы с разными целевыми группами, адаптации программ к их потребностям с последующим оценкой эффективности, позитивными изменениями природной среды. Разнообразие контекстов, в которых проводились занятия, проявило широкий спектр значений и возможностей эко-арт-терапии, что создает условия для ее дальнейшего развития и применения с использованием экспериментальных схем с констатирующими и контрольными измерениями при помощи разработанного диагностического инструментария.

Список литературы

1. Бергер Р. Теория и практика природной терапии // Исцеляющее искусство. Международный журнал арт-терапии. 2015. Т.18. №1. С.5-22.
2. Бранский В.П. Искусство и философия. СПб: Изд-во «Янтарный сказ», 1999. 339 с.ил.
3. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. 3-е изд. испр. и доп. М: Академический проект, 2006. 432 с.: ил.
4. Гибсон Дж. Экологический подход к зрительному восприятию: Пер. с англ./Общ.ред. и вступ. ст. А. Д. Логвиненко. М: Прогресс, 1988. 464 с: ил.
5. Кейсельман В.Р. Экспериментальные тренинги на природе. СПб: Речь, 2008. 192 с.
6. Копытин А.И. Целебное взаимодействие со средой: экологический и средовой подходы в арт-терапии и арт-педагогике // Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности: Сборник материалов первой всероссийской научно-практической конференции (под общ. ред. А.И. Копытина). СПб: Скифия-принт, 2016. С.75-82.
7. Копытин А.И., Корт Б. Исцеляющие путешествия: техники аналитической арт-терапии. СПб: Речь, 2006. 140 с.
8. Копытин А.И., Корт Б. Техники ландшафтной арт-терапии. Москва: Когито-Центр, 2013.
9. Копытин А.И., Корт Б. Техники телесно-ориентированной арт-терапии. М: Психотерапия, 2011. 128 с.: ил.
10. Лапчинская Н.В. Психологические условия формирования экологического сознания: диссер. ...канд. псих. наук. М, 2001. 204 с.ил.
11. Лепский В.Е. Рефлексивно-активные среды инновационного развития. М: Изд-во «Когито-Центр», 2010. 255 с.
12. Минделл А. Геопсихология в шаманизме. Геопсихология в шаманизме, физике и даосизме. Осознание Пути в учениях Дона Хуана, Ричарда Феймана и Лао Цзы. М: АСТ, Ганга, 2008. 316 с.

13. *Наумцев Ю.В., Шарафиева Л.Р.* Ландшафтная арт-терапия как инновационное направление программы психосоциальной реабилитации. Вестник ТвГУ. Серия: Педагогика и психология. 2014. №4. С. 68-82.
14. *Осорина М.В.* Секретный мир детей. СПб: Питер, 2008. 304 с.
15. *Панов В.И.* Экопсихология: Парадигмальный поиск. М: СПб: Психологический институт РАО; Нестор-История, 2014. 314 с.
16. *Садовая терапия: использование ресурсов ботанического сада для социальной адаптации и реабилитации.* Справочно-методическое пособие. Иркутск: Изд-во Ирк. гос. ун-та, 2006. 48 с.
17. *Шарафиева Л.Р.* Дары природы: практика эко-арт-терапии по трансформации личностных барьеров в ресурсы развития. «АРТ & Терапия» 1(9) май 2017. С.29–39.
18. *Шарафиева Л.Р.* Ландшафтная арт-терапия с семьями и сообществами в среде Ботанического сада // Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности: Сборник материалов первой всероссийской научно-практической конференции / Под общ. ред. Копытина А.И. СПб: Скифия-принт, 2016. С. 90-93.
19. *Шарафиева Л.Р.* Эко-арт-терапия: от индивидуальной практики к интеграции сообщества // Арт-терапия в России: медицина, образование, социальная сфера / Под общ.ред. А. И. Копытина. СПб: Скифия-принт, 2017. С.503-526.

EXPERIENCE OF IMPLEMENTATION OF THE SYSTEM APPROACH TO ECO-ART THERAPY IN BOTANICAL GARDEN OF TVSU

Sharafieva L.R.

Moscow State Technical University. N.E. Bauman,
Department of Landscape Architecture and Landscape Engineering

The article presents the experience of implementing a systematic approach to eco-art therapy at the Scientific and educational center Botanical Garden of the Tver State University. The principles of development of eco-art-therapeutic programs are proposed, basic forms of human and nature co-creation, key metaphors for creating new practices and structure of occupations are considered. Examples of individual, family, group and social practices of eco-art therapy are described: individual work with natural materials, experience of inclusive immersion for children with autism spectrum disorders, forms of organization and conduct of family events. On the basis of the experience gained, innovative forms of inclusion of children with developmental features into social community are singled out: the art therapeutic lounge, co-creation with ordinary children and landscape theater.

Key words: eco-art therapy, children with autism spectrum disorders, family events, key metaphors, art-therapeutic landscape, botanical garden.

СУБЪЕКТ-ПОРОЖДАЮЩЕЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЧЕЛОВЕКА И ПРИРОДЫ КАК ОСНОВА КОНЦЕПЦИИ ЭКО-АРТ-ТЕРАПИИ И ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ЛАНДШАФТОВ

Л.Р. Шарафиева

Московский государственный технический университет им. Н.Э. Баумана,
кафедра ландшафтной архитектуры и садово-паркового строительства
eco.art.studiya@gmail.com

В статье предложено теоретическое обоснование субъект-порождающего взаимодействия человека и природы как основы эко-арт-терапии в рамках экопсихологического подхода к развитию психики. Представлены подходы и исследования факторов, влияющих на уровни становления подобного взаимодействия в эко-арт-терапии: особенности пространственной организации, этапы эмоциональной саморегуляции и символизации природной и архитектурно-ландшафтной среды. На основании анализа практики эко-арт-терапии в НОЦ Ботанический ТвГУ выделены основные факторы воздействия ландшафта на человека, предложены направления, критерии изучения и шкалы оценки пространства как терапевтического ландшафта, возможные приемы его организации и формы социальной активности. В помощь специалистам представлена таблица, в которой соотнесены уровни взаимодействия человека и природы с уровнями активности мозга и уровнями построения движения и общения, уровнями саморегуляции и зонами их ответственности, возможными реакциями и нарушениями на каждом уровне, роль взрослых и пути коррекции для каждого уровня взаимодействия.

Ключевые слова: субъект-порождающее взаимодействие, символизация среды, природная среда, экопсихология, эко-арт-терапия, терапевтический ландшафт, ботанический сад.

Введение

Возрастающая глобализация и урбанизация среды обитания приводят к потере человеком социокультурной и экоидентичности, разрушая становление самоидентичности в целом и приводя к потере субъектности - способности осознавать себя как природную форму бытия, ответственную за самоосуществление. При этом человек воспринимает как объект манипуляции не только природную среду и ее обитателей, но и самого себя как средство достижения целей. С другой стороны, все увеличивающаяся технологичность процессов производства, отсутствие возможности непосредственного наблюдения причинно-следственных связей приводит к тому, что теряется осознание связей с природой и негативных результатов антропогенного воздействия.

В поиске путей решения проблемы и способа восстановления гармоничных взаимоотношений человека со своей внутренней природой и природой внешней, мы считаем необходимым обращение к теоретическим положениям экопсихологии развития и основанной на ней практике эко-арт-терапии. Предполагаемым результатом подобной практики возможно становление субъект-порождающего взаимодействия человека и природы как целого. При этом, согласно В.И. Панову, важно учитывать, что необходимым условием порождения субъекта является наличие пространства совместного бытия, организация которого определяет процесс взаимодействия человека и природы наряду с идеальными формами репрезентации ландшафта и архетипического содержания бессознательного [16, С.187]. На наш взгляд, подобным пространством совместного бытия, активизирующим становление экоидентичности, согласно А. И. Копытину [7], «одного из аспектов самоотношения и самовосприятия, который развивается в процессе взаимодействия с природой ... и осознанием личностью своей неразрывной связи с ней» являются особо охраняемые природные территории как часть культурных ландшафтов. Как считает М. Черноушек, опираясь на данные различных исследований, «личность испытывает чувство идентичности с местом, пространством и предметами, которые очень важны для нее. Их потеря, как и потеря жизненно важного пространства, например

родины, приводит к развитию психопатологических реакций и серьезно угрожает душевному равновесию и здоровью. Такие потери могут привести и к потере ориентации во времени и пространстве, осознания самого себя, как это иногда происходит с потерявшими внезапно горячо любимого человека» [20, С.136]. Поэтому поиск своего, человеческого в природе или даже элементарный уход за мини-садином в своем дворе позволяют человеку укрепиться в своих связях с местом обитания на основе чувства территориальности и сохранить равновесие собственного Я, физической и духовной связи с другими людьми.

Исходя из данных положений, в качестве среды для развития субъект-порождающего взаимодействия человека и природы средствами эко-арт-терапии нами был выбран Научно-образовательный центр Ботанический сад ТвГУ.

Теоретические положения

«Пространство Земли организует культуру, а культура организует пространство» – этот тезис Ю.А. Веденина [3, С.3] отражает важную особенность пространственных моделей, создаваемых культурой - их иконически-континуальную основу, формирующую зрительно представляемые образы. Целостные ландшафтные образы «родных» культурных ландшафтов формируются не столько набором их элементов, сколько метрическими соотношениями между ними, воспроизведение которых и создает иконичность ландшафта. И воспроизведение этих образов в процессе эко-арт-терапии зачастую носит неосознаваемый человеком характер, связанный с его культурной идентичностью. В то же время А. Минделл заявляет, что «в сегодняшней реальности консенсуса, мы в данный момент находимся в пространствах своих тел» и в то же время, «в мире нашего чувственного осознания и сновидящего ума, мы — аспекты земли» [13, С. 12]. То есть, по его мнению, в определенном смысле, мы — это земля и вселенная, так сказать, смотрящая сама на себя, а «наши осознание и сознание не являются независимыми от всех и всего вокруг нас. Наши переживания тесно связаны с землей, с самой вселенной. Чувственное осознание человек переживает как удивление и интерес по отношению к тем или иным вещам... Удивление обладает невероятной способностью извлекать информацию и поощрять саморефлексию. Оно следует за процессом чувственного осознания, который стремится к осознанию себя» [13, С.27]. Этнографические исследования А. Минделла показали, что «некоторые группы австралийских аборигенов чувствуют «линии песни»; это переживания, основанные на чувстве земли, и выражающиеся в виде песен и мифических историй. Линии песни – это пути на местности, символические маркеры, которые организуют территорию, и придают ей духовное значение. Эти пути связывают время сновидения с нынешним временем и пространством. Мироззрение австралийских аборигенов дает пример священной географии – способа упорядочения пространства, наполняющего местность духовным и подобным сновидению значением [13, С.39]. На основании проведенных исследований и собственной практики, А. Минделл предлагает новый подход в терапии, где внутренняя работа представляет собой смесь чувственного телесного опыта, связанного с землей — следования квантовому компасу, внутреннему чувству направления — и мудрости, которая ведет к практическим выводам [13, С.60].

Подобные феномены наблюдаются и у эскимосов, свободно, ориентирующихся в заснеженных пространствах без видимых ориентиров, и у проводников караванов, ведущих их через пески и в ряде других ситуаций. В подтверждение возможности данных феноменов, М. Черноушек приводит в своей работе описание исследования Бейкера, который на примере ориентирования в незнакомой местности и в определении направления исходной точки экспериментально доказал, что человек также обладает способностью воспринимать действие магнитного поля [20, С.93]. Эффективность интерпретации физической структуры пространства у лозоходцев и геологов, по мнению М. Черноушека, определяется также широкой шкалой чувственных процессов, среди

которых особо выделяется способность к остроте восприятия: *«Мы воспринимаем среду или остро, или безучастно. И это зависит не от индивидуального уровня слуха, обоняния, осязания, зрения, а от готовности воспринимать различную среду и внезапные ситуации»* [20, С.93].

Иначе говоря, наше восприятие ландшафта опосредуется, системой вложенных в него символических значений и зависит от чувственного телесного опыта, следования внутреннему чувству направления и готовности к восприятию даже самых слабых сигналов среды, репрезентируя пространственно-предметную среду в виде мысленной карты. Именно эти факторы определяют готовность человека к **субъект-порождающему взаимодействию** с природной средой, при котором, по определению В.И. Панова *«результатом совместного развития компонентов системы «человек – планета» становится ее превращение в единый (онтологический) субъект совместного развития и человека, и природы, ...и каждый выступает для другого в роли фасилитатора их совместного преобразования»* [16, С.189]. В контексте эко-арт-терапии также важно понимать, что согласно *онтологическому подходу*, разрабатываемому В.И. Пановым, психика - это особая форма бытия, которая обретает реальность своего существования во взаимодействии человека со средой, где система «человек – окружающая среда» образует новую, целостную форму бытия, проходящую разные стадии становления [16, С.49]. А значит, развитие психики человека зависит от особенностей природной среды и культурного ландшафта его места проживания. В то же время особенности психики человека определяются культивируемым в социальной общности типом взаимодействия «человек – среда». В.И. Панов выделяет несколько типов взаимодействия, «объект-объектный»: среда и человек психологически незначимы друг для друга; «объект-субъектный»: среда односторонне воздействует на человека, «субъект-объектный», когда человек односторонне воздействует на среду. «Субъект-субъектный» тип взаимодействия подразделяется на три вида: субъект-обособленный, когда человек и среда активно воздействуют друг на друга, отстаивая «свои интересы»; «субъект-совместный» – человек признает за природной средой собственную логику развития и *«субъект-порождающий» – человек и природная среда становятся единым субъектом развития, условием и результатом развития друг друга»* [16, С.189]. В контексте эко-арт-терапии нас будет интересовать, прежде всего, субъект-порождающий тип взаимодействия системы «человек – природная среда» и тот факт, что среда или пространство, с которыми взаимодействует человек, являются живыми, способными к качественным и количественным изменениям во времени и наделенными известной степенью «субъектности». А сам человек способен проявлять себя в «субъект – порождающем взаимодействии» со средой обитания и с самим собой как субъект экологического и символического сознания, быть «субъектом процесса своего развития» [16, С.191]. Необходимо отметить, что данный подход во многом совпадает и с установками древних культур, создавших условия для гармоничного взаимодействия человека с природой. Так, исследователь дзэн и японской культуры Д.Т. Судзуки отмечает, что *«... Дзэн хочет, чтобы мы обращались с природой как с дружелюбным, имеющим благие намерения деятелем, чья внутренняя сущность, такая же, как и наша... Дзэн нацелен на то, чтобы уважать природу, любить ее, жить ее жизнью; дзэн признает, что природа человека – это одно целое с внешней природой, ... природа живет в нас, а мы в природе»* [18, С.392-394].

Подтверждение субъект-порождающего взаимодействия человека и среды можно найти как в работах по психологии, так и в исследованиях по социологии архитектуры и семиотике. Чешский психолог – исследователь жизненной среды человека, М. Черноушек, на основании проведенных исследований считает, что: *«человек является органической и неделимой частью той среды, в которой он находится, ...своим существованием дополняет окружающую его среду и, наоборот, сам обогащается всей системой элементов, образующих его среду как единое целое»* [20, С.47]. В экспериментах американского психолога, представителя гуманистической психологии А. Маслоу было

доказано, что уровень эстетической организации среды влияет на восприятие других людей и на поведение в этой среде [цит. по 4, С.62]. Согласно Ю. Лотману: «...архитектурно осваиваемое человеком пространство – активный элемент человеческого сознания. Сознание – и индивидуальное, и коллективное (культура) пространственно. Оно развивается в пространстве и мыслит его категориями» [11, С. 420].

В процессе становления субъект-порождающего взаимодействия человека с миром необходимо также учитывать его цикличность. Д.А. Леонтьев описывает две сменяющие друг друга фазы единого цикла экзистенциального взаимодействия субъекта с миром как соотношение открытости (толерантной восприимчивости) и закрытости (эгоцентрического воздействия) в отношениях человека с миром [9, С.199]. На стадии открытости расширяется спектр возможностей и смыслов, которые может раскрыть для себя субъект и увеличивается толерантность к неопределенности. В фазе закрытости происходит сужение спектра возможностей, осуществление выбора и переход к реализации, преодоление неопределенности, раскрытие потенциала ответственности. Разрыв этих двух фаз и абсолютизация одной из них, по мнению Д.А. Леонтьева «приводит к неполноценному, одностороннему взгляду на человеческое существование: абсолютное познание и понимание, оторванное от выбора и реализации, так же неполноценно, как абсолютная целенаправленность и реализация, оторванная от понимания и осмысления возможностей [9, С.199]. Таким образом, в практике эко-арт-терапии возможно учитывать фазу взаимодействия человека с миром, его направленность в данный момент на самого себя или на природную среду.

Согласно, нашим исследованиям, проведенным в НОЦ Ботанический сад ТвГУ [14], основными факторами воздействия ландшафта на человека являются:

- открытость и нелинейность – **доступность**, возможность полноценного взаимодействия с природными материалами в природной среде с помощью частей тела; наличие условий для регулируемого контакта природных веществ с природным ландшафтом при различных природных явлениях (солнечный свет и тепло, ветер, дождь, листопад, радуга, передвижение насекомых, прилет птиц);

- пластичность и саморегуляция – естественность, максимальное сохранение и проявление естественных свойств природных материалов;

- наличие возможности для арт-терапевтического взаимодействия с разными участками пространства: рисование на песке, лепка из глины, строительство дома из гальки и гравия, упавших веток, создание секретиков в траве, создание мандал из этих же материалов; а также возможность для телесного, визуального и/или словесного выражения и фиксации своего опыта;

- множество композиционных решений: возможность выбора индивидуальной траектории пути, в соответствии с состоянием в данный момент и особенностями здоровья;

- полисенсорность воздействия – сопровождение разнообразных тактильных ощущений разнообразием цвета, формы, запаха, звуков, предполагающих регуляцию человеком интенсивности оказываемого на него воздействия;

- бытийность – включение в процесс эко-арт-терапии элементов, максимально отражающих ландшафты, характерные для места рождения человека.

Исходя из понимания особенностей воздействия природного ландшафта на человека и сути субъект-порождающего взаимодействия, можно выделить основные направления анализа природной и архитектурно-ландшафтной среды:

- возможности для совершенствования восприятия и снижения порога чувствительности к сигналам среды, перехода с одного уровня восприятия ландшафта на другой, где с каждым новым уровнем изменяется качество осознания и глубина переживания взаимосвязи человека и ландшафта;

- изучение особенностей восприятия, переживания, осознания, взаимодействия и осмысления человеком композиционной структуры и конструктивных элементов объектов

ЛА: зеленых насаждений, садово-парковых дорог, троп, площадок, малых архитектурных форм, сооружений и водоемов во взаимосвязи с качеством и интенсивностью воздействия пространства на человека;

- условия для становления способности человека к субъект-порождающему взаимодействию с ландшафтом, основанном на принятии самоценности каждого субъекта, резонансе и творческом понимании;

- анализ видов, формы, содержания, результатов и качества стихийной и управляемой социальной активности и взаимодействия людей и сообществ в границах данных пространств;

- потребности, которые человек может удовлетворить, находясь на территории исследуемого произведения ландшафтной архитектуры и назначение данного пространства.

Рассмотрим каждый из факторов подробнее:

1. Особенности объемно-пространственной организации.

С точки зрения И.О. Боговой и Л.М. Фурсовой [2, С.100], объемно-пространственную структуру объектов ландшафтной архитектуры определяет комплекс 3-х категорий: пространство (собственно территория) и его составляющие – плоскость (поверхность земли на различных формах рельефа) и объем (насаждения, сооружения и объемно выраженный рельеф). А тип пространственной структуры определяется сомкнутостью полога древесных насаждений, густотой и характером их размещения:

Однако, при анализе ландшафта важно отмечать не только типы пространственной структуры – закрытой, открытой или полукрытой, определяющие ландшафт, но и задаваться вопросом, какие условия для взаимодействия людей создает. Каждый из представленных типов может внести свой вклад в терапевтический процесс, помогая человеку постепенно входить в пространство и взаимодействовать с ним, овладевать различными способами перемещения в пространстве, осознавать свои личностные границы (их проницаемость, жесткость, устойчивость, масштаб) и оценивать свои возможности. Различные типы пространственных структур могут являться своеобразной меркой для оценки человеком своих возможностей и обладать тонизирующим эффектом при преодолении барьеров между человеком и пространством; стимулировать активность, направленную на расширение «своего мира».

Также ландшафт, включающий в себя различные типы пространства, может стать диагностическим средством, выявляющим чувствительность человека к ограничениям, страху глубины, высоты и удаленности, доминантную установку по отношению к препятствиям: приближение, избегание, двойственное отношение.

Особое значение имеют пространства, разные по масштабу и вместимости:

- в форме ниши для постепенного осознания границ своего тела, возможности вписать себя в пространство, укрыться в нем, заполнить собой нишу, сделаться незаметным, маленьким;

- и, наоборот, возможность осознать себя маленькой частицей большего целого, сопоставить свое пространство и пространства других людей;

- близко расположенные рельефы разных групп: положительных, отрицательных и нейтральных форм, чтобы на контрасте познать границы и возможности своего тела для овладения высотой и связанными с ней страхами падения при ходьбе, потери опоры и т.п.;

- постижение глубины, связывающей страх глубины со страхом смерти, исчезновения, одиночества: страх ямы, трубы, колодца, зеркала и др. путем преобразования в позитивный, значимый для человека, творческий контекст;

- место-ситуации по преодолению удаленности и обретения опыта взаимодействия на различных дистанциях: от интимной до максимально дальней в поиске наиболее комфортной.

При анализе объектов ландшафтной архитектуры как среды взаимодействия необходимо учитывать тот факт, что открытое пространство может восприниматься человеком как незащищенное, слишком стимулирующее и требующее от него активных действий, к которым он не готов. Поэтому арт-терапевтический ландшафт должен предоставлять возможность для постепенного вхождения в открытое пространство взаимодействия с природой с развитием способности адекватно реагировать на повышение интенсивности воздействия ряда эволютически значимых характеристик стимуляции, вызывающих страх.

Рассматривая такую категорию как плоскость – поверхность земли с точки зрения ее эко-арт-терапевтического потенциала важно проанализировать состав и структуру поверхности. Ценными для оздоровления человека могут быть поверхности, обеспечивающие разнообразие и комфортность тактильных ощущений от соприкосновения с ней: мягкость хвойного опада, древесной мульчи и опилок, округлость гальки, шероховатость мелкогравийной посыпки и древесной коры, тепло песка, шелковистость газонных трав, пружинистость мха и текучесть воды. Каждый вид поверхности, помимо необходимых тактильных ощущений, запускает своеобразный ассоциативный ряд, переживание и осознание которого также оказывают терапевтическое воздействие на человека.

При этом важно осознавать, что природная и архитектурно-ландшафтная среда воздействуют на человека в целостности всех своих компонентов и типов объемно-пространственной структуры.

2. Критерии качества ландшафта.

Я. Гейлом [5, С.237-239] предложены критерии качества ландшафта, которые учитывают человеческий масштаб и влияние типа пространственной структуры на возможности установления контакта между людьми:

- способствуют зрительным и слуховым контактам: проницаемые границы, отсутствие стен и других преград, короткие расстояния, низкая скорость перемещения, один уровень взаимодействия и взаимодействие лицом к лицу;

- критерии качества ландшафта: защита от транспорта и происшествий, преступности и насилия, неприятных физиологических ощущений; комфортные возможности для ходьбы, стояния, сидения, наблюдения, беседы, игр и занятий спортом; удовольствие от человеческого масштаба ландшафта, возможности наслаждаться погодой и положительных ощущений от дизайна, качества материалов, красивых видов и природных компонентов.

3. Ключевые позиции анализа ландшафта.

При исследовании и преобразовании природной и архитектурно-ландшафтной среды как пространства субъект-порождающего взаимодействия человека с природой важно учитывать ключевые позиции, представленные в работе К. Линча [10] и используемые в нашей эко-арт-терапевтической практике при обсуждении лэнд-арт-объектов, воплощаемых представителями разных целевых групп [22, С.511]:

- ориентиры, система координат, позволяющая определять свое местоположение относительно разных мест и объектов; в терапии – это метафора ценностей, определяющих отношения человека с природной средой и критериев оценки происходящих изменений;

- пути, способы перемещения и коммуникации в пространстве, соединяющие заданные ориентиры между собой и выражающие собой этапы жизненного пути человека;

- края или границы, помогают очертить личное, семейное и социальное пространство как принадлежащую человеку территорию или наоборот, их отсутствие подобно отсутствию границ природного ландшафта;

- площади или узлы (точки пересечения путей), значимые пункты внутри пространства, доступ к которым открыт и в которых для продолжения осознанного пути необходимо принять конкретное решение (своеобразные жизненные перекрестки); в то же

время, они обеспечивают хороший обзор, позволяющий устанавливать пространственные взаимоотношения различных элементов ландшафта;

- территории, места, заполняющие пространство между ключевыми ориентирами и соединяющими их путями, обладающие уникальным набором характеристик, своеобразием растительного и животного мира, метафорично отражающие текущие место-ситуации жизнедеятельности человека.

И тогда в процессе субъект-порождающего взаимодействия человека со средой возможны переходы на разные уровни сотворчества [21, С.91]: субъект обособления, включенный в пространство диалога, субъект восприятия, воспринимающий и отражающий состояние других субъектов, субъект потребления, субъект выбора, субъект самовыражения, субъект преобразования, субъект творческого понимания.

4. *Формы и качество социальной активности* - взаимодействия людей и сообществ в границах данных пространств.

Принципы активизации субъект-порождающего взаимодействия были выведены нами в исследовании, проведенном на базе Ботанического сада ТвГУ, с применением различных форм социальной активности [14]:

- использование естественных фрагментов ландшафта при создании сенсорных и интерактивных экспозиций;

- участие в творческих событиях, организуемых на территории сада различных по характеру и составу целевых групп;

- создание временного аттрактора – лэнд-арт-объекта или садовой экспозиции, как гаранта осознанности и осмысленности участия каждого в общем процессе;

- работа с различными представителями местных сообществ и их взаимодействие в общем пространстве сада, при создании совместных лэнд-арт-объектов и садовых композиций;

- отношение к каждому жителю урбанизированных территорий как к тому, кому эко-арт-терапия необходима по жизненным показаниям в качестве профилактики психоэмоциональных нарушений и соматических заболеваний.

Опираясь на вышеназванные принципы, нам удалось реализовать в пространстве Сада как особо охраняемой природной территории, следующие формы социальной активности, улучшающие качество взаимодействия:

- индивидуальные консультации в формате эко-арт-терапии;

- групповые занятия и творческие мастер – классы;

- семейные интеграционные арт-терапевтические события;

- семейные праздники;

- создание и реализация садовых интерактивных площадок;

- создание интерактивных дисплеев и лэнд-арт объектов;

- создание специализированных стационаров для занятий садовой и ландшафтной арт-терапией;

- интерактивные выставки и концерты;

- создание садовых экспозиций, отражающих культуру своей нации местными диаспорами армян, белорусов и других в контексте реализации этноботанических проектов сада;

- обучение волонтеров, студентов и специалистов.

Помимо организованной активности, в Ботаническом саду ТвГУ удалось создать возможности и для неорганизованных видов социальной активности жителей города: пешие прогулки, созерцание садовых композиций, наблюдение за природными изменениями жизни сада и его обитателей, эко-прогулки родителей с детьми разных возрастов, тихие и активные игры на свежем воздухе, фотосессии в ландшафте сада; общение между семьями, познакомившимися на семейных праздниках в саду, когда сад становится местом встречи.

Таким образом, необходимо обратить внимание на изучение спектра различных видов социальной активности, реализуемой в природной и архитектурно-ландшафтной среды и нарастания ее качества. Одним из основных признаков качества социальной активности может служить углубление контактов между участниками взаимодействия на данной территории. Это переход от наблюдения за деятельностью других людей со стороны и простого обмена взглядами к диалогу, спонтанным встречам вне данного пространства и совместно реализуемым социальным инициативам, направленным на заботу об избранном объекте ландшафтной архитектуры.

По мнению Я. Гейла, именно присутствие других людей, действий, событий, стимулов является одним из важнейших качеств общественных пространств, что и определяет главное условие преобразования объектов ландшафтной архитектуры в общественные пространства города. «Атмосфера общественного пространства стимулирует активность, побуждает к действиям. Попадая в них, мы ощущаем причастность к обществу» [5, С.10].

Значимую роль в формировании арт-терапевтического ландшафта играет также создание благоприятного информационного пространства. По мнению В.А. Фроловой [19, С.15], оно необходимо так же, как благоустройство мест отдыха, информация лежит в основе человеческого функционирования, побуждая к действию и направляя, предоставляя возможность выбора при принятии решений.

Система интерактивных путеводителей по эко-арт-терапевтическим маршрутам, продуманным в соответствии с основными потребностями человека и подсистемами экологического сознания, возрастными особенностями и уровнем восприятия, типами организации объемно - пространственных структур и видов зеленых насаждений может позволить каждому человеку – жителю урбанизированных территорий самостоятельно раскрыть для себя архитектурно-ландшафтную среду как арт-терапевтический ландшафт. Они позволяют инициировать благоприятные изменения в каждой из подсистем экологического сознания благодаря работе с телом, ментальными и художественными образами, с эмоциональной сферой, экологическим мышлением, самоидентичностью, сотворчеством с природой и обращением к духовной сфере [21, С.91].

5. Потребности, которые человек может удовлетворить, находясь на территории исследуемого объекта ландшафтной архитектуры и назначение данного пространства.

Анализ потребностей человека, который обращается к ландшафтной архитектуре в поисках возможности их удовлетворить, можно проводить на основе иерархии потребностей, предложенной А. Маслоу: физиологические потребности в пище, во сне, в движении и т.п.; потребности в безопасности; потребности в принадлежности социальной общности; потребности в признании и самоуважении; потребности в познании и в творчестве; эстетические потребности; духовные потребности. По данным Дж. Гибсона [6], восприятие пространства человеком зависит не столько от его объективных характеристик, сколько от восприятия возможностей, которые это пространство может человеку предложить для удовлетворения его потребностей. Исходя из анализа человеческих потребностей и возможностей для их реализации, и необходимо обогащать пространство субъект-порождающего взаимодействия человека и природной среды.

Подводя итоги, мы можем сделать вывод, что основным фактором лечебного и интегрирующего влияния ландшафта является его целостность в пространстве, времени и культуре, природная заданность и функциональная обусловленность задачами жизнедеятельности человека и социальной общности. Ландшафт изначально содержит в себе паттерны творческой коммуникации человека и природы, человека и общности, человека и искусства, позволяя обрести свои индивидуальные смыслы и выразить индивидуальное отношение к среде, в которой он живет. В этом смысле территория Ботанического сада Тверского госуниверситета может служить моделью пространства субъект-порождающего взаимодействия человека с природой как целым.

- во-первых, если говорить о типах ландшафтных элементов, которые используются в практике эко-арт-терапии, то это – естественные фрагменты ландшафтов, представляющие уникальные региональные природные комплексы, этноботанические и этнокультурные, орнаментальные, ботанико-географические, сенсорные и интерактивные экспозиции;

- во-вторых, в арт-терапевтическом процессе принимали участие различные по характеру и составу целевые группы: дети разных возрастных групп как из полных семей, так и воспитанники детских домов и интернатов; семьи, воспитывающие детей с особенностями развития и люди с ограниченными возможностями; пожилые люди; заключенные и сотрудники СИЗО, военнослужащие, сотрудники промышленных предприятий и жители промзон;

- в-третьих, в создании всех видов экспозиций и культурного ландшафта Сада в целом (в том числе в организации и проведении арт-терапевтических событий) принимали участие как сотрудники Ботанического сада или привлеченные специалисты, так и непосредственно жители города и региона, что является необходимым условием для формирования и развития социальной общности на основе надситуативной активности личности каждого и способностью к саморегуляции. При этом Сад выступал в роли временного аттрактора, являясь гарантом осознанности и осмысленности участия каждого в общем процессе. Таким образом, Сад позволил раскрыть в каждом человеке его потенциал, обрамляя его подобно дивной раме, а благодаря участию в наших событиях обычных людей они приобретали атмосферу особой доверительности, возвращая ощущение безопасности, как одну из базовых потребностей человека.

- в-четвертых, работа с различными представителями местных сообществ и их взаимодействие в общем пространстве Сада, когда соприкасаются здоровые люди и люди с особыми потребностями, обеспечивало успешную социализацию и создавало условия для их взаимообогащающего взаимодействия.

- в-пятых, по итогам многолетней работы и анализа ее результатов, социального мониторинга гостей Сада, каждого жителя урбанизированных территорий можно воспринимать как того, кому эко-арт-терапия необходима по жизненным показаниям в качестве профилактики психоэмоциональных нарушений и соматических заболеваний. Пространство Сада оказалось идеальной средой реабилитации людей, которые живут на территориях, обедненных в плане эстетической выразительности, сенсорных впечатлений, осмысленности. Данная среда уникальна, не только благодаря возможности использовать совокупность природных и культурных фрагментов ландшафта, обширных коллекционных фондов, профессионального коллектива. Сад стал той средой, в пределах которой люди могут не только отдыхать и радоваться, учиться и просвещаться, но также работать и творить.

Таким образом, мы рассмотрели необходимые условия, формы активности и требования к пространству, определяющие особенности субъект-порождающего взаимодействия природы как целого и человека как ее части. Процесс становления подобного взаимодействия также может быть обоснован с позиций экопсихологического подхода к развитию психики. Анализ различных исследований позволил нам представить общую концепцию эко-арт-терапии, объединившую работы лаборатории экпсихологии развития ПИ РАО [12, 16], теорию уровней построения движений Н.А. Бернштейна [1] и концепцию уровней эмоциональной саморегуляции В.В. Лебединского [8].

В данной концепции выделены 5 уровней взаимодействия внутренней природы человека с внешней природной и архитектурно-ландшафтной средой, каждый из которых включает в себя: физиологическое основание взаимодействия, особенности становления эмоциональной саморегуляции, восприятия природы и отношений с ней и рекомендуемый способ организации арт-терапевтического ландшафта для проживания и освоения данного уровня (см. Схему 1). Данный подход позволяет в процессе эко-арт-терапии опираться как на знания в области физиологии мозга, так и на этапах эмоциональной саморегуляции

взаимодействия человека со средой и символической интеграции на духовно-опосредованном уровне.

I. Непосредственно-чувственный уровень - в процессе взаимодействия зрительной системы наблюдателя и архитектурно-ландшафтной среды происходит порождение пространственной структуры.

II. Эмоционально-опосредованный уровень - проявляется эмоциональное отношение к порожденной пространственной структуре и архитектурным формам.

III. Знаково-опосредованный уровень - пространственная структура обретает рациональное, знаково-символическое значение.

IV. Личностно-опосредованный уровень - возникает личностное (субъективное) отношение к порожденным субъектом аффективно- и знаково-смысловым значениям данного архитектурно-ландшафтного пространства.

V. Духовно-опосредованный уровень - происходит порождение символического значения архитектурно-ландшафтного пространства, порождаемого сознанием субъекта в таком взаимодействии с архитектурной средой, при котором происходит порождение единого субъекта (носителя) трансцендентального символического значения и, соответственно, символического бытия данного архитектурного пространства. Как считает В.И. Панов, на данном этапе архитектурно-ландшафтная среда обретает субъективную (принадлежащую сознанию данного индивида) форму символического бытия, а сам индивид субъективирует, превращает это символическое бытие в структуру своего сознания [16, С.195]. В этот момент происходит интеграция предшествующих уровней интегрального сознания и архитектурно-ландшафтная среда, сам процесс взаимодействия с ней и связанная с ней самоидентификация приобретают для человека личностный смысл и личностную значимость.



Схема 1. Уровни взаимодействия внешней природной среды и внутренней природы человека

Каждый из представленных уровней тесно связан с этапами развития эмоциональной саморегуляции, которые определяют формы и содержание практики эко-арт-терапии.

Этап I. *Аффективная оценка интенсивности* количественных воздействий среды, определяющими являются: изменения температуры окружающего и самого тела, уровень освещенности, высота звука, скорость движения, которое воспринимается как перепад интенсивности. Поскольку количественные изменения могут наиболее разрушительно

действовать на организм, аффективная система пристально следит за любыми изменениями в этой области. Выход воздействий за допустимые границы вызывает реакции в виде беспокойства, тревоги, страхов, агрессии.

Этап II. *Аффективные стереотипы*: на передний план выходит аффективная оценка качества воздействия сенсорного поля, где системой отсчета являются ощущения собственного тела. Второй уровень является своеобразным «дирижером», координирующим взаимодействия отдельных сенсорных систем, он прилаживает их друг к другу и закрепляет на основе аффективной оценки (удобно — неудобно, приятно — неприятно). Благодаря тесной связи с соматикой, для этого уровня характерна чувствительность к ритмическим и циклически организованным процессам. Сама регулярность циклических процессов вызывает состояние комфорта, а любой сбой в ритме вызывает отрицательные эмоции.

Этап III. *Аффективная экспансия* связана с восприятием пространства как состоящего из отдельных физических объектов, находящихся на определенном расстоянии друг от друга. Активность на этом уровне направлена на овладение, захват различных объектов, обладающих определенной побудительной силой (валентностью). Первым препятствием для человека здесь является само пространство. Барьеры между человеком и пространством или предпочитаемым нечем, являются своеобразной меркой для оценки своих возможностей и обладают тонизирующим эффектом. На этом этапе наблюдается особая чувствительность к любым ограничениям и препятствиям. Для их преодоления человек щедро расходует свою энергию.

Этап IV. *Аффективная коммуникация* - значимость пространственной организации сменяется возрастающим значением его диалогичности, способности к коммуникации. «Другой» с его целями, поступками и переживаниями становится наиболее значимым фактором в эмоциональной жизни индивида, поэтому конкретный приспособительный смысл этого уровня заключается в налаживании аффективного взаимодействия с обобщенным другим. Это достигается способностью «чтения» эмоциональных состояний. Осуществляется обмен эмоциями от элементарного заражения своим состоянием до передачи самых сложных переживаний. Также возрастает роль положительных эмоций, которые придают смысл действиям и тонизируют. Эффективность любого действия возрастает в условиях сочувствия, сопереживания. Основной функцией этого этапа является управление поведением «другого» на основе эмоциональной информации. Является ведущим в эмоциональном взаимодействии с другими людьми и вносит новые смыслы в работу нижележащих уровней.

Этап V. *Символическая интеграция, это этап синтеза*, когда текст и контекст становятся равнозначными. Основная функция этого этапа эмоциональной саморегуляции - овладение собственными переживаниями. Это достигается включением в аффективный процесс интеллектуальных операций, благодаря которым происходят дифференциация, обобщение и трансформация аффективных явлений. Осмысление (понимание) собственного эмоционального опыта, дифференцирование и обобщение его осуществляется в поведенческих паттернах (игровых действиях с предметами и без них), образах (в рисунке и фантазии), пиктограммах, а также в словах, в которых человек изображает аффективные состояния, как свои, так и других людей.

Символизация архитектурно-ландшафтной среды и ее компонентов, становление эмоциональной саморегуляции и построение движений в качестве высшего уровня предполагают символическую интеграцию опыта взаимодействия со средой, необходимую для его дальнейшего анализа и трансформации. Особенно значимой для успеха эко-арт-терапии является субъективно переживаемая «пульсация пространства» - сдвиг точки зрения, изменяющий пространственно-символическую систему координат в которой осмысляет события наблюдатель – это феномен, который описывает известный детский психолог М.В. Осорина [15, С.128]: «Гораздо чаще, чем взрослые, дети создают встроенные друг в друга пространства разных миров. Они могут внутри чего-то большого

увидеть нечто малое, а потом через это малое, как через волшебное стекло, пытаются заглянуть во внутренний мир, который увеличивается на глазах, стоит сосредоточить на нем свое внимание». По мнению М.В. Осориной данный феномен обусловлен совместной работой зрительного восприятия и символической функцией мышления – присущей человеку способности к произвольному изменению системы пространственных координат и осмыслению видимого в заданных пределах. Исследователь также отмечает, что этот феномен близок принципам устройства японских садов, которые в таком случае мы можем рассматривать как модель идеального пространства для развития символической функции мышления и субъект-порождающего взаимодействия человека с природой в процессе эко-арт-терапии. Анализ принципов создания японского сада как модели субъект-порождающего взаимодействия человека с природой позволил выделить среди них наиболее значимые для создания терапевтических ландшафтов: «это - активная позиция субъекта восприятия, синтетичность подхода, внимание к деталям, соединение несоединимого, ценность незавершенного гештальта, множественность восприятия и взаимодополнения, динамического равновесия, многослойности и разнообразия ландшафта, естественной ритмичности и цикличности смены времен года, выражение в осязаемой зримой форме сути духовной деятельности, движение от непосредственно-чувственного восприятия к духовно-опосредованному взаимодействию с природой [25, С.511].

Другим фактором, определяющим взаимодействие внутренней природы человека с внешней и содержание эко-арт-терапии являются положения теории символического интеракционизма, представленные Р. Смитом и Р. Бани, согласно которым человек чаще всего взаимодействует со средой так же, как он общается с другими людьми, ищет ее взаимности или говорит о ее безразличии к нему, позволяя влиять на свое поведение: «архитектура обладает способностью устанавливать взаимосвязь с нашим «внутренним «я», а наше восприятие различных мест и материальных объектов зачастую отражает либо то, что мы собой представляем, либо то, какое впечатление пытаемся произвести на «окружающих» [цит.4, С.129]. Таким образом, оценка взаимодействия человека и архитектурно-ландшафтной среды может являться и средством самопознания и саморазвития.

В процессе эко-арт-терапии становится значимым и такое важное свойство символа, как эмоциональная наполненность и способность к передаче иерархии (ценностей). Именно благодаря данному свойству работа с символами в процессе эко-арт-терапии позволяет ее участникам присваивать общечеловеческие ценности, осознавать ценность природы и успешно социализироваться в культурных ландшафтах места проживания. Для каждого человека в отдельности личностное присвоение символа происходит каждый раз заново: «Процесс порождения символа ... предстает в форме акта присвоения субъектом символического значения путем его преобразования из общечеловеческой ценности ... в ценность личностную ...» [16, С.194].

На основании проведенного теоретического анализа и опыта реализации эко-арт-терапии в Ботаническом саду ТвГУ нами были разработаны рабочая таблица (см. табл. 1), позволяющие ориентироваться в уровнях становления взаимодействия человека и природы и в сопутствующих им процессах. Опираясь на характеристики, представленные в Таблице 1, специалист на каждом этапе эко-арт-терапии может обращать внимание на возможные реакции и нарушения, особенности движения, восприятия и саморегуляции и подбирать наиболее эффективные эко-арт-терапевтические практики.

Также были разработаны шкалы оценки пространства – эко-арт-терапевтического ландшафта, используемого для проведения эко-арт-терапии, которая в дальнейшем, при детальной проработке и апробации на практике может стать ориентиром для проектирования терапевтических ландшафтов (см. табл. 2). В Таблице 2 представлены параметры оценки каждой шкалы – уровня взаимодействия и даны оценки крайних проявлений по каждому параметру. Важно отметить, что на данный момент

предложенные параметры и критерии их оценки находятся в процессе апробации и в дальнейшем могут корректироваться.

Возможность проектирования ландшафтов вызывающих необходимое психологическое состояние и эмоциональное переживание подробно исследована в работах известного ландшафтного архитектора Дж. Саймондса [17, С. 67-68]: «Пространственное воздействие можно запроектировать. ...мы можем назвать относительные проектируемые качества или пространственные характеристики целого ряда различных объемов, каждый из которых решен специальным образом так, чтобы вызвать определенное эмоциональное или психологическое ощущение». По мнению Дж. Саймондса, «сад лучше всего задумывать как серию запланированных взаимосвязей человека с человеком, человека с сооружением и человека с какой-то гранью или гранями природы, такими как инкрустированный лишайником ствол древнего дерева гинкго, покрытая веселыми солнечными зайчиками группа магнолий, струйка воды, пенящийся каскад, заводь, коллекция редких пионов или вид на луг. ... как окружение, в котором образ жизни человека может быть идеально связан с природными или с искусственными элементами, находящимися в пространстве сада» [25, С.191]. Таким образом, можно сделать вывод, что и терапевтический ландшафт с необходимостью должен быть связан с деятельностью человека в контексте эко-арт-терапии, которая создает выраженный терапевтический эффект, то есть с субъект-порождающим взаимодействием внутренней природы человека с проявлениями внешней природы – природной или архитектурно-ландшафтной средой и ее обитателями.

Подводя итоги, дадим рабочее определение эко-арт-терапии, основанное на экопсихологическом подходе к развитию психики и субъект –порождающем взаимодействии человека и природы.

Эко-арт-терапия – это исцеляющая практика развития экологического сознания и экологичного образа жизни, основанная на субъект – порождающем взаимодействии человека и разных уровней социальной общности с природной средой средствами искусства.

Эко-арт-терапия базируется на отношении к человеку как части природного сообщества, дополняющей и гармонизирующей целое в логике идей М. Бубера о сущности «Я-Ты» отношений - взаимопроникновении познающего и познаваемого субъектов, когда человек, познавая природный и культурный ландшафт, становится его частью.

Основываясь на представленной логике, эко-арт-терапия позволяет открывать взаимосвязи процессов, происходящих во внутреннем мире человека и его семьи и в жизненных ритмах природного сообщества. Законы развития психики и человеческих взаимоотношений осознаются в процессе эко-арт-терапии в связи с природными закономерностями жизни сада, самопознание и саморазвитие потенциала семьи связывается с познанием, благоустройством и проявлением действенной взаимопомощи в природном ландшафте.

Заключение

По результатам проведенного теоретического исследования и апробации его отдельных положений в практике эко-арт-терапии на базе НОЦ Ботанический сад ТвГУ необходимо выделить следующее:

1. Субъект-порождающее взаимодействие человека с пространством, когда человек и природная среда (архитектурно-ландшафтная) становятся единым субъектом развития, его условием и результатом, обусловлено их общей природой и степенью признания каждого «субъектом своего развития». Образы родного ландшафта и духовное значение территории определяют экоидентичность и особенности развития психики человека как природной формы бытия.

2. Эко-арт-терапия – это новый подход в терапии, основанный на чувственном телесном опыте, связанном с землей и опосредованном системой вложенных в него символических значений. Эффективность эко-арт-терапии связана с доверием внутреннему чувству направления и процессом символизации среды, обусловленных мозговой активностью, готовностью к восприятию даже самых слабых сигналов среды и составлению мысленной карты ландшафта, наряду с особенностями эмоциональной саморегуляции.

3. Цель эко-арт-терапии – становление субъект-порождающего взаимодействия внутренней природы человека с внешней природой как гармоничное взаимодействие части, дополняющей и обогащающей целое, с необходимостью учитывающее циклический характер данного взаимодействия – чередование открытости и закрытости в отношениях с миром.

4. Основными факторами воздействия ландшафта на человека являются: открытость и нелинейность – **доступность**, пластичность и саморегуляция; наличие возможности для арт-терапевтического взаимодействия с разными участками пространства; множество композиционных решений; полисенсорность воздействия; бытийность.

5. Основными направлениями изучения терапевтических возможностей ландшафта определены: возможности для совершенствования восприятия и снижения порога чувствительности к сигналам среды; особенностей восприятия, переживания, осознания, взаимодействия и осмысления человеком композиционной структуры и конструктивных элементов объектов ЛА; анализ видов, формы, содержания, результатов и качества стихийной и управляемой социальной активности и взаимодействия людей и сообществ, иерархии потребностей.

6. Факторами, влияющими на эффективность терапевтического ландшафта являются: особенности объемно-пространственной организации; качество ландшафта в критериях Я. Гейла; ключевые позиции анализа ландшафта, предложенные К. Линчем (ориентиры, пути, края, узлы, территории); восприятие возможностей вещества, места, подвижных и неподвижных объектов, событий, исследованное Дж. Гибсоном; формы и качество социальной активности, апробированные в нашем саду; условия для удовлетворения как физиологических, так и духовных потребностей.

7. Содержание процесса эко-арт-терапии и формы организации терапевтического ландшафта тесно связаны с уровнями становления субъект-порождающего взаимодействия. В разрабатываемой нами концепции эко-арт-терапии мы выделяем 5 уровней: непосредственно-чувственный и эмоционально-, знаково-, личностно- и духовно-опосредованные уровни.

8. Особенно значимой для успеха эко-арт-терапии является субъективно переживаемая участниками процесса пульсация пространства: сдвиг пространственно-символической системы координат. Способность в небольшом пространстве инсталляции выразить пространство своего внутреннего мира и сопоставить его с внешне наблюдаемыми и осмысливаемыми природными и культурными ландшафтами.

9. Диагностическая функция эко-арт-терапии реализуется благодаря неосознаваемому проявлению человеком во взаимодействии со средой особенностей своих взаимоотношений с другими людьми. Развивающая, коррекционная и терапевтическая функции эко-арт-терапии осуществляются благодаря такому свойству символов среды как эмоциональная наполненность и способность к передаче ценностей.

10. Представленные в статье ориентировочные таблицы можно использовать при создании условий для становления субъект-порождающего взаимодействия человека и природы: разработке программ по эко-арт-терапии и организации эко-арт-терапевтических ландшафтов как в ботанических садах и других особо охраняемых природных территориях, так и в озелененных пространствах города и лечебных учреждений.

Таблица 1. Уровни субъект-порождающего взаимодействия человека и природы.

Уровень взаимодействия	Непосредственно-чувственный	Эмоционально-опосредованный	Знаково-опосредованный	Личностно-опосредованный	Духовно-опосредованный
Уровень активности	рубро-спинальный	талламо-паллидарный	пирамидно-стриальный	премоторно-теменной	кортикальный уровень
Движение	умение держать тонус и позу тела, тело как точка отсчета	основные движения тела - ползание, сидение, ходьба, синергия движений и штампы	восприятие пространства, владение движениями в пространстве.	восприятие схем, схемы действий, называние схем	развернутая фразовая речь, письмо, интеллектуальные действия.
Общение	телесное, тоническое сонастраивание двух тел	общение в движении, содвижение - прижаться плечом, торкнуться головой, объятия, ласки	совнимание к общей цели - интонации звучания, мимика, жесты, указывание глазами	опирается на схемы внутри ситуации: мимика, жесты, слова; появляется личностное отношение к природе	все виды устной и письменной речи, объединение на основе общей идеи, смысла
Уровень саморегуляции	Аффективная оценка интенсивности воздействий	Аффективные стереотипы	Аффективная экспансия	Аффективная коммуникация	Символическая интеграция
Зона влияния	эмоциональная оценка интенсивности воздействия пространства - изменения температуры, освещенности, высоты звука, скорости движения, любые перепады интенсивности.	«дирижер», координирующий взаимодействие отдельных систем восприятия, оценка качества воздействия сенсорного поля в ощущениях собственного тела.	активность направлена на расширение «своего мира», овладение природой, обладающих определенной побудительной силой (валентностью); барьеры между ребенком и пространством - мерка для оценки возможностей, стремление переделать окружающее поле, сделать что-то свое.	налаживание эмоционального взаимодействия с другим человеком путем «чтения» эмоциональных состояний - обмен эмоциями от заражения своим состоянием до передачи сложных переживаний; возникает восприятие ландшафта как отражающего характеристики личности (Я), ее потребности, установки) и ценности	овладение своими переживаниями путем их осмысления для различения, обобщения и преобразования эмоций; становится возможным полноценный диалог с миром природы как равноправным партнером, с учетом состояния, особенностей и потребностей партнеров;

Возможная реакция на изменения	Беспокойство, тревога, страх, агрессия при повышении интенсивности воздействия среды.	Регулярность циклических процессов вызывает состояние комфорта, а любой сбой в ритме вызывает отрицательные эмоции.	Особая чувствительность к любым ограничениям и препятствиям; для их преодоления человек щедро расходует свою энергию и включает волю.	Возрастает роль положительных эмоций - они придают смысл действиям и тонизируют, эффективность выше при сочувствии, сопереживании.	Стремление найти символическое соответствие внутреннему состоянию в пространстве.
Возможные нарушения	Непереносимость сенсорных нагрузок, эмоциональная пресыщаемость, гипо/гиперчувствительность.	Отсутствие стойкой и яркой эмоциональной памяти, нарушения ритма, координации, выразительной мимики.	Страхи глубины, высоты, удаленности, открытого и закрытого пространства, возможна неправильная доминантная установка по отношению к препятствиям.	Сложности в установлении контакта и в отношениях с людьми	Сложности в осмыслении взаимоотношений с миром и с самим собой, неспособность понимать и общаться на языке символов
Роль взрослых	Тонус родителя достраивает, выравнивает тонус ребенка при его изменениях. Эмоциональный тонус взрослого для ребенка более значим, чем собственный при оценивании комфортности/некомфортности пространства.	Симбиотическое объединение ребенка и взрослого: взрослый, как живой механизм для удовлетворения жизненных потребностей ребенка. Эмоции взрослого накладываются на эмоциональную окраску ощущений, вплоть до замены знака.	Взрослый - центр, вокруг которого ребенок строит пространство. Эмоции взрослого положительно или отрицательно заряжают цели в пространстве (мишка - хороший, червяк - плохой; и наоборот - зависит от взрослого); определяют границы пространства. Социальный контроль поведения - наказания и поощрения «здесь и сейчас». Становление и развитие самостоятельности в познании пространства.	Взрослый вводит ребенка в природу, в общество, в культуру: обучает знакам общения; эмоции взрослого положительно или отрицательно заряжают целостные (архитипические) ситуации; эмоциональное подкрепление поведения. Становление и развитие самостоятельности в познании норм и правил поведения.	Родители и учитель вводят ребенка в мир творческого понимания себя и пространства. Социальный контроль поведения - внешний контроль - правила, законы. Собственный контроль - внутренний контроль - совесть, саморазвитие.
Пути коррекции	Развитие чувства пространства, накопление опыта непосредственно чувственных ощущений.	Выразительные движения, эмоциональное проживание смены природных циклов, помогающие стереотипы общения с природой.	Прорисовывание пространства, схемы тела, карты территории; ритмически организованная среда; подражание и запечатление; создание обучающих барьеров.	Планирование и составление схем, композиций, ситуаций выбора, разведение действий во времени, обыгрывание моделей поведения в конкретных место-ситуациях.	Осмысление ребенком эмоций происходит в игровом поведении, природных образах (в рисунке и фантазии), пиктограммах и в словах, в которых он изображает эмоции. Важно включение полимодальных практик.

Таблица 2. Методика оценки эко-арт-терапевтического ландшафта

Шкала 1. Непосредственно-чувственный уровень взаимодействия			
1	<i>оптимальный температурный режим</i>	-3	+3
		- очень сильный дискомфорт;	регулируемый температурный режим;
2	<i>комфортное покрытие для пешеходов</i>	-3	+3
		некачественное покрытие > 90%	комфортное, изменяющееся по фактуре покрытие на всей территории
3	<i>условия для движения с разной интенсивностью</i>	-3	+3
		нет условий для движения с разной интенсивностью	комфортные условия для движения с разной интенсивностью усиливающие + ландшафты
4	<i>наличие мест для отдыха сидя и стоя</i>	-3	+3
		нет мест для отдыха	модульные переносные регулируемые места отдыха
5	<i>возможность перехода с одного уровня рельефа на другой</i>	-3	+3
		перепадов рельефа нет/ переходов с одного уровня на другой нет	перепады рельефа продуманы и осмыслены в ландшафте
6	<i>наличие естественных и искусственных поверхностей с разной фактурой</i>	-3	+3
		поверхности сильно загрязнены, фактура однотипна, контакт невозможен	разнообразие поверхностей осмысленно и акцентировано в ландшафте
7	<i>отсутствие заметной шумовой нагрузки</i>	-3	+3
		сильное и постоянное превышение шумовой нагрузки техногенного типа	шума нет, преобладают природные звуки
8	<i>комфортный уровень освещённости в разное время суток</i>	-3	+3
		освещение практически отсутствует	регулируется с учётом потребностей людей, растений и животных
9	<i>наличие мест с разной степенью инсоляции</i>	-3	+3
		инсоляция территории минимальна	инсоляция участков зависит от времени года и потребностей
10	<i>преобладание спокойных цветов в общем фоне</i>	-3	+3
		общий фон однообразен и вызывает сильное напряжение и - эмоции	спокойный цветовой фон на всей территории, вызывающий + эмоции
11	<i>выделение визуальных акцентов, вносящих разнообразие общий фон</i>	-3	+3
		визуальные акценты отсутствуют или сильно диссонируют с общей панорамой	визуальные акценты хорошо продуманы и усиливают позитивное воздействие общей панорамы
12	<i>доступность непосредственного контакта с природой</i>	-3	+3
		мест для непосредственного контакта с природой нет	создана осмысленная интерактивная среда общения с природой
Шкала 2. Эмоционально-опосредованный уровень взаимодействия			
1	<i>есть ритмическая организация пространства</i>	-3	+3
		ритмическая организация пространства отсутствует	ритмическая организация пространства усиливает общую панораму

2	чередование стимулов, воздействующих на разные органы чувств	-3	+3
		стимулов воздействия на разные органы чувств почти нет или они оказывают отрицательное воздействие	чередование стимулов хорошо продумано и осмыслено в ландшафте
3	широкий спектр ощущений для каждой модальности	-3	+3
		недоступен широкий спектр ощущений для каждой модальности	доступен и ярко выражен широкий спектр ощущений, осмысленный в ландшафте
4	повторяемость стимулов – МАФ, растений, пейзажных картин, ОПС	-3	+3
		повторяемость стимулов отсутствует	повторяемость стимулов оригинально обыграна и усиливает общую панораму
5	разнообразие ландшафтных объектов, видов и перспектив	-3	+3
		общая панорама и виды однообразны	объекты, виды и перспектив весьма разнообразны и при этом создают целостное впечатление
6	наличие объектов, растений, видов и перспектив, вызывающих позитивные эмоции	-3	+3
		нет объектов, растений, видов и перспектив, вызывающих позитивные эмоции	общая позитивная атмосфера усиливает эмоциональное воздействие панорамы
7	наличие объектов, поражающих воображение, выделяющихся из общего контекста;	-3	+3
		объектов с сильным эмоциональным воздействием нет	объекты эмоционального воздействия усиливают целостное воздействие открытого пространства
8	возможность контактного общения людей	-3	+3
		возможность общения сильно затруднена	общение и контакты людей вызывает позитивные эмоции и усиливает + воздействие ландшафта
9	отсутствие диссоциирующих объектов, видов и перспектив	-3	+3
		диссонансы составляют >90%.	диссонансов нет
Шкала 3. Знаково-опосредованный уровень взаимодействия			
1	наличие знаков – ориентиров и путеводителей	-3	+3
		ориентеры и путеводители отсутствуют	интерактивная система связанных ориентеров и путеводителей
2	наличие разных по информационной насыщенности пространств	-3	+3
		информационная насыщенность пространства сведена к нулю	разные по информационной насыщенности пространства составляют единое целое
3	наличие безопасных и проницаемых границ	-3	+3
		границ нет или они очень жёсткие	границы хорошо обыграны и усиливают воздействие ландшафта
4	есть соразмерность с человеком	-3	+3
		соразмерность с человеком отсутствует	соразмерность с человеком осмыслена и усиливает благоприятное воздействие ландшафта
5	наличие фокусных точек – мест притяжения	-3	+3
		фокусных точек нет	фокусные точки усиливают целостное воздействие

6	наличие отрицательных и положительных форм рельефа	-3	+3
		нет выраженных форм рельефа/ они сильно нарушают общую картину	воздействие рельефа осмыслено и усилено в общей концепции
7	возможность взаимодействия с объектами ЛА на разной дистанции	-3	+3
		нет возможности взаимодействия на разной дистанции	взаимодействие на разной дистанции осмыслено в концепции
8	чередование открытых и закрытых пространств и плавных переходов между	-3	+3
		нет чередования открытых и закрытых пространств	переходы от одной ОПС к др. осмыслены и регулируются потребностями
9	наличие временных сменяемых экспозиций	-3	+3
		нет временных сменяемых экспозиций	есть интерактивная система временных сменяемых экспозиций
10	присутствие знаков – символов разной степени обобщения	-3	+3
		нет знаков – символов разной степени обобщения	есть целостная система символов
11	условия для интерактивного обмена знаками - информацией.	-3	+3
		нет условий для обмена информацией	активный обмен информацией регулируется потребностями человека и обыгран в ландшафте
Шкала 4. Личностно-опосредованный уровень взаимодействия			
1	наличие мест для общения людей	-3	+3
		нет специальных мест для общения людей	специальные благоустроенные места для общения усиливают воздействие ландшафта и наполняют его личностным значением
2	наличие личностно-значимых объектов ЛА	-3	+3
		отсутствие личностно-значимых ландшафтных объектов	имеющиеся личностно-значимые объекты ЛА улучшают отношения людей друг с другом и взаимоотношения с большей общностью (городом, страной, народом)
3	присутствие объектов ЛА, вызывающих широкий спектр переживаний и ассоциаций	-3	+3
		объекты ЛА вызывают широкий спектр переживаний, ассоциаций, метафор, осмысления экоидентичности	объекты ЛА вызывают широкий спектр переживаний, ассоциаций, метафор, осмысления идентичности
4	наличие интерактивных элементов	-3	+3
		отсутствие интерактивных элементов	есть система интерактивных элементов, которые усиливают воздействие ландшафта и стимулирует взаимодействие между людьми
5	информационные акценты на исторических объектах и истории жизни отдельных растений	-3	+3
		отсутствие информационных акцентов на исторических объектах и истории жизни отдельных растений	информационные акценты увязаны в систему, обыграны в ландшафте, повышают личностную значимость и улучшают отношение к месту

6	наличие условий для реализации потребностей человека	-3	+3
		нет условий для реализации потребностей человека	наличие благоприятных условий для органичной реализации всех потребностей человека
7	переживание человеком ценности места	-3	+3
		отрицание человеком ценности места	осмысленное переживание человеком ценности места
Шкала 5. Духовно-опосредованный уровень взаимодействия			
1	наличие ОПС со смысловой и символической нагрузкой	-3	+3
		нет ОПС, несущих значимую смысловую и символическую нагрузку	пространство в целом является объектом природного и/или культурного наследия
2	условия для отождествления с примечательными объектами ЛА	-3	+3
		нет объектов ЛА с которыми возможно самоотождествление	примечательные объекты ЛА увязаны в единую систему и воспринимаются как значимые для жизни
3	наличие целостного образа, архитектурного ансамбля	-3	+3
		нет целостного образа, пространство наполнено разрозненными объектами	есть яркий целостный образ, архитектурный ансамбль, осмысленный большой общностью людей
4	активное применение в ландшафте языка символов	-3	+3
		язык символов не используется	активно используется система символов, сочетающая как общепринятые, так и авторские прочтения
5	осмысление человеком своего единства с природой	-3	+3
		осмысление единства с природным и культурным ландшафтом невозможно и даже, наоборот, возникает отторжение и агрессия	пространство вызывает у людей яркое переживание единства с природ. и культур. ландшафтом, способствует их дух. преображению

Список литературы

1. *Бернштейн Н.А.* Физиология движений и активность. Москва: Наука, 1990.
2. *Боговая И.О., Фурсова Л.М.* Ландшафтное искусство: Учебник для вузов. М: Агропромиздат, 1988. 223 с., ил.
3. *Веденин Ю.А.* Очерки по географии искусства. М, Российский научно-исследовательский институт культурного и природного наследия. 1997. 224 с.; с илл.
4. *Вильковский М.* Социология архитектуры. М: Фонд «Русский авангард», 2010. 592 с., ил.
5. *Гейл Я.* Города для людей / Ян Гейл; Изд. на русском языке. Концерн «КРОСТ», пер. с англ. М: Альпина Паблишер, 2012. 276 с.
6. *Гибсон Дж.* Экологический подход к зрительному восприятию. Общ.ред. и вступ. ст. А.Д. Логвиненко. М: Прогресс, 1988.
7. *Копытин А.И.* Арт-терапевтическая среда с точки зрения клинического, социального и экологического подходов // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2016. № 1(36) [Электронный ресурс].–URL: http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2016_1_36/nomer08.php (дата обращения: 30.12.2017).
8. *Лебединский В.В., Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М.* Эмоциональные нарушения в детском возрасте. М: Изд-во МГУ, 1990. 197 с.
9. *Леонтьев Д.А.* Человек и мир: экзистенциальный цикл взаимодействия // 4-ая Российская конференция по экологической психологии (10 лет Лаборатории экопсихологии развития Психологического института РАО). Тезисы. (Москва, 28-29 марта 2005 г.) /Психологический институт РАО, Международный независимый эколого-политологический университет и др. М: УМК «Психология», 2005. 334 с.
10. *Линч К.* Образ города / К. Линч Пер. с англ. Глазычева; Сост. А.В. Иконников; Под ред. А.В. Иконникова-М.: Стройиздат, 1982. 328 с.ил. Перевод. изд.: The Image of the City/ Kevin Lynch. The M.I.T. Press.
11. *Лотман Ю.* Архитектура в контексте культуры // Семиосфера. СПб: «Искусство–СПб», 2000.
12. *Марютина Т.М.* Гл.1.2. Среда как предмет анализа в психогенетике развития // Экопсихология развития человека на разных этапах онтогенеза: коллективная монография (под общ. ред. В.И. Панова и Ш.Р. Хисамбеева). М: ФГНУ «Психологический институт РАО», 2013.
13. *Минделл А.* Геопсихология в шаманизме, физике и даосизме. Пер. с англ. А. Киселева. М: АСТ, 2008. 320 с.
14. *Наумцев, Ю.В., Шарафиева, Л.Р.* Ландшафтная арт-терапия как инновационное направление программы психосоциальной реабилитации на базе научно-образовательного центра «Ботанический сад Тверского государственного университета». Вестник ТвГУ. Серия: Педагогика и психология. 2014. №4. С. 68-82.
15. *Осорина М.В.* Секретный мир детей. СПб: Питер, 2008. 304 с.
16. *Панов В.И.* Экопсихология: Парадигмальный поиск. М: СПб: Психологический институт РАО; Нестор-История, 2014. 314 с.
17. *Саймондс Дж.* Ландшафт и архитектура / Сокращ. пер. с англ. А.И. Маньшавина. М: Изд. Литературы по строительству, 1965.
18. *Судзуки Д.Т.* Дзэн и японская культура. СПб: Наука, 2003. 522 с.
19. *Фролова В.А.* Преобразование городского постсоветского ландшафта в общественные пространства и среду нового поколения // Вестник Московского государственного университета леса – Лесной вестник. №5’ 2015. Том 19. С. 9-17.
20. *Черноушек М.* Психология жизненной среды / Пер. с чеш. И.И. Попа. М: Мысль, 1989. 174 с.

21. *Шарафиева Л.Р.* Ландшафтная арт-терапия с семьями и сообществами в среде Ботанического сада // Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности: Сборник материалов первой всероссийской научно-практической конференции / Под общ. ред. Копытина А.И. СПб: Скифия-принт, 2016. С. 90-93.
22. *Шарафиева Л.Р.* Эко-арт-терапия: от индивидуальной практики к интеграции сообщества. // Арт-терапия в России: медицина, образование, социальная сфера / Под общ.ред. А.И. Копытина. СПб: Скифия-принт, 2017. С. 503-526.
23. *Шарафиева Л.Р.* Японский сад как модель пространства субъект-порождающего взаимодействия системы «человек-планета» // Год экологии в России: педагогика и психология в интересах устойчивого развития: сборник статей научно-практической конференции (4-5 декабря 2017, Москва) / Сост.: М.О. Мдивани, В.И. Панов, Ю.Г. Панюкова. М: Изд-во «Перо», 2017. 541 с. 4Мбайт. [Электронное издание]. С. 506 – 512.

SUBJECT-GENERATIVE HUMAN INTERACTION AND NATURE AS THE BASIS OF THE CONCEPT OF ECO-ART-THERAPY AND THERAPEUTIC LANDSCAPES

Sharafieva L.R.

Moscow State Technical University. N.E. Bauman,
Department of Landscape Architecture and Landscape Engineering

The article proposes a theoretical substantiation of the subject-generating interaction between man and nature as the basis of eco-art therapy within the framework of the eco-psychological approach to the development of the psyche. Approaches and studies of the factors influencing the levels of the formation of such interaction in eco-art therapy are presented: the features of spatial organization, the stages of emotional self-regulation and the symbolization of the natural and architectural landscape environment. On the basis of the analysis of the practice of eco-art therapy, the main factors of the landscape impact on man were singled out at the Botanical Tver State University REC. The directions, the criteria for studying and the scales of space estimation as a therapeutic landscape, possible methods of its organization and forms of social activity were suggested. To assist specialists, a table is presented that correlates the levels of human-nature interaction with levels of brain activity and levels of movement and communication, levels of self-regulation and zones of their responsibility, possible reactions and disturbances at each level, the role of adults and ways of correction for each level interaction.

Key words: subject-generative interaction, environment symbolization, natural environment, ecopsychology, eco-art therapy, therapeutic landscape, botanical garden.

УДК 58.072: 159.9.015.7 (18)

ЛЕЧЕБНЫЕ ЛАНДШАФТЫ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИИ ПРОСТРАНСТВЕННОГО ВОСПРИЯТИЯ: КИТАЙСКИЕ ТРАДИЦИИ И СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ

В.К. Жиров, О.Б. Гонтарь, П.А. Маурчева

ФГБУН Полярно-альпийский ботанический сад-институт им. Н.А. Аврорина,
г. Кировск Мурманской области, rabgikscras@mail.ru

Предлагается обоснование принципов построения лечебных ландшафтов для пассивной садовой терапии с использованием представлений о патологических изменениях пространственного восприятия в связи с синдромами клаустро- и агорафобии, и классических принципов организации пространства китайских садов.

Ключевые слова: лечебные ландшафты, садовая терапия, нарушения пространственного восприятия, классические китайские сады.

Несмотря на то, что лечебные свойства садово-парковых ландшафтов известны на протяжении уже нескольких тысячелетий [1; 3; 6; 10], до недавнего времени их создание было скорее компетенцией искусства, чем науки. В последние годы рост психоневрологических заболеваний, особенно выраженный в больших городах, делает все более очевидной необходимость в научном обосновании принципов организации лечебных ландшафтов. В связи с этим особый интерес представляет вариабельность перцептивного образа ландшафта в случаях различных психоневрологических патологий. Как известно, последние нередко сопровождаются нарушениями пространственного восприятия, среди которых наиболее известны синдромы боязни закрытого или открытого пространства (клаустро- и агорафобии).

Среди работ по психологии пространственного восприятия следует отметить детальное исследование О.А.Гончарова [4], в котором на примере коми-ижемцев автор обосновывает возможность воздействия тундрового ландшафта на пространственное восприятие аборигенного населения. Кроме того, о психотропных эффектах пространственной организации можно судить по фундаментальным трудам православного богослова и математика, о. Павла Флоренского, связывавшего духовные особенности личности с геометрией ее перцептивного пространства [8; 11]; математика и конструктора космических аппаратов, академика РАН Б.В.Раушенбаха, создавшего математическую теорию пространственных построений в изобразительном искусстве [9], а также автора теории этногенеза, историка и географа Л.Н.Гумилева, придававшего характеру ландшафта ключевую этногенетическую роль [5].

ДЕФОРМАЦИИ ПЕРЦЕПТИВНОГО ПРОСТРАНСТВА

Прямая перспектива, как психофизическая иллюзия

Согласно взглядам о. Павла Флоренского [8; 11], восприятие физического пространства в линейной (прямой, ренессансной) перспективе возможно только в том случае, когда наблюдатель располагает единственной точкой зрения бесконечно малых размеров. Это требование выполняется, если 1) наблюдатель обладает монокулярным зрением, угол которого (т.е. диаметр зрачка) бесконечно мал; 2) наблюдатель и его глаз полностью неподвижны; 3) полностью неподвижен объект наблюдения; 4) психика не участвует в формировании перцептивного образа.

Поскольку одновременное соблюдение этих условий не только практически, но и теоретически невозможно, истинный образ перцептивного пространства, построенного в соответствии с законом линейной перспективы, представляет собой бесконечный туннель, а привычное окружающее нас открытое пространство, в котором размер предметов и расстояние до них связаны обратной зависимостью, является только иллюзией. Судя по всему, она формируется в результате сложного взаимодействия психофизических механизмов пространственного восприятия, действия которых нарушают данные условия. При этом недостаточная активность одного из механизмов может компенсироваться повышенной активностью других. Так, многие птицы и млекопитающие с недостаточной бинокулярностью зрения качают головой при движении, оценивая глубину пространства; обычная для детей манера «глазеть по сторонам», видимо, выполняет ту же функцию.

Однако иллюзия открытого пространства линейной перспективы, не имеет повсеместного распространения. по мнению О.А.Гончарова [4], более реалистичное пространственное восприятие в обратной перспективе формируется в результате длительного пребывания в открытых тундровых ландшафтах и преобладает у детей моложе 7-10 лет.

Организация ландшафтов среды обитания человека существенно ограничивает свободу его перемещения в пространстве. Не только не имея возможности двигаться

одновременно в нескольких направлениях, но и свободы их выбора, мы выбираем траекторию движения с учетом ограничений, накладываемых на нее целью, дефицитом времени, используемыми средствами и характером самого пространства. Очевидно, что в наибольшей степени это проявляется в городской среде, доступное для передвижения пространство которой строго регламентировано сетью пешеходных дорог и маршрутов транспорта.

Городские условия способствует тому, что с возрастом большая часть коренных горожан перестает обращать внимание на то, что непосредственно не связано с целью движения. В результате их перцептивное пространство упрощается, постепенно «теряя» измерения. В крайнем случае число измерений может сократиться до одного, и тогда человек обнаруживает себя в бесконечном туннеле, что иногда случается во время ночных кошмаров и при тяжелых психических расстройствах. Не исключено: впервые каждый испытывает те же впечатления в процессе собственного рождения, а также, по мнению известного американского психолога и врача Р.Моуди [7], после наступления клинической смерти.

Издержки преодоления иллюзии прямой перспективы: клаустрофобия и агорафобия

Несмотря на то, что по достижении определенного возраста большинство городских жителей существует в пространстве усеченных размерностей, оно мало кому из них представляется непригодным для жизни. Относительно невысокую заболеваемость клаустрофобией можно объяснить устойчивостью защитных психофизических механизмов, действие которых нарушает четыре условия о. Павла Флоренского. По-видимому, особую роль в развитии данной фобии играет психика, трансформирующая светоиндуцированные электрические сигналы от сетчатки глаза в конкретный пространственный образ.

Во многих случаях симптомы клаустрофобии проявляются с осознанием отсутствия свободы передвижения, т.е. туннелированности физического пространства современного города. Роль физиологической составляющей защитного комплекса («глазения по сторонам», и др.), оптически увеличивающей число точек зрения, очевидно, снижается с возрастом, вследствие чего, нагрузка по формированию иллюзии открытого пространства все больше переносится на психику. Возможно, что в фазе наибольшей выраженности синдрома ощущение туннелированности городской среды суммируется с интранатальными впечатлениями, сохраненными подсознанием.

Альтернативный синдром агорафобии, проявляющийся в форме боязни открытых пространств и больших скоплений людей, возникает вследствие чрезмерной активности этого психофизического механизма, усиливающего иллюзию открытого пространства вплоть до утраты элементарной осторожности, что раньше или позднее приводит к травматическим последствиям, наиболее частым у детей младшего возраста, или лиц, пребывающих в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. В результате психической переработки травматического опыта в таких случаях может сформироваться устойчивая ассоциативная связь образа открытого пространства с чувством опасности.

Согласно утверждению о. Павла Флоренского, истинное восприятие окружающего мира осуществляется через обратную, а не прямую, перспективу [11]. Обратная перспектива как бы «раздвигает» трехмерное пространство, демонстрируя попытку увидеть наблюдаемый объект с трех сторон одновременно. В сущности, данная форма пространственного восприятия находится вблизи границы между физической и духовной реальностями, и с теологической точки зрения представляет собой рудимент духовного зрения. Прямая перспектива является свойством наиболее примитивного уровня пространственного восприятия и отражает низшие реалии физического мира.

Различия между прямой и обратной перспективами отражают, таким образом, не столько разные способы, сколько разные уровни пространственного восприятия. Результатом линейной перцепции пространства являются клаустро- и агорафобия, обусловленные, соответственно, либо реалистичным восприятием «ренессансного» туннеля

вместе с драматическим осознанием его непреодолимости, либо неожиданным появлением его травмирующих препятствий, надежно скрытых декорацией открытого линейного пространства. Восприятие пространства в обратной перспективе предотвращает развитие указанных фобий - демонстрацией горизонтов принципиально более высоких уровней мироздания в первом случае, либо устранением, вместе с тем, этой декорации - во втором.

Следовательно, профилактика и коррекция нарушений пространственного восприятия должна быть связана с восстановлением естественных, т.е. природных, форм организации пространства среды обитания городских жителей. Практически этого можно достичь с помощью методов пассивной садовой терапии, в данном случае – путем неоднократного и продолжительного визуального восприятия ландшафтов соответствующей психотропно-активной пространственной организации. Среди сохранившегося к настоящему времени наследия различных национальных садово-парковых культур особое внимание в данном контексте привлекает китайская пейзажная живопись и китайское садовое искусство.

ПСИХОТРОПНЫЕ СВОЙСТВА КИТАЙСКОГО ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА

Даосское единство духовного и материального в садах и пейзажах

Проблема лечебных садов и лечебных ландшафтов имеет продолжительную историю, однако в различных (особенно – древних языческих) культурах их терапевтическая функция лишь дополняла основную – сакральную. Применительно к обсуждаемой здесь теме особый интерес представляют существующие уже более трех тысячелетий китайские сады, материальные формы которых наполнены духовным содержанием даосизма. Наиболее важной особенностью этой религиозно-философской системы является первичность пустоты (небытия) в отношении материальных объектов нашего мира, в которую они, претерпев различные трансформации, в конце концов возвращаются: *«[В мире] – большое разнообразие вещей, но [все они] возвращаются к своему началу. Возвращение к началу называется покоем, а покой называется возвращением к сущности»*¹. Этим, в конечном счете, определяется «вертикальный» характер связи сакральных и терапевтических функций китайского сада: духовные практики положительно воздействуют на состояние здоровья, которое, в свою очередь, обеспечивает успешность медитативных упражнений. Поэтому с древних времен китайский сад использовался как в духовных, так и в лечебных целях, причем его эстетические качества были необходимым условием их достижения [2].

Культура китайских садов неразрывно связана с другими направлениями традиционного китайского - изобразительного, поэтического и музыкального искусства, в основе которых лежит даосское мировоззрение. Традиционный китайский сад можно представить, как трехмерный символ основного для китайской пейзажной живописи горно-водного ландшафта, географический дуализм которого является отражением более общей оппозиции Инь и Янь. Применительно к задачам ландшафтной терапии, китайская пейзажная живопись и садовое искусство могут соотноситься, как чертеж и трехмерная конструкция. Вместе с тем, приемы пространственных построений в том и другом случаях различаются.

С учетом этих обстоятельств, а также религиозных основ традиционного китайского искусства и обсуждавшихся ранее психотропных эффектов различных пространственных построений, традиции китайской пейзажной живописи и китайских садов целесообразно рассматривать с двух точек зрения - геометрии перцептивного пространства зрителя и даосского мировоззрения в целом.

Пейзажная живопись

Основополагающим для решения проблемы передачи объема в пейзажной живописи является учение Го Си (XI век) о трех – высокой, глубокой и ровной - «далях», которые, в

¹ Лао Цзы. «Дао дэ цзин», 16 глава

сочетании друг с другом, обеспечивают выполнение ее важнейшего правила - подвижности взгляда зрителя. Согласно рассмотренным выше представлениям о. Павла Флоренского [8; 11], оно создает иллюзию открытости физического пространства, однако в данном случае выполняет вместе с тем функцию передачи его глубины.

При этом изображения высокой дали в китайских пейзажах не только увеличивают подвижность взгляда зрителя вдоль склонов гор и возвышенностей, но и направляют его движение по заданному автором маршруту за счет формы русел ручьев, тропинок и т.п., что существенно расширяет психотропные возможности картины.

В изображениях глубокой дали, которая передавалась наслаениями друг на друга ряда плоских горных вершин, хребтов, отрогов и стен ущелий, обычно разделенных облаками или туманом, усматриваются отчетливые признаки применявшегося в древнеегипетских фресках и обычного для современного чертежного дела приема развертки, позволяющего изобразить на плоскости трехмерный объект со всех сторон.

Наконец, в изображениях ровной дали, где отсутствуют горы, вода и небо переходят друг в друга, а линия горизонта размыта и обычно скрывается в тумане, взгляд зрителя фиксируется на одинокой фигуре человека, бредущего или плывущего в лодке.

С позиций пространственной перцепции, управляющая взглядом зрителя высокая даль с явной доминантой вертикали маломерна (в лучшем случае - двумерна), по существу являет пример в большей или меньшей степени туннелированного пространства, т.е. представляет первичного и наиболее грубого способа восприятия физической реальности². Здесь противостояние Янь и Инь достигает наибольшего напряжения (в живописной форме – сочетание гор и воды с максимальными высотными градиентами).

В отличие от высокой, смысл глубокой дали можно понять, как попытку вырваться за пределы восприятия трехмерного пространства, пусть даже несовершенным способом «нарезания» третьего измерения на отдельные пласты и разделения их туманной дымкой, напоминающим несколько видоизмененный прием развертки современных чертежей. Янь и Инь здесь продолжают бороться друг с другом, но основной акцент этой дали смещен в сторону третьего измерения, что отражает более совершенное восприятие пространства.

Этот процесс завершается на той стадии духовного роста, когда пространство возвращается в породившую его пустоту, что, согласно традициям китайской пейзажной живописи, находит выражение в форме ровной дали.

Обычно китайский пейзаж включал в себя все три формы изображения пространства, для чего использовались горизонтальные свитки. При рассматривании такого свитка высокая, глубокая и ровная дали последовательно сменяли друг друга, символизируя различные состояния окружающего мира и духовный рост исповедника даосской религии.

Садовое искусство

Играя по сути сходную с пейзажной живописью роль духовной пищи и фактора духовного воспитания китайского общества, садовое искусство Китая располагало дополнительными, по сравнению с ней, возможностями воздействия на зрителя благодаря его непосредственному погружению в трехмерное пространство сада. Вместе с тем, не имея технической возможности сконструировать в реальных масштабах различные по напряженности противостояния Инь и Янь (высокие горы и обширные водные пространства), китайское садовое искусство пошло по пути, сходному с изображениями пейзажей на длинных свитках, которые рассматривались частями, по мере их раскрывания.

² Разумеется, ландшафты Китая начала второго тысячелетия существенно отличались и выглядели много привлекательнее, чем современные урбанизированные ландшафты. В то же время около двух тысяч лет назад китайские художники сумели увидеть туннелированность пространства даже в природных ландшафтах.

Характерной особенностью китайского сада, сохранившейся до наших дней, является частичное разделение его пространства: внутренними стенами - по горизонтали, мостиками и лестницами - по вертикали, которое создает впечатление незавершенного туннелирования. Согласно представлениям о возможностях коррекции обсуждавшихся выше нарушений пространственного восприятия, такая кластеризация, в зависимости от маршрута и скорости передвижения во саду, а также формы ландшафтов отдельных кластеров, может либо ослабить эффекты агорафобии, благодаря частичной замкнутости их пространств, с одной стороны, либо создавать впечатление их открытости, препятствуя развитию клаустрофобии - с другой.

Различная напряженность противостояния ИНЬ и ЯНЬ может достигаться и в миниатюрных масштабах кластеров китайского сада при использовании различных оптических эффектов, зрительно увеличивающих или уменьшающих соотношение высоты возвышенностей и площади зеркала водоемов. При этом в традиционно организованных китайских садах возможности воздействия на перцептивное пространство зрителя существенно расширяются благодаря сложной топологии кластерных ландшафтов с перспективами разных типов, а также конструкций, направляющих взгляд наблюдателя, в соответствии с методами пейзажной живописи.

ПОДХОДЫ К АЛГОРИТМУ ЛЕЧЕБНЫХ ЛАНДШАФТОВ

Итак, представления о психотропной активности визуально воспринимаемого пространства различной организации, и традиции классического садово-паркового искусства Китая могут совместно служить основой для разработки теории лечебных садово-парковых ландшафтов. Внедрение методов ландшафтной (пассивной садовой) терапии в современные психиатрию, психотерапию и неврологию требует строгого регламента соответствующих лечебных манипуляций, создание которого невозможно без серьезного научного обоснования. Порожденное даосской культурой древнее искусство китайских садов и парков, терапевтические возможности которого являлись побочным, по отношению к духовным практикам, продуктом, в последнее время имеет тенденцию трансформироваться в научное направление, призванное объединить усилия врачей, психологов, коррекционных педагогов и ландшафтных дизайнеров. В сфере деятельности последних это означает разработку алгоритма конструирования лечебных садов и парков.

В наиболее общих чертах он должен предусматривать, во-первых, наличие отдельных участков садово-парковой территории, различающихся по характеру пространственной организации, т.е. по типу доминирующей в каждом из них перспективы, а также их сочетания; во-вторых, - такое взаиморасположение участков, которое позволит организовать на их основе максимальное число маршрутов при минимуме физических затрат, в целях эффективного обслуживания лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Территория лечебного сада или парка должна быть представлена кластерами с доминированием пространственной перспективы одной из обсуждавшихся (линейной, и обратной) форм, а также их комбинаций, включая переходную аксонометрическую форму. В качестве общего принципа формирования таких кластеров целесообразно заимствование китайской садово-парковой (а также живописной) традиции активного управления перцепцией ландшафтного пространства. С этой точки зрения особое значение приобретают: 1) разделение пространства сада на отдельные участки, соединенные друг с другом переходами; 2) дифференциация пространства сада не только по горизонтали, но и по вертикали с помощью возвышенностей, камней и водоемов; 3) манипулирование разнообразными оптическими эффектами, благодаря которым изменяются не только тип перспективы, но и размеры отдельных элементов, также, как и его облик в целом [2].

При этом конкретный маршрут (т.е. частота, последовательность и время смены отдельных кластеров), а также скорость его прохождения (продолжительность пребывания

пациента на отдельных участках) должны определяться в зависимости от характера изменений перцептивного пространства и стадии развития патологического процесса.

Список литературы

1. *Вергунов А.П.* Архитектурно-ландшафтная организация озелененных пространств в городских центрах. М: Наука, 1986. 435 с.
2. *Голосова Е.В.* Ландшафтное искусство Китая. М: Наталис, 2008. 327 с.
3. *Гонтарь О.Б., Жиров В.К., Шестаков А.В.* Научные основы специализированного ландшафтного дизайна // Научные основы экологии, мелиорации и эстетики ландшафтов: Материалы конференции (М.: МГУ, 17-21 мая 2010 г.). Тула: Гриф и К., 2010. С. 120-125.
4. *Гончаров О.А.* Закономерности восприятия и изображения перспективных отношений. Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна». 2009, №4. С. 1-15.
5. *Гумилев Л.Н.* Этногенез и биосфера Земли. М: Гидрометеиздат, 1990. 159 с.
6. *Жиров В.К., Гонтарь О.Б., Койгерова А.А.* Особенности геометрии перцептивного пространства при психических нарушениях (к вопросу о конструировании лечебных ландшафтов) // Topical areas of fundamental and applied research IV: Мат-лы IV Межд. научно-практ. конф., 4-5 августа 2014 г., North Charleston, USA. - NorthCharleston: CreateSpace., 2014. Vol.2. P. 4-13.
7. *Моуди Р.А.* Жизнь после жизни. Исследование феномена выживания после физической смерти. Л: Лениздат, 1990. 144 с.
8. *Перетяцкий Г.Ф.* Мир в прямой и обратной перспективе (Размышления на тему Флоренского). Научные ведомости Белгородского ГУ. Философия. Социология. Право. 2009, вып. №9, т.10. С. 5-9.
9. *Раушенбах Б.В.* Системы перспективы в изобразительном искусстве. Общая теория перспективы. М: Наука, 1986. 255 с.
10. *Сизых С.В., Кузеванов В.Я., Белозерская С.И., Песков В.П.* Садовая терапия: Использование ресурсов ботанического сада для адаптации и реабилитации. Справочно-методические пособие. Иркутск: Изд-во Ирк. гос. ун-та. 2006. 48 с.
11. *Флоренский П.А.* Обратная перспектива. // Флоренский П.А. У водоразделов мысли, т. 2. М, «Правда», 1990. 447 с.

THERAPEUTIC LANDSCAPES IN THE CONTEXT OF SPACE PERCEPTION: CHINESE TRADITIONS AND MODERN APPROACHES

V.K. Zhirov, O.B. Gontar, P.A. Mauriceva

Polar Alpine Botanical Garden and Institute, Kirovsk Murmansk reg.
pabgikscras@mail.ru

Summary. A theoretical justification for the therapeutic gardens landscapes creation on the basis of modern views for pathological changes of the space perception, and classic rules of Chinese gardens space design, is suggested.

Key words: therapeutic landscapes, garden therapy, space perception disorder, classic Chinese gardens.

ОЗЕЛЕНЕНИЕ КАК ЗНАЧИМЫЙ САНИТАРНО- И ПСИХОГИГИЕНИЧЕСКИЙ ФАКТОР ОПТИМИЗАЦИИ ГОРОДСКОЙ СРЕДЫ

Варданян К.К.

Кафедра гигиены и экологии

Ереванского государственного медицинского университета им. М. Гераци

Kristina.vardkaren@gmail.com

В работе рассмотрено значение озеленения городской среды и степень его влияния на здоровье населения. Показано, что структурированная система озеленения является серьезным резервом по оздоровлению окружающей среды, а также улучшению состояния здоровья и качества жизни населения.

Ключевые слова: озеленение, зеленые насаждения, гигиена города, воздушная среда, микроклимат, психогигиена.

В настоящее время вопрос оптимизации среды обитания человека крайне актуален. Повышенное внимание со стороны специалистов к проблемам экологии, а также результаты исследований, свидетельствуют об увеличении влияния средовых факторов на здоровье людей [17].

Изменение качества среды обитания человека в городе ведет к снижению комфортности жизни в нем. «Комфортность» - это оптимальное состояние среды обитания, которая, являясь субъективным фактором, затрагивает его внутреннее состояние (первое условие комфортности), параметры окружающей среды (второе условие комфортности) и гигиенические характеристики (третье условие комфортности) [11].

Санитарно-гигиеническая комфортность городской среды представляет собой самый главный критерий ее оценки [12]. Создание экологически безопасной городской среды невозможно без соблюдения всех гигиенических требований [13].

Природосохранность - это связь с природой, которая характеризуется возможностью контакта человека и естественного пространства. Эта связь может быть непосредственной физической, визуальной, психологической. Ее качество обеспечивается, прежде всего, сохранением естественных, природных пространств, а также организацией среды. Природа и даже сам человек постепенно вытесняются из города техникой, коммуникациями, оборудованием, постройками.

Физическое загрязнение вызывает ухудшение санитарно-гигиенического состояния окружающей среды. Визуальное, акустическое и энергоинформационное - отрицательно влияют на психическое и социальное благополучие населения, вызывают стресс. Комфорт психологический ценится человеком выше физического. В сегодняшней урбанизированной среде границы персонального пространства уменьшаются. Изучение путей экологизации городских пространств является существенным аспектом повышения качества жизненной среды [6, 7].

Экологическая гармонизация позволит значительно улучшить качество жизни человека и содействовать развитию эстетического восприятия жизни, повысить устойчивость организма к стрессовым воздействиям окружающей среды [9].

Среди всего комплекса экологических проблем крупного города вопросы озеленения территории занимают особое место. Подавляющая человека застройка городов зданиями, киосками, палатками психологически травмирует его, делает его безразличным к среде обитания. Эстетическая составляющая формирования окружающей среды - также важный показатель качества среды обитания людей, создаваемого культурного ландшафта. Эстетическое «загрязнение» городов, на первый взгляд, представляется не столь губительным, как традиционные, имеющие материальную основу. Однако унылые,

лишенные озелененных территорий жилые районы, создают тягостное впечатление, отрицательно влияют на настроение, самочувствие и работоспособность жителей. Визуальная среда, ее насыщенность зрительными элементами оказывают большое влияние на состояние человека, как любой другой экологический фактор, составляющий среду обитания. Под видимой средой следует понимать окружающую среду, которую человек воспринимает через орган зрения - это лес, берег моря, горы, здания, сооружения, интерьеры жилых и производственных помещений. Сегодня до 80% своего времени человек имеет дело с объектами, требующими зрительного внимания. Назрела необходимость осознанно вмешаться в содержание окружающей визуальной среды. Длительное пребывание в условиях неблагоприятного визуального окружения отрицательным образом сказывается на психическом здоровье человека. Повышая эстетический потенциал, повышается притягательность данного участка города [15, 19].

Динамика развития современных городов смещается в сторону реконструкции и преобразования уже сложившейся системы городских пространств [5]. Одним из современных направлений озеленения городских территорий является натурализация застройки, под которой подразумевается создание и содержание на любых поверхностях зданий и сооружений - вертикальных, горизонтальных и наклонных - растительного покрова из специально подобранных видов растений, соответствующих местным географическим условиям. Урбанизация, обострение экологических проблем и хроническое отсутствие свободных территорий требуют качественно иного подхода к использованию земли: не зеленые насаждения или постройки, а зеленые насаждения на постройках. При этом растительность становится полноправной составной частью застройки. Натурализация построек позволяет увеличить площадь зеленых насаждений в городе без радикального изменения сложившейся застройки [14]. Человек инстинктивно ищет гармонию, и вопрос оторванности его от природной среды является весьма актуальным.

Самым простым и действенным средством оздоровления современной экологической, психологической и эстетической среды города является развитие оптимально сформированной системы зеленых насаждений, поскольку они активно участвуют в формировании благоприятной окружающей среды, качество которой обеспечивает устойчивое развитие урбанизированных территорий [18, 20].

При формировании принципа экологической инфраструктуры важнейшей функцией зеленых насаждений должна быть санитарно-гигиеническая, заключающаяся в очистке окружающей среды от вредных веществ, в поглощении газов, адсорбции пыли. Все это, несомненно, будет способствовать оздоровлению окружающей среды, а следовательно, сохранению и укреплению здоровья городских жителей [8].

Являясь составной частью городского ландшафта, зеленые насаждения смягчают и облагораживают городскую застройку, а также имеют большое санитарно-гигиеническое, рекреационное, ландшафтно-архитектурное, научное и эстетическое значение [4].

К естественному акустическому фону человек в процессе эволюции адаптировался. Живые природные шумы тонко упорядочены. В них присутствует некий собственно природный смысл, который можно было бы назвать первично биотропным. Все шумы природы тонко и глубоко влияют на живые организмы, гармонизируя и усиливая их организационную мощь [16].

Исследование, проведенное в Швеции, продемонстрировало, что прослушивание звуков природы и урбанизации, воздействует на процесс восстановления от стресса у человека по-разному. Звуки природы намного облегчают и ускоряют процесс восстановления от стресса, в отличие от звуков, свойственных городской среде [21].

Наряду с другими свойствами для многих видов деревьев и кустарников свойственно испускание запаха, или душистость. Как утверждают древнеармянские историки, в Армении существовали специальные душистые сады "бурастаны", оформленные исключительно благовонными растениями [2]. Запах растений приобретает особенное

значение в условиях современного города, отличающегося сильно загрязненной атмосферой. В условиях г. Еревана при соответствующем подборе душистых растений можно обеспечить эффект аромата в садах в течение семи месяцев [1].

Природный ландшафт естественный или искусственный - активно способствует восстановлению сил, возобновлению подвижного равновесия между организмом и окружающей средой, нарушаемого вследствие болезни, утомления, недостаточного пребывания на воздухе. Общение с природой приводит к снятию нервного напряжения, успокоению, что особенно ярко проявляется среди жителей больших городов [26, 40]. Ее эмоциональное воздействие согласно цветовой теории, успокаивающее действие состоит в доминировании в ней двух цветов - зеленого и синего [10].

Американскими исследователями доказано, что физический и визуальный контакт с озелененными зонами является живым ключом к здоровью. Элементы озеленения обязательно должны быть внедрены в относительно плотную городскую застройку, включая общественные здания и открытые территории, поскольку городской дизайн достаточно сильно влияет на здоровье и благополучие населения [29, 35].

Работа австралийских исследователей доказала, что наличие зеленых зон, значительно влияет на психологическое состояние людей, нежели на их физическое состояние [38].

В Нидерландах было проведено исследование, выявившее связь между близостью к озелененным зонам и распространенностью заболеваемости. Самые низкие показатели по числу зарегистрированных случаев болезней, а особенно синдрома тревоги и депрессии были в тех районах, которые расположены в пределах 1 км от зеленых пространств [34].

Не только физический, но и визуальный контакт с природой оказывает положительное влияние на физическое и психическое здоровье человека. Визуальная среда человека, простое созерцание природы в окно, может предоставить широкие возможности для восстановления от стресса [22, 25].

Исследование, проведенное R. Kaplan в шести многоэтажных домах, показало, что созерцание элементов природы из окна квартиры в значительно большей степени способствует повышению удовлетворенности окружающей средой и самооценки у жителей, чем созерцание унылых городских пейзажей [30].

Эксперимент, проведенный в США, доказал разницу между созерцанием природы в окно, на плазменном экране ЖК дисплея и созерцанием глухой стены. Восстановление нормальной сердечной деятельности быстрее происходило при созерцании природы в окно, нежели на плазменном экране. Созерцание глухой стены и плазменного экрана разницы не выявило [31].

Выяснено, что окружающая среда играет намного более существенную роль в состоянии здоровья детей, проживающих в плохой городской среде, чем ранее было признано. Результаты исследования указывают, что дети, условия жизни которых улучшились, после обмена квартир на жилье в более озелененных районах, впоследствии имели тенденцию к более высоким уровням когнитивных функций, чем было ранее выявлено [40].

Исследование влияния озеленения, проведенное среди пожилых женщин в США, также доказало улучшение у них когнитивных функций [27].

В работе Р. Маэр был доказан эффект положительного влияния озелененных зон в городе на развитие у детей чувства коллективизма после их пребывания в различных парках Миннесоты [36].

Степень озелененности окружающей среды играет важную роль в снижении уровня напряжения от воздействия неблагоприятных факторов на психику детей, проживающих в сельской местности. У детей, проживающих в более озелененной местности, были ниже уровни напряженности и выше самооценка [47]. Доказано снижение уровня преступности при достаточной озеленности в городе [24, 33].

Исследование, проведенное в США, показало, что близость зеленой зоны к дому имеет связь с выработкой самодисциплины, что она более выражена среди девочек [39].

Обеспечение комфортной среды в лечебно-профилактических учреждениях является одной из важнейших санитарно-гигиенических задач.

Исследование состояния озеленения 15 широкопрофильных больниц г. Еревана на основании изучения и выявления характерных особенностей структуры, количественных и качественных показателей, видового состава, а также композиционных решений и приемов озеленения, выявило, что ни в одной из обследованных больниц озеленение не соответствует требованиям, предъявляемым к лечебно-профилактическим учреждениям. Разработанная комплексная программа по реорганизации озеленения, была направлена на оздоровление и эстетизацию больничной среды, что являлось новым научно-методическим подходом к углубленному исследованию выдвинутой проблемы.

Оценка реорганизации озеленения больниц, была основана на данных определения показателей воздушной среды (пыль, SO₂, CO, NO₂, NO), микроклимата и шума на территории больничного участка, опроса медицинского персонала до и после озеленения клиник. Результаты оценки проведенной реорганизации позволяют утверждать, что структурированная система озеленения является мощным резервом по оздоровлению окружающей среды и улучшению лечебно-охранительного режима ЛПУ [3].

Изучение психо-эмоционального состояния двух групп детей, находившихся на стационарном лечении, было показано, что состояние детей, которые кроме медикаментозного включал арт-терапию у психолога клиники в условиях озеленения с возможностью выбора «зеленого» друга и ухода за ним, были статистически значимо лучше в сравнении с группой детей, получающих арт-терапию в обычных условиях [41, 42].

Интересное исследование было проведено среди больных, восстанавливающихся после холецистэктомии. Было выявлено, что восстановление здоровья происходило быстрее у больных, окна палат которых выходили в больничный сад, в отличие от больных, окна палат которых смотрели на соседнюю кирпичную стену. Опрос медперсонала показал, что первой группе больных потребовалось меньше болеутоляющих средств, послеоперационные осложнения у них развивались реже, а период пребывания в больнице был короче. Результаты явно показывают, что природу можно рассматривать, как возможность экономии в здравоохранении, поскольку сокращается срок пребывания в больнице, а также уменьшается потребность в инъекциях дорогостоящих наркотических средств. Результаты трех исследований продемонстрировали, что даже простое созерцание природы значительно снижает напряжение у людей [43, 44, 45].

Больничный сад может быть использован, в качестве элемента терапии пациентов и улучшения состояния здоровья персонала больницы [37]. Подобное исследование было проведено в детских клиниках. Данные обработки результатов поведенческих наблюдений, различных исследований и интервью указали на ряд преимуществ больничного сада, который был воспринят, как место восстановления и исцеления, использование которого сопровождалось повышением чувства удовлетворенности у потребителей медицинских услуг [48, 28].

Контролирование острой боли является широко признанной и серьезной проблемой. Природа и связанные с ней сенсорные стимулы могут быть использованы в качестве отвлекающей терапии. В четырех клинических исследованиях была дана оценка влияния природы (в качестве зрительного раздражителя), с целью определения, будет ли это способствовать облегчению острой боли. В исследовании также использовалось раздражение звуковыми сигналами (звуки природы). Отвлекающие зрительные и слуховые раздражители, использованные совместно предоставили более строгие доказательства уменьшения боли, чем при любом типе стимула, использованном в одиночку [32].

В балтиморской клинике группе больных во время проведения бронхоскопии демонстрировались сцены и звуки природы до, во время и после процедуры. Пациентам контрольной группы не демонстрировались ни сцены природы, ни звуки. Выявлено, что звуки природы и созерцание природных сцен во время процедуры значительно отвлекало внимание пациентов и уменьшало у них чувство боли, вызываемое процедурой

бронхоскопии. Для уточнения механизма этого положительного эффекта, несомненно, требуются дополнительные исследования. Необходимо рассматривать эту неразрушающую стратегию, как дополнение к стандартным болеутоляющим средствам, назначаемым пациентам, подвергающимся болезненным, инвазивным процедурам [23].

Таким образом, вышеизложенное позволяет утверждать, что озеленение это мощный санитарно- и психогигиенический фактор городской среды. Структурированная система озеленения является серьезным резервом по оздоровлению окружающей среды, а также улучшению состояния здоровья и качества жизни населения.

Список литературы

1. *Агаджанян Г.В.* Влияние древесных растений на некоторые факторы экологической среды г. Еревана: автореф. дис. ... канд. биол. наук. Ереван, 1983. 54 с.
2. *Арутюнян Л.В.* Некоторые данные из истории озеленения Армении // Биологический журнал Армении. Ереван, 1967. Вып. XX, № 5. С.105-110.
3. *Варданян К.К., Айрапетян А.К., Думанян К.Г.* Оценка реорганизационных мер по улучшению состояния озеленения больничных учреждений ЕГМУ // Вестник Казахского национального медицинского университета. 2012. №2.с С. 251-258.
4. *Гневнов Е.С.* Лесоводственно-декоративные особенности насаждений крупных городских парков г. Екатеринбурга: автореферат дис. ...канд. сельск. наук. Екатеринбург, 2009. 32с.
5. *Захаров А.И.* Реконструкция средового пространства городской улицы: Задание и методические указания к курсовому проекту // Ульяновск: УлГТУ, 2005. 15 с.
6. *Иовлев В.И.* Гуманитарно-экологический подход к архитектурному пространству // Архитектон: известия вузов. Екатеринбург. УралГАХА, 2006. №14/ <http://archvuz.ru/> (дата обращения: 02/07/2010)
7. *Иовлев В.И.* Экологические основы формирования архитектурного пространства (на примере Урала): дис. ... докт. архитектуры. Москва, 2008. 304 с.
8. *Кириллюк Л.И., Буганов А.А., Бахтина Е.А., Захарина Т.Н., Подавинникова Н.Ю.* Биоиндикаторная роль растений // Гигиена и санитария. 2007. №6. С.35 -37.
9. *Машинский А.Л., Нечитайло Г.С.* Гармонизация растений и человека // Экология и промышленность России. 2002. №1. С. 42-45.
10. *Меднис Л.С.* Природная среда города и здоровье горожан. Экоурбосистемы.проблемы и перспективы развития // Материалы 3-ей научно-практической международной конференции. Ишим, 2008. 123 с.
11. *Мироненко В.П., Бодня С.В.* Комфортность архитектурной среды лечебных комплексов /Строительство, материаловедение, машиностроение // Сборник научных трудов: Серия Стародубовские чтения 2008. Под общей редакцией д.т.н., проф. В.И.Большакова. Днепрпетровск. ПГАСА, 2008. Вып. 45. Ч. 2. С. 153-160.
12. *Неверова О.А.* Экологическая оценка состояния древесных растений и загрязнения окружающей среды промышленного города (на примере Кемерово): дис. ... докт. биол. наук. Кемерово, 2004. 358 с.
13. *Онищенко Г.Г.* Городская среда и здоровье человека // Гигиена и санитария. 2007. №5. С. 3-4.
14. *Панкушина А.Н., Дементьева С.М.* Озеленение как фактор улучшения визуальной среды городских жителей // Материалы международной конференции «Проблемы озеленения крупных городов». 2008. / www.gardener.ru/docs/konf/ (дата обращения: 12.01.2018).
15. *Сагнаева А.Т.* Использование цветового теста М. Люшера в исследовании индивидуального восприятия городской среды (на примере г. Омска) // Электронный научный журнал «Вестник Омского государственного педагогического университета», Выпуск 2006 www.omsk.edu (дата обращения: 28.08.2010).

16. *Сельченко К.В.* Новейшая цветопсихология / Минск: Харвест, 2007. 672 с.
17. *Хохлов Л.К., Шипов А.А., Горохов В.И.* Психическое здоровье населения и современные экологические, социокультурные влияния // Ярославский педагогический вестник. 1997. №4.
18. *Шелепов Д.Ю.* Эколого-экономический механизм управления озеленением крупных городов: автореферат дис. ... канд. экон. наук. Ростов-на-Дону, 2006. 26 с.
19. *Шолух Н.В., Алтухова А.В.* Анализ визуальной среды города Донецка: социальные, психологические и архитектурные аспекты // Современное промышленное и гражданское строительство. 2008. Том 4. № 4. С.191-197.
20. *Яландина Н.М.* Буферные зеленые зоны в архитектурной среде // Архитектон: известия вузов. 2007. № 18. <http://archvuz.ru/numbers/> (дата обращения: 29/03/2010).
21. *Alvarsson J.J., Wiens S., Nilsson M.E.* Stress recovery during Exposure to Nature Sound and environmental Noise // International Journal of Environmental research and Public Health. 2010. № 7. P. 1036-1046.
22. *Chun-Yen Chang, Ping-Kun Chen, William E. Hammitt, Liza Machnik* Psychophysiological Responses and Restorative Values of Wilderness Environments // USDA Forest service Proceedings RMPS. - 2007. PP. 479 - 484. <http://www.fs.fed.us/> (дата обращения: 12.01.2018).
23. *Diette B. G., Lechtzin N., Haponik E., Devrotes A., Haya R.R.* Distraction Therapy with Nature Sights and Sounds Reduces Pain During Flexible Bronchoscopy // CHEST. 2003. Vol. 123. № 3. P. 941-948.
24. *Garvin E.C., Cannuscio C.C., Branäs C.C.* Greening vacant lots to reduce violent crime: a randomised controlled trial. Injury Prevention. 2013 Jun; 19(3):198-203. doi: 10.1136/injuryprev-2012-040439. (дата обращения: 11.01.2018).
25. *Grindle B., Grindal G.P.* Biophilia: Dose Visual Contact with Nature Impact on Health and Well-Being? // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2009. № 6. P. 2332-2343.
26. *Groenewegen, P.P., Berg van den A.E., Vries de S. Verheij R.A.* Vitamin G: effects of green space on health, well-being, and social safety // BMC Public Health. 2006. Vol. 6. - № 149.
27. *Infantino M.* Gardening: a strategy for health promotion in older women // JNY State Nurses Assoc. 2005. № 35 (2). P. 10-17.
28. *Ismail Said* Therapeutic effects of garden: Preference of ill children towards garden over ward in Malaysian hospital environment // Journal Technology. 2003. Vol.38. P.55-68.
29. *Jackson E.L.* The relationship of urban design to human health and condition // Landscape and Urban Planning. 2003. № 64. P. 191-200.
30. *Kaplan R.* The Nature of the View from Home // Environment and Behavior. 2001. Vol.33. № 4. P. 507-542.
31. *Kahn P.H. Jr., Friedman B., Gill B., Hagman J., Severson R.L., Freder N.G., Feldman E.N., Sybil Carrere, Stolyar A.* A plazma display window? The shifting baseline problem in a technologically mediated natural world // Journal of Environmental Psychology. 2008. Vol. 28. Issue 2. P. 192-199.
32. *Kline G.A.* Does A View of Nature Promote Relief from Acute Pain? //Journal of Holistic Nursing. 2009. Vol.27. № 3. P. 159-166.
33. *1., Hohl B., Han S., Branäs C.* Effects of greening and community reuse of vacant lots on crime // Urban Studiec.2016 Nov; 53(15):3279-3295. doi: 10.1177/0042098015608058. (дата обращения: 11.01.2018).
34. *Maas J., Verheij R.A., Sjerp de Vries, Spreeuwenberg P., Schellevis F.G., Groenewegen P.P.* Morbidity is related to a green living environment // Journal of Epidemiology Community Health. 2009. № 63. P. 967-973.

35. *Maller C., Townsend M, Pryor A., Brown P., Lawrence St L.* Healthy nature healthy people: “contact with nature” as an upstream health promotion intervention for populations // *Health Promotion International*. 2006. Vol. 21. № 1. P. 45-54.
36. *Meyer L.R.* The effect of Green Space on Urban Children’s Sense of Community // *The Minnesota Association for Environmental Education Twelfth Annual Conference*. 2005. 188p.
37. *Mitrione S.* Therapeutic responses to natural environment: using gardens to improve health care // *Minn Med*. 2008. 91(3). P. 31-34.
38. *Sugiyama T., Leslie E., Giles-Corti B., Owen N.* Associations of neighbourhood greenness with physical and mental health: do walking, social coherence and local social interaction explain the relationships? // *Journal of Epidemiology and Community Health*. 2008. Vol.62. № 5. P. 1-6.
39. *Taylor A. F., Kuo F.E., Sullivan W.C.* View of nature and self-discipline: evidence from inner city children // *Journal of Environmental Psychology*. 2002. Vol.22. Issues 1-2. P. 49-63.
40. *Van den Berg A.E., Maas J, Verheij R.A., Groenewegen P.P.* Green space a buffer between stressful life events health // *Social Science & Medicine*. 2010. Vol.70. Iss.8. P.1203-1210.
41. *Vardanyan K.K., Ghazaryan G.A.* The study of patient’s mental state by color diagnostic method // *Psychology Research*. June 2013, Vol. 3. №6. P. 350-357. <https://doi.org/10.17265/2159-5542/2013.06.006>
42. *Vardanyan K.K., Hayrapetyan A.K. Ghazaryan G.A.* Investigation of the psycho-emotional status of children by color diagnostics // *The New Armenian Medical Journal*. 2015.Vol. 9. №3. September. P. 24 - 29.
43. *Ulrih R.S.* View through a window may influence recovery from surgery // *Science*. 1984. Vol. 224. Issue 4647. P. 420-421.
44. *Ulrih R.S.* Health Benefits of Gardens in Hospitals // *Plants for people. International Exhibition Floriade, 2002*. 10p. <http://directory.leadmaverick.com> (дата обращения: 29/04/2010).
45. *Ulrich R.S., Xiaobo Quan, Craig Zimring, Anjali Joseph, Ruchi Choudhary* The Role of Physical Environment in Hospital of the 21st Century: A Once-in-a-Lifetime Opportunity // 2004. 69 p.
46. *Wells N.M.* At Home with Nature: Effect of “greenness” on children’s cognitive functions // *Environment and Behavior*. 2000. Vol. 22. № 6. P. 775-795.
47. *Wells N.M., Evans G.W.* Nearby Nature // *Environment and Behavior*. 2003. Vol. 35. № 3. P. 311- 330.
48. *Whitehouse S., Varni J.W., Seid M., Cooper-Marcus C., Ensberg M.J., Jacobs J.R., Mehlenbeck R.S.* Evaluating a children's hospital garden environment: Utilization and consumer satisfaction // *Journal of environmental psychology* Y. 2001. Vol. 21. № 3. P. 301-314.

GARDENING AS A SIGNIFICANT SANITARY AND PSYCHO-HYGIENIC FACTOR OF URBAN ENVIRONMENT OPTIMIZATION

Vardanyan K.K.

The paper considers the importance of greening the urban environment and the degree of its impact on public health. It is shown that the structured system of gardening is a serious reserve for improving the environment, as well as improving the health and life quality of the population.

Key words: gardening, green plants, hygiene of the city, air environment, microclimate, psycho-hygiene.

ЭКОПСИХОЛОГИЯ, ЭКОТЕРАПИЯ, ЭКО-АРТ-ТЕРАПИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

А.И. Копытин

Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования
alkopytin@rambler.ru

Дается характеристика новых научно-практических дисциплин – экопсихологии и экотерапии – и одного из направлений экотерапии – эко-арт-терапии. Раскрываются основное содержание, принципы и ключевые положения экопсихологии и экотерапии, касающиеся концепций личности, патогенных факторов и концепций терапевтического вмешательства. Дается обзор основных экотерапевтических методов, включая терапию погружением в дикую природу, садовую терапию, терапию с помощью животных, эко-арт-терапию. Приводятся данные изучения лечебно-профилактических эффектов экотерапии.

Ключевые слова: экотерапия, экопсихология, эко-арт-терапия, природа, экология.

Введение

Использование лечебно-профилактических факторов, проявляющихся во взаимодействии человека с миром природы, имеет длительную историю. В последние годы оно все чаще происходит на основе новых методологических подходов и научно-практических дисциплин, таких, как экопсихология, экотерапия, экология здоровья. Их развитие побуждается негативными изменениями в окружающей среде, обусловленными хозяйственной деятельностью человека. Патогенные факторы, связанные с этими изменениями, все чаще оказываются в поле зрения ученых и практиков, занимающихся вопросами психического здоровья. Предпринимаются все более активные действия по укреплению положительных связей человека с природной средой как одного из важных факторов укрепления здоровья и повышения качества жизни.

Набор лечебно-профилактических методов и видов психосоциальной помощи, связанных с взаимодействием с природной средой, неуклонно расширяется. Однако они все еще слабо известны специалистам, занимающимся охраной психического здоровья. Актуальные задачи развития данных научно-практических дисциплин включают: разработку их теории и методологии, укрепление их доказательной базы на основе проведения исследований, разработку методических рекомендаций.

Ключевые идеи экопсихологии и экотерапии

Экопсихология является ярким примером реализации системного подхода в психологии, поскольку рассматривает человека как интегрированного в сложные и сверхсложные системы природы и социума. Такое ключевое понятие, как понятие здоровья, по мнению D.W. Or, «... является системным определением; его невозможно рассматривать в отрыве от целого... Никакой организм не может находиться долго в здоровом состоянии, находясь в нездоровой среде... Здоровье любого организма или его части предполагает здоровье составляющих его элементов и включенность в здоровую среду» [39, с. 14].

Для экопсихологии характерно критическое восприятие социальной организации современного общества с его культурой навязчивого и неконтролируемого потребления. Это не только поддерживает эксплуатацию природной среды, но и негативно сказывается на здоровье человека. Один из ведущих теоретиков экопсихологии, Т. Roszak [42], постулирует существование «экологического бессознательного» в качестве основы психического и физического здоровья и призывает как можно скорее преодолеть «безумное, смертоносное и навязчивое стремление создать глобальную монокультуру

производства и потребления» [Р. 70]. По его мнению, кризис в отношениях человека с миром природы, вызванный социальной организацией общества с его потребительскими установками, выступает одним из значимых факторов снижения стрессоустойчивости и адаптационного потенциала, ухудшения здоровья, развития психических и соматических заболеваний.

Л. Brown [10] убежден, что вопросы, поднимаемые экопсихологией, неизбежно затрагивают представления об основах психической деятельности, процессе психического развития и механизмах адаптации. Экопсихологии присущ положительный взгляд на природу человека, которая связана с его развитием и функционированием не только как субъекта социальных отношений, но и элемента экосистемы. Это вселяет надежду на то, что революция экологического сознания на основе укрепления связей человека с миром природы возможна [10, Р. XIV].

Экопсихология поддерживает новые подходы в сфере охраны окружающей среды и, в то же время, в сфере охраны здоровья. Задачи сохранения здоровья населения и благополучия среды оказываются взаимосвязанными. Занимаясь решением задач охраны здоровья, экопсихология предусматривает баланс заботы о здоровье людей (микроуровень) и заботы о здоровье среды обитания (макроуровень) [11].

Одной из центральных идей экопсихологии, оказывающих влияние на экотерапию, является представление о том, что люди способны к активному и осознанному взаимодействию со средой в интересах своего здоровья и благополучия [22]. Эта идея характерна для концепции рационального человека (reasonable person model) и экспериментальной модели адаптивного оформления среды (adaptive muddling). Это позволяет реализовать такие программы лечебно-профилактической направленности, которые используют заложенные в людях «способности к исследованию и пониманию среды, повышению своей компетентности, исполнению ответственных ролей, необходимых для решения задачи сохранения среды и ее ресурсов» [22, с. 32].

Важное место в экопсихологии занимает концепция средовой персонализации, с помощью которой могут быть обоснованы разные виды средовой активности людей, привлекаемых к участию в программах экотерапии. Персонализация среды [29] означает особую форму отношений личности со средой, предполагающих ее индивидуальное оформление человеком и различные формы заботы о среде. Концепция средовой персонализации привлекается для обоснования лечебно-профилактической и воспитательной практики, связанной с совершенствованием адаптивных моделей поведения и навыков саморегуляции, средовой социализацией и экологическим воспитанием, формированием экологической идентичности.

Экопсихология придает значение как отношениям человека в семье и социуме, так и его отношениям с миром природы. И те, и другие рассматриваются как предпосылка формирования представлений о себе, идентичности. Эко-идентичность как один из центральных аспектов саовосприятия развивается в процессе взаимодействия человека с природой и связана пониманием человеком своей неразрывной связи с природной средой обитания [31].

Важное место в системе экопсихологических представлений занимает феномен биофилии («любви к живому») [50]. Хотя биофилия имеет бессознательные, инстинктивные основы, она реализуется на основе согласованной работы всех психических функций, включая высшие психические функции и сложные, социально и культурно обусловленные поведенческие стратегии [31].

Определение экотерапии

Экотерапия рассматривается как научно-практическая дисциплина, связанная с лечением и профилактикой психических и соматических заболеваний на основе укрепления связей человека с природой [16]. Наряду со словом «экотерапия», в качестве синонимичных понятий также используются такие как «зеленая терапия» и

«природоцентрированная терапия». L. Buzzell and C. Chalquist [14] пишут, что «экотерапия включает широкий спектр доступных и экономичных оздоровительных методов, основанных на взаимодействии людей с природой и поддерживаемых все большим объемом эмпирических и экспериментальных данных» [Р. 19]. Они предлагают рассматривать экотерапию как прикладную экопсихологию с характерными для нее теоретическими, культурными и критическими позициями.

Разные методы экотерапии предполагают активное и пассивное взаимодействие с миром природы – животными (анималотерапия), растениями (садовая терапия или гарденотерапия), целостным природным ландшафтом (терапия погружением в природную среду). Отдельную группу экотерапевтических методов составляют методы креативной (экспрессивной) экотерапии или эко-арт-терапии, использующие разные виды творческой активности в природной среде или природные материалы.

Экотерапевты создают новые и возрождают древние методы оздоровления, связанные с контактом с природной средой. Особое значение придается изменению сознания и поведения участников экотерапевтических занятий, связанных с взаимодействием человека с миром природы. В процессе занятий поддерживаются скромность и умеренность в использовании природных ресурсов; корректируется образ жизни; достигаются изменения в организации домашней и рабочей среды.

В.О'Нанлон [цит. по 12] обращает особое внимание на отношение разных направлений психотерапии к природным факторам и на этой основе разделяет «три волны» развития психотерапии. «Первая волна» характеризовалась восприятием психической жизни человека в отрыве от природного контекста. Крайним выражением этой позиции может являться заявление Фрейда о том, что «природа бесконечно далека от человека. Она нас бесстрастно, жестоко и хладнокровно разрушает» [12, с. 95].

Психотерапевтические подходы, относящиеся ко «второй волне», начинают обращать внимание на средовые факторы, однако ограничиваются преимущественно семьей и социальными отношениями. «Третья волна» отличается от двух предыдущих повышенным вниманием к целебным факторам, связанным с взаимодействием с природными факторами и стремится привлекать их в процессе психотерапии. Это связано с представлением о наличии значительного саногенного потенциала, сформированного в человеке и его животных предках в процессе длительной биологической эволюции и дальнейшего социального развития. Данный потенциал связан с механизмами саморегуляции и самолечения на основе тесного взаимодействия с природной средой [12, с. 95].

Психотерапевтические подходы, относимые к «третьей волне», согласно В.О'Нанлон, характеризуются использованием лечебно-восстановительных факторов, связанных с трехсторонними отношениями – между клиентом, психотерапевтом и природой. Они также отличаются от психотерапий двух предыдущих исторических периодов иным пониманием терапевтической среды. Если в традиционных психотерапевтических подходах терапевтическая среда рассматривается преимущественно как «нейтральная» и находящаяся под внешним контролем (со стороны терапевта и социальных институтов), то в новых, экологически-ориентированных психотерапиях она представляется как более открытая, живая и динамичная, формируемая при активном участии клиентов. Это обусловлено не только тем, что экотерапевтические практики часто реализуются на основе взаимодействия с природной средой, но и благодаря делегированию клиентам большей ответственности за ее обустройство и сохранение.

Сущность экотерапии, связанная с изменением сознания и образа жизни клиентов в сторону усиления их экологических основ, проявляется в терапевтической модели L. Buzzell [13]. Он отмечает, что, занимаясь экотерапией, он обычно предлагает своим клиентам осуществить три следующих инициативы:

1) сделать что-то, даже самое незначительное, чтобы защитить природную среду, с которой контактируют клиенты, например, позаботиться о растениях и животных;

2) попытаться создать новые отношения с другими людьми, начиная с самых близких, с учетом экологических факторов, например, больше времени проводить вместе с ними на лоне природы или работая на земле;

3) стать более открытыми для восприятия жизни в новом свете, обращая внимание не только на личное благополучие, но и благополучие среды. Это может быть связано с пониманием того, как можно начать жить по новому, и как можно создать общество, живущее на основе экологических ценностей [13, с. 52].

L. Buzzell [13] считает, что экотерапевтическая практика, связанная с заботой о здоровье и качестве жизни на основе укрепления связей человека с миром природы, затрагивает также отношения между людьми. Поэтому занятия экотерапией должны предполагать совместное участие группы пациентов в определенных формах средовой активности, благодаря чему ее эффекты могут усиливаться.

A. Burls [11] обозначает понятием «современная экотерапия» такие формы лечебно-профилактической практики, для которых характерна активная позиция людей в их отношениях со средой, та или иная деятельность, связанная с заботой о природе. Изучив данные исследований терапевтических эффектов, связанных с созерцанием природных ландшафтов на картинах, фотографиях или в фильмах; пассивным пребыванием в природной среде и активным участием в деятельности, направленной на заботу о природе, A. Burls [11] приходит к выводу о том, что именно деятельность, связанная с заботой о природе, обладает наибольшими терапевтическими возможностями.

Методы экотерапии

Спектр методов экотерапии широк. Некоторые из них предполагают погружение в природную среду и определенные виды взаимодействия с растениями и животными. Экотерапевтическая практика также может предполагать работу в закрытых помещениях, однако поддерживаются определенные виды контакта с природными формами и материалами.

Терапия погружением в природную среду (wilderness therapy / wilderness experience) как один из методов экотерапии [27, 28] берет свое начало в движении за развитие человеческого потенциала в 1960-е годы, когда некоторые представители экзистенциально-гуманистического направления в США стали практиковать погружение в природную среду как способ раскрытия внутреннего потенциала личности. Как правило, организуется пребывание группы в «дикой» местности. Специалист, сопровождающий группу, обладает специальной психологической подготовкой и навыками выживания и имеет разносторонний опыт путешествий и нахождения в разных природных средах.

Подбирается оптимальный уровень физических и психологических нагрузок. Это имеет важное значение для активизации адаптационных возможностей организма и психики, обеспечивает качественные изменения восприятия среды, перестройку сознания. При использовании данной формы терапии могут достигаться изменения, затрагивающие систему ценностей, образ жизни, самоотношение и отношение к другим людям, природной и социокультурной среде.

J. Dufrechou [23] подчеркивает важность изменения личностных позиций на основе взаимодействия с природным ландшафтом. Его исследования показывают, что природный ландшафт способен выступать в качестве формы метафорического выражения сокровенных и драматических переживаний, чувства боли, страдания и горя и, в то же время, позволяет двигаться в направлении очищения и обновления. Многие участники его экспериментов, в результате взаимодействия с природной средой начинали ощущать себя «возвращающимися в свой дом», обретать психологическую целостность и гармонию.

Особые свойства дикого природного ландшафта и его способность производить исцеляющие эффекты послужили основой для его осмысления как трансформационного

пространства. В результате исследования воздействия дикой природной среды В. Grady [25] обозначил ее следующие четыре функции: переживание связи с чем-то более значительным, чем собственное я; ощущение умиротворения, безопасности и доверия, весьма напоминающее ранний опыт положительной привязанности и поддерживающих отношений; переживание трепета и эмоционального подъема, связанное с восприятием величия и мощи природы; ощущение свободы от социальных рамок и оценок.

Определенное сходство с терапией погружением в природную среду имеет шаманское консультирование (shamanic counseling) [26], способствующее раскрытию адаптационных ресурсов личности и совершенствованию копинг-стратегий. Как и терапия погружением в природную среду, шаманское консультирование «...мотивирует людей к взаимодействию с природным ландшафтом, выходу за рамки привычной, городской среды обитания» [26, с. 74]. В шаманском консультировании также используется работа с воображением – «внутренние путешествия» с визуализацией природных объектов и живых существ (eco-dreaming) [46]. В процессе реального или воображаемого взаимодействия с природной средой поддерживается идентификация с животными и растениями, начинающими восприниматься в качестве своеобразных персональных или групповых тотемов.

R. Metzner характеризует ритуалы, используемые в шаманском консультировании, как «осознанные акты, предполагающие определенные продуманные действия в определенное время и в определенной среде, имеющие для клиента метафорический смысл и подчиненные определенной цели» [37, с. 257]. Выражение клиентского опыта осуществляется в ритуале главным образом через действие, а также визуальные, звуковые и иные метафоры, основой которых выступает природная среда. В экотерапии ритуалы нередко становятся средством фокусировки на природных процессах и феноменах, восприятия и переработки тех сигналов, которые поступают из внешней и внутренней среды.

Некоторые элементы практики, связанной с погружением в природную среду и с выполнением ритуальных действий используются отечественными специалистами. Л.Д. Яковчик [6] описывает их использование в психолого-педагогическом сопровождении социализации подростков. Такие формы практики способствуют выражению сложностей внутреннего мира и способны защитить хрупкую подростковую психику, гарантируя приватность и сохранение личного пространства: «Они способны помочь подросткам передать и интегрировать личный и коллективный опыт, выражаемый в виде метафорических природных образов... Опыт групповой работы психолога с девиантными подростками и обычными детьми в летнем лагере показал огромный интерес к емким, символически выражаемым архетипическим темам на основе ландшафтных практик, как правило, приобретающим в глазах подростков очень важное значение» [С. 115].

Садовая терапия/гарденотерапия (horticultural therapy). Наряду с дикой природой, экотерапия использует более доступные природные территории для посадки и ухода за растениями – парки, газоны и ботанические сады. Так, экотерапевтические программы с детьми с расстройствами аутистического спектра и их родителями регулярно, начиная с 2012 г., проводятся на базе ботанического сада Тверского государственного университета [5].

Начиная с 2008 г. программы реабилитационной направленности, предназначенные для детей и взрослых с ограниченными возможностями физического и психического здоровья проводятся на базе Полярно-альпийского ботанического сада-института (ПАБСИ) им. Н.А. Аврорина Кольского научного центра Российской академии наук. Выпущено методическое пособие «Гарденотерапия для лиц с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 18 лет I–III групп инвалидности» [4].

В 2014–2016 гг. сотрудниками лаборатории экотерапии и образовательных программ ПАБСИ была также разработана и успешно апробирована программа дополнительного образования с коррекционными элементами «Экологическая терапия

для детей в возрасте 5-7 лет с логоневрозом». Программа включает образовательные (знакомство с миром растений и животных), реабилитационные (элементы арт-, трудо-, анимало- и садовой терапии), коммуникативные (стимуляция речевой активности и социальных контактов) и коррекционные (развитие мелкой и крупной моторики, упражнения на релаксацию, дыхательные гимнастики, мимические игры и др.) элементы [2].

Е. Messer Diehl [36] считает, что разные виды занятий в саду поддерживают чувство безопасности и способствуют формированию позитивного отношения человека к природной среде. В рамках программ садовой терапии используется посадка растений и уходом за ними. Пассивные виды садовой терапии связаны с пребыванием в садах и парках, созерцанием ландшафтов и прогулками. Садовая терапия оказывает разностороннее положительное воздействие. Повышается не только физическая, но и психическая активность, происходит стимуляция сенсорных и эмоциональных процессов, снятие эмоционального напряжения, преодоление чувства одиночества, активизируются познавательные процессы.

В настоящее время садовая терапия используется с разными группами населения – инвалидами по психическим и соматическим заболеваниям, жертвами насилия, беженцами, при аддиктивных расстройствах, с лицами, склонными к насилию, правонарушителями, пожилыми людьми, детьми с поведенческими нарушениями и нарушениями развития (в частности, расстройствами аутистического спектра), нарушениями пищевого поведения [36].

Показаны положительные эффекты применения садовой терапии в лечении алкоголизма и наркотической зависимости. Садовая терапия способствовала снижению уровня стресса, повышению самооценки, снижению чувство беспокойства у беженцев, стресса – у лиц с синдромом эмоционального выгорания, преодолению чувства социальной изоляции, повышению эмоциональной экспрессивности и удовольствия от жизни, поддерживало чувство коллективизма и социальные навыки у пожилых людей [36].

Обобщая данные исследований, С. Chalquist, отмечает такие эффекты пассивного контакта с природной средой у пациентов, имевших возможность созерцать из окон палаты виды природы, как снижение предоперационной тревоги и сокращение послеоперационного восстановительного периода, снижение дозировок противоболевых средств. Он также пишет о том, что созерцание природы женщинами, перенесшими операцию при раке молочной железы, способствовало более быстрому восстановлению и преодолению проявлений астении [16, С. 72].

Терапевтический метод восстановления среды. Взаимодействие с природной средой может осуществляться также в рамках терапевтических программ восстановления среды (environmental restoration) [47, 49]. Получили распространение в основном групповые проекты, связанные с понятием общинной экотерапии. Они направлены на поддержку природного разнообразия и экологического равновесия среды. В процессе групповых занятий укрепляется дух взаимопомощи и положительных общинных связей. Участники таких проектов «... своими руками и сердцами, идентифицируясь с природным ландшафтом, учатся заботиться о природной среде и поддерживать ее благополучие... В них развиваются чувство собственного достоинства и сопричастности, терпимость к различиям, способность чувствовать среду и заботиться о ней» [46, С. 225].

М. Watkins [49] описывает такой экотерапевтический прием, как увековечивание мест целебного контакта с природой. М. Gomes приводит примеры экотерапевтической практики создания «алтарей уничтожения», которые «являются художественными формами увековечивания тех видов растений и животных, которые были истреблены в результате деятельности человека. Такие алтари позволяют людям чаще задумываться о последствиях своей деятельности и, меняя свое поведение, предупредить гибель новых видов» [24, с. 248].

Психотерапия с участием животных (анималотерапия). В терапевтических целях используются контакты человека с разными видами животных – лошадьми, собаками, дельфинами и другими. Развиваются такие виды терапевтического использования контактов с животными, как ипповенция, трансвидовая психология и психотерапия, которые связаны с изучением психологии разных видов животных и возможностей их привлечения при лечении разных соматических и психических заболеваний, в частности, связанных со стрессом, невротическими расстройствами [10].

N. DeMayo подчеркивает, что «... общение с лошадью помогает восстановить связь человека с собственной внутренней природной частью... Контакт с этими существами способствует развитию коммуникативных навыков, уверенности в себе, повышает самооценку и лидерские качества» [20, с. 150]. О.Г. Лопухова и К.К. Газизов [3], используют метод ипповенции, основанный на общении человека с лошадью. Они рассматривают общение с лошадью в качестве средства гармонизации и развития личности, где лошадь выступает элементом природной среды, и в то же время, субъективно значимым «другим». Это позволяет осуществлять процессы идентификации и социальной рефлексии, используя полученный опыт для коррекции и развития самосознания и разных уровней отношений: самоотношения, отношений в социальных группах, отношения к миру природы.

R. Louv [35] описывает использование животных у детей с соматическими и психиатрическими заболеваниями. Привлечение собак во время сеансов психотерапии в условиях детского психиатрического стационара снижало агрессивные проявления и способствовало развитию социальных навыков, снижало уровень эмоционального напряжения. Экотерапия с использованием животных также повышала терапевтическую эффективность вмешательств у пациентов с посттравматическим стрессовым расстройством и у перенесших сексуальное насилие.

Ссылаясь на данные исследований, С. Chalquist [15] показывает, что использование животных вызвало положительные эффекты у пожилых людей, в том числе, страдающих болезнью Альцгеймера. В присутствии животных у них снижался уровень эмоционального напряжения и агрессии. Менее острым становилось переживание одиночества. Использование дельфинов в рамках двухнедельного курса анималотерапии снижало проявления депрессии. N. DeMayo [20], отмечает, что в результате прохождения курса занятий связанных с уходом за животными, у пациентов с шизофренией, тревожными и аффективными расстройствами улучшались копинговые навыки, снижались проявления симптомов психического заболевания, повышалось качество жизни.

Креативные экспрессивные экотерапии (эко-арт-терапии). Методология и принципы экотерапии оказывают возрастающее влияние на креативные (экспрессивные) терапии, включая арт-терапию, музыкальную терапию, драматерапию, танцевально-двигательную и терапию, полимодальную терапию искусством. Формируется креативная (экспрессивная) экотерапия [32; 33]. Ее отличает использование природных факторов и среды в процессе занятий пациентов творческой деятельностью.

A. Cuttillo, N. Rothore, N. Reynolds, L. Hilliard и соавт. [19] отмечают, что творческая активность в природной среде положительно влияет на эмоциональный фон у раковых больных, снижает выраженность депрессивных и астенических симптомов. В работе с онкобольными С. Peterson [40] использовала арт-терапевтическую программу, включающую прогулки по территории лечебного центра с целью фотографирования среды с последующим созданием фотоколлажей.

Использование садовой терапии в сочетании с элементами творческой и игровой активности на базе педиатрического стационара с целью преодоления госпитального стресса описано P. Van der Riet и соавт. [48]. Работа с детьми проводилась в «Саду эльфов». Поддерживалось игровое взаимодействие детей с растениями, активизирующее воображение и контакт друг с другом. В статье С. Montgomery и J. Courtney [38]

описывается прием растительной оранжировки, основанной на использовании представлений и техник арт-терапии, экпсихологии и садовой терапии. Растительная аранжировка связана с использованием цветов и иных растительных элементов в качестве метафорических средств самовыражения в процессе изобразительной деятельности.

Различные формы психотерапевтической практики, связанной с использованием саногенного потенциала природной среды и творческой активности, представлены в недавно вышедших двух книгах под редакцией А. Корутин и М. Ругх [32, 33]. Издания отражают современное состояние креативной (экспрессивной) экотерапии, включают главы, посвященные разным видам лечебного применения средовой творческой активности на основе изобразительной деятельности и фотографии [7, 43, 44, 45], музыки [41], сценической практики и ритуалов [8].

Как отмечает один из рецензентов книги, специалист по садовой терапии, руководитель реабилитационного отделения Научно-исследовательского медицинского центра Лэнгон при Нью-Йоркском университете, М. Вихровски, «Книга "Зеленая студия: природа и искусство в терапии" открывает новые перспективы лечебного использования природных факторов в их сочетании с творческой активностью. Она показывает богатый потенциал возможностей проведения занятий с использованием этих факторов, расширяет представления о терапевтическом процессе и среде, механизмах лечебного воздействия. Книга... закладывает фундамент для дальнейшего успешного развития теории и практики экологической терапии искусством» [1, с. 59–60].

Специалисты по креативной (экспрессивной) экотерапии рассматривают природный ландшафт и природные объекты не только как физические, но и символические формы, что позволяет более активно использовать терапевтический потенциал природных метафор. Так, садовые терапевты S. Linden и J. Grut использовали метафору сада в своей работе с жертвами пыток, помогая им преодолеть переживание горя и утраты. Они отмечают, что «использование природных метафор лежало в основе проекта, позволяющего проводить параллели между природными циклами и состояниями человека» [34, с. 42].

J.A. Courtney и J.C. Mills отмечают, что в работе с детьми находящиеся в кабинете элементы природной среды обладают значительным защитным, трансформационным, исцеляющим потенциалом. Эти предметы могут быть реальными природными объектами либо их изображениями или имитациями (животные, растения, камни и минералы, вода, ракушки, а также целостные ландшафты). J.A. Courtney и J.C. Mills [18] также указывают, что наличие природных объектов или их изображений в психотерапевтическом кабинете позволяет клиентам чувствовать контакт с природой, землей, даже при отсутствии возможности взаимодействия с реальным ландшафтом; способствует установлению психотерапевтических отношений, основанных на доверии и безопасности; обеспечивает рефрейминг проблем и представлений клиента о себе и своих отношениях; позволяет использовать их в качестве переходных объектов при перемещении клиента из терапевтической в повседневную среду; благодаря тактильному контакту с предметом снимает напряжение, облегчает выражение эмоций; активизирует воображение.

Принципы и организационные аспекты экотерапии

Методы экотерапии могут быть реализованы по-разному, с учетом особенностей контингента и задач работы. В процессе реализации программ экотерапии, благодаря разнообразию видов деятельности и включению участников целостной цикл средовой активности (подготовительного – установочного и «разогревающего» этапа; основного вида деятельности и этапа рефлексии опыта), последовательно и по возможности целостно включаются все каналы и аспекты психического функционирования.

Включение перцептивно-эмоционального канала взаимодействия с природной средой поддерживает влечение к природным объектам, тесно связанное с феноменом биофилии. Определенные упражнения могут применяться в качестве подготовительных или

разогревающих видов деятельности, воздействуя преимущественно на перцептивно-эмоциональный канал субъективного отношения к природе. Они усиливают биофилические основы средового взаимодействия на основе повышения восприимчивости к средовым стимулам и ориентации участников занятий на наиболее привлекательные природные объекты.

Включение когнитивного канала поддерживает интереса личности к миру природы. Психологические закономерности действия стимулов когнитивного канала в процессе экотерапии связаны с приданием природным объектам и среде определенного личностного содержания. Стимулы когнитивного канала также связаны с актуализацией богатого символического, метафорического содержания объектов и образов на основе привлечения как персонального, так и культурно-исторического, мифологического, фольклорного материала, связанного с представлениями о мире природы

Психологические закономерности, связанные с использованием практического канала развития субъективного отношения к миру природы также выдвигают ряд специфических требований. На основе действия механизмов практического канала у участников занятий формируется склонность к взаимодействию с природными объектами и средами на основе определенных видов деятельности. Это могут быть как рецептивные виды активности, связанные с эстетически окрашенным созерцанием (любованием) выбранными природными объектами и ландшафтами, так и активные формы, связанные с посадкой растений, планированием и реализацией ландшафтных проектов, экспрессивными видами деятельности по созданию средовой творческой продукции (фотографий, рисунков, ландшафтных скульптур и др.).

Список литературы

1. *Вихровски М.* Рецензия на книгу «Зеленая студия: природа и искусство в психотерапии» // Исцеляющее искусство. 2016, Т. 19, № 2. С. 59–61.
2. *Калашиникова И.В.* Экологическая терапия как коррекционно-педагогический элемент в комплексном подходе при лечении логоневроза у дошкольников // Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности : сб. материалов всерос. науч.-практ. конф. СПб-ГрязиЖ Скифия-Принт, 2016. С. 94–96.
3. *Лопухова О.Г., Газизов К.К.* Арт-терапевтические техники в психокоррекции и развитии личности с участием лошадей // Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности : сб. материалов всерос. науч.-практ. конф. СПб- Грязи: Скифия-Принт, 2016. С. 96–98.
4. *Святковская Е.А., Гонтарь О.Б., Тростенюк Н.Н.* [и др.]. Гарденотерапия как составная часть социальной адаптации и профориентации для обучающихся с интеллектуальными нарушениями // Вестник ТвГУ. Серия: Педагогика и психология. 2015, № 3. С. 244–261.
5. *Шарафиева Л.Р.* Ландшафтная арт-терапия с семьями и сообществами в среде ботанического сада // Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности : сб. материалов всерос. науч.-практ. конф. СПб-Грязи: Скифия-Принт, 2016. С. 90–93.
6. *Яковчик Л.Д.* Психолого-педагогическое сопровождение подростков в летнем лагере с использованием техник средовой арт-терапии и ритуалов // Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности : сб. материалов всерос. науч.-практ. конф. СПб-Грязи: Скифия-Принт, 2016. С. 110–115.
7. *A'Court B.* "A communion of subjects". Holistic eco art therapy: integrating embodiment and environment in art therapy // Green Studio: nature and the arts in therapy / Eds.: A. Kopytin, M. Rugh. New York : Nova Science Publishers, 2016. P. 47–76.

8. *Berger R.* Nature therapy: a framework that incorporates nature, the arts and ritual in therapy // *Green Studio: nature and the arts in therapy* / Eds.: A. Kopytin, M. Rugh. New York : Nova Science Publishers, 2016. P. 27–46.
9. *Bradshaw G.A.* Transformation through service: trans-species psychology and its implications for ecotherapy // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley : Counterfront, 2009. P. 157–165.
10. *Brown L.* Ecopsychology and environmental revolution // *Ecopsychology: restoring the Earth, healing the mind* / Eds.: T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P. XIII–XIV.
11. *Burls A.* People and green spaces: Promoting public health and mental well-being through eco-therapy // *J. of Public Mental Health.* 2007, Vol. 6, N 3. P. 24–39.
12. *Burns G.W.* A path of happiness: integrating nature into therapy for couples and families // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley : Counterfront, 2009. P. 92–103.
13. *Buzzell L.* Asking different questions: therapy for the human animal // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. – Berkeley : Counterfront, 2009. – P. 46–54.
14. *Buzzell L. and Chalquist C.* Psyche and nature in a circle of healing // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. – Berkeley : Counterfront, 2009. – P. 17–22.
15. *Chalquist C.* Ecotherapy research and a psychology of homecoming // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley : Counterfront, 2009. P. 69–82.
16. *Clinebell H.* Ecotherapy: healing ourselves, healing the earth: a guide to ecologically grounded personality theory, spirituality, therapy and education. Minneapolis: Fortress, 1996. 296 p.
17. *Conn S.* When the Earth hurts, who responds? // *Ecopsychology: restoring the Earth, healing the mind* / Eds.: T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P. 156–171.
18. *Courtney J.A., Mills J.C.* Utilizing the metaphor of nature as co-therapist in StoryPlay // *Play Therapy.* 2016, Vol. 11, N 1. P. 18–21.
19. *Cutillo A., Rothore N., Reynolds N.* [et al.]. A literary review of nature-based therapy and its application in cancer care // *J. Ther. Horticulture.* 2015, Vol. 25, N 1. P. 27–48.
20. *De Mayo N.* Horses, humans, and healing // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley: Counterfront, 2009. P. 149–156.
21. *Deuter, M.* "Hir-Werkstatt": Ein musiktherapeutisches Angebot in einer Suchtklinik // *Musik und Gesundheit (MuG).* 2009, Vol. 16, N 2. P. 12–19.
22. *De Young R.* Environmental psychology overview // *Green organizations: Driving change with IO psychology* / Eds.: S.R. Klein, A.H. Huffman. New York : Routledge, 2013. P. 17–33.
23. *Dufrechou J.P.* Coming home to nature through the body: An intuitive inquiry into experiences of grief, weeping and other deep emotions in response to nature: A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the Degree of Doctor of Philosophy in Transpersonal Psychology Institute. Palo Alto, 2002. 389 p. – (ProQuest Dissertations Publishing, 3047959).
24. *Gomes M.* Altars of extinction // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley: Counterfront, 2009. P. 246–250.
25. *Grady B.* Nature as a transformational space and facilitating environment for psychological growth: a psychodynamic perspective: A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the Degree of Doctor of Psychology in Massachusetts School of Professional Psychology. Boston, 2009. 140 p. – (ProQuest Dissertations Publishing, 3382667).

26. *Gray L.* Shamanic counseling and ecopsychology // *Ecopsychology: restoring the Earth, healing the mind* / Eds.: T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P. 172–182.
27. *Greenway R.* The wilderness experience as therapy: we've been here before // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley: Counterfront, 2009. P. 132–139.
28. *Harper S.* The way of wilderness // *Ecopsychology: restoring the Earth, healing the mind* / Eds.: T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P. 183–200.
29. *Heimets M.* The phenomenon of personalization of the environment // *Journal of Russian & East European Psychology*. 1994, Vol. 32, N 3. P. 24–32.
30. *Klar S.* Wir hören nur mit dem Herzen gut: Hören und Wahrnehmen in Ko-Respondenz mit der Natur // *Deutsche Musiktherapeutische Gesellschaft eV. (DMtG) (Ed.) // Jahrbuch Musiktherapie. Music Therapy Annual. Das Hören des Therapeuten*. Wiesbaden: Dr. Ludwig Reichert Verlag, 2012, Vol. 8. P. 157–176.
31. *Kopytin A.* Green Studio: Eco-perspective on the therapeutic setting in art therapy // *Green Studio: nature and the arts in therapy* / Eds.: A. Kopytin, M. Rugh. New York: Nova Science Publishers, 2016. P. 13–26.
32. *Kopytin A., Rugh M.* (Eds.). *Green Studio: nature and the arts in therapy*. New York : Nova Science Publishers, 2016. 206 p.
33. *Kopytin A., Rugh M.* (Eds.). *Environmental expressive therapies: nature-assisted theory and practice*. New York: Routledge/Taylor & Francis, 2017. 186 p.
34. *Linden S., Grut J.* The healing fields; Working with psychotherapy and nature to rebuild shattered lives. Published in Association with the Medical Foundation for the Care of Victims of Torture. London: Frances Lincoln, 2002.
35. *Louv R.* Children and nature: the great discount // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley: Counterfront, 2009. P. 205–210.
36. *Messer Dehl E.L.* Gardens that heal // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley: Counterfront, 2009. P. 166–173.
37. *Metzner R.* Green psychology, shamanism, and therapeutic rituals // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley: Counterfront, 2009. P. 256–261.
38. *Montgomery C.S., Courtney J.A.* The theoretical and therapeutic paradigm of botanical arranging // *AHTA J. Ther. Horticulture*. 2015, Vol. 25, N 1. P. 16–26.
39. *Orr D.W.* Foreword // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. – Berkeley: Counterfront, 2009. P. 13–16.
40. *Peterson C.* Walkabouts: looking in, looking out. A mindfulness-based art therapy program // *Art Therapy: J. of the American Art Therapy Association*. 2015, Vol. 32, N 1. P. 78–82.
41. *Pfeifer E.* Outdoor music therapy with children and adolescents // *Green Studio: nature and the arts in therapy* / Eds.: A. Kopytin, M. Rugh. New York: Nova Science Publishers, 2016. P. 117–136.
42. *Roszak T.* Where psyche meets Gaia // *Ecopsychology: restoring the Earth, healing the mind* / Eds.: T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P. 1–20.
43. *Rugh M. and Linder King S.* Greening the lifecycle: ecopsychology, aging and art therapy // *Green Studio: nature and the arts in therapy* / Eds.: A. Kopytin, M. Rugh. New York: Nova Science Publishers, 2016. P. 279–106.
44. *Savolainen M.* Empowering photography // *Green Studio: nature and the arts in therapy* / Eds.: A. Kopytin, M. Rugh. New York: Nova Science Publishers, 2016. P. 179–204.

45. *Schapiro D.* Observing art process, observing nature // *Green Studio: nature and the arts in therapy* / Eds.: A. Kopytin, M. Rugh. New York: Nova Science Publishers, 2016. P. 107–116.
46. *Schneider L.Z.* Eco-dreaming: the whale's tale // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley: Counterfront, 2009. P. 116–122.
47. *Shapiro E.* Restoring habitats, communities, and souls // *Ecopsychology: restoring the Earth, healing the mind* / Eds.: T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P. 224–239.
48. *Van der Riet P., Jitsacorn C., Junlapeeva P.* [et al.]. Nurses' stories of a "Fairy Garden" healing haven for sick children // *J. Clinical Nursing*. 2014, Vol. 36, N 2. P. 13–20.
49. *Watkins M.* Creating restorative ecotherapeutic practices // *Ecotherapy: healing with nature in mind* / Eds.: L. Buzzell, C. Chalquist. Berkeley: Counterfront, 2009. P. 219–236.
50. *Wilson E.O.* *Biophilia*. Cambridge: Harvard University Press, 1984. 176 p.

ECOPSYCHOLOGY, ECOTHERAPY, ECO-ART THERAPY: THEORY AND PRACTICE

A.I. Kopytin

St.-Petersburg Academy of Post-Graduate Pedagogical Education
alkopytin@rambler.ru

Characteristics of the new scientific and practical disciplines of ecopsychology and ecotherapy, and eco-art therapy as one of its approaches have been given. The definition, principles and key ideas of ecopsychology and ecotherapy that concern the concept of personality, pathogenic factors and the therapeutic intervention have been described. An overview of ecotherapy methods including wilderness therapy, horticultural therapy, animal-assisted therapy, creative (expressive) ecotherapy, or eco-arts therapy that use environmental creative activity of patients has been presented. Findings from the study of ecotherapy therapeutic and preventive effects have been outlined.

Key words: ecotherapy, ecopsychology, eco-art therapy

УДК 378 + 712.253

ЛАНДШАФТНЫЙ ДИЗАЙН ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА И ПРОЕКТНЫЙ МЕТОД ЕГО ИЗУЧЕНИЯ

Е. П. Петрашень,

Санкт-Петербургский государственный университет, факультет искусств
e.petrashen@spbu.ru

Изучен международный опыт в области терапевтического воздействия ландшафта и методов проектирования для здоровья человека. Выявлены основные принципы проектирования лечебных садов. Описан опыт апробации этих принципов в экспериментальных проектах Образовательной программы «Дизайн среды» СПбГУ. Намечена перспектива развития исследования и внедрения образовательных методик для повышения компетентности дизайнеров среды в области охраны здоровья человека.

Ключевые слова: терапевтический ландшафтный дизайн, дизайн среды, лечебный ландшафт, охрана здоровья человека, справедливость в области здоровой среды обитания, доступная среда.

Одним из наиболее показательных направлений в инновационном развитии проектной деятельности является архитектура и дизайн для здравоохранения. Современные объекты здравоохранения все большее внимание уделяют качеству среды и

ее влиянию как на пациентов, так и на персонал учреждений. Одним из важнейших принципов этого направления, является проектирование на основе самых современных научных данных в области здоровья человека. На стыке медицины и архитектуры проводится множество исследований для сбора измеряемых показателей зависимости здоровья человека от качества окружающей среды, которые либо предваряют проектирование, либо оценивают внедренные проекты после начала эксплуатации созданных по ним объектов.

К этому блоку относится и такое специфическое направление дизайна, как «терапевтический ландшафтный дизайн», которое отчасти представлено в России, но лишь на территориях санаторно-курортных учреждений, однако является признанным и эффективным терапевтическим и профилактическим средством в системе здравоохранения США, Австралии, большинства западноевропейских и многих других стран.

Действительно, создавая среду для людей, находящихся в условиях лечебных учреждений, в болезненном состоянии, с обостренным восприятием окружающей среды и особыми потребностями, необходимо сознательно определять цели дизайна и методы их достижения. Кроме того, качественная среда медицинских учреждений способствует и повышению эффективности работы персонала этих учреждений, снижению стрессогенности среды в медицинском учреждении в целом.

Во многих зарубежных странах тенденция использования природных элементов в архитектуре больниц в качестве дополнительного немедикаментозного средства ускорения процессов выздоровления и улучшения качества жизни пациентов в течение последних трех десятков лет получает все большее распространение. Причиной этой тенденции во многом стало осознание недостаточного качества больничной среды в целом и, в частности, архитектуры, которая становится источником дополнительного стресса для пациентов, ухудшая их состояние, вместо того, чтобы способствовать скорейшему выздоровлению больных.

Растет корпус научных исследований, подтверждающих эффективность интеграции природных элементов разного масштаба в архитектуру больничных зданий в целях снижения ее негативного воздействия на пациентов и, наоборот, активизации процессов восстановления.

В связи с потребностью развития больничных комплексов, во избежание повышения плотности застройки и сохранения ландшафтной среды в некоторых проектах предлагается развитие за счет подземной инфраструктуры, таким примером является Госпиталь Сеульского Национального университета (Seoul National University Hospital Medical Mall)³.

В некоторых проектах применяется озеленение малоэтажных блоков в составе здания больницы⁴ или создание зеленых внутренних дворов-atriумов внутри зданий⁵. В некоторых проектах применяют целый комплекс зеленых технологий для формирования «пациенто-центричной» (patient-centered) среды в пространстве больницы.⁶ Самой технологии озеленения кровель посвящен отдельный корпус исследований и нормативной документации, который постоянно увеличивается⁷ [17, 19].

Целесообразность применения этих технологий для гуманизации среды больниц и получения дополнительного терапевтического эффекта подтверждается изучением воздействия природных компонентов среды на здоровье человека. Множество публикаций

³ *Seoul National University Hospital Medical Mall* <http://architect-1.blogspot.ru/>

⁴ <http://www.architecturelist.com/2012/09/13/jinzhou-new-area-medical-center-by-design-initiatives/#more-20278>

⁵ <http://www.architecturelist.com/2013/04/01/hospital-project-in-sweden-by-schmidt-hammer-lassen-architects/#more-22216>

⁶ <http://www.architecturelist.com/2013/04/01/hospital-project-in-sweden-by-schmidt-hammer-lassen-architects/#more-22216>

⁷ <http://landarchs.com/green-roofs-for-healthy-cities-10-ways-green-roofs-can-help/>

посвящены конкретным аспектам этого воздействия. Так, ряд исследователей указывает на прямое снижение болевого синдрома, благодаря аудио-визуальному контакту с природой, даже во время проведения болезненных лечебных процедур [22, 26].

Научные труды различных авторов из разных стран, посвященные влиянию созерцания ландшафта на человека, а также лакуны в этих исследованиях, систематизированы, обобщены и представлены в работе «Оздоровительные эффекты созерцания ландшафтов – Типы ландшафтов в средовой психологии» [32].

Представленные в ней в виде таблиц результаты исследований удобны для использования в проектировании, требующем научно-обоснованного выбора дизайнерских решений. Д. Шанахан также подробно описывает методики и результаты исследования влияния длительности и частоты воздействия природного окружения на человека, в зависимости от его интенсивности, определяемой по соотношению природных и антропогенных компонентов в среде [25]. В работе рассмотрено воздействие по четырем аспектам: Психическое здоровье, Физическое здоровье, Социальное здоровье и Здоровый образ жизни. Проведенный статистический анализ позволил установить такие реакции на воздействие природы как снижение стресса и депрессии, артериального давления. Магдалена Ван ден Берг подробно рассматривает влияние созерцания природы на нервную систему человека и подтверждает восстановительный эффект созерцания видов природы при преодолении стресса [28].

В связи с этими и подобными данными, а также необходимостью снижения стрессогенности среды лечебных учреждений как фактора, тормозящего процесс выздоровления, особое внимание уделяется вопросу создания садов при больницах на основе выявленных закономерностей их воздействия на человека. Следует отметить, что терапевтический ландшафт не только эффективно снижает стресс у пациентов, но и повышает чувство удовлетворенности от труда у персонала больницы [27]. В исследованиях Клер Купер-Маркус и Наоми Сакс разрабатываются основные принципы формирования лечебного ландшафта таких садов [20].

Важным аспектом проблемы является и выработка критериев оценки качества уже сформированной природной среды в составе больницы, так как некоторые сады, заявленные в качестве лечебных, не оказывают выраженного терапевтического эффекта, в связи с низким качеством дизайна или реализации проекта [23, 29, 33].

Активную работу по популяризации лечебных ландшафтов ведет Наоми Сакс, создавшая специальную базу данных и интернет-сервис *Therapeutic Landscapes Network*⁸, которая представляет мониторинг множества информационных источников и проектов в сфере лечебного ландшафтного дизайна, способствуя консолидации усилий профессионалов, работающих в данной сфере.

В России и многих других пост-советских государствах, данная тенденция пока не заметна, хотя существуют прекрасные примеры больничных парков среди исторических больничных комплексов, имеются отдельные примеры включения элементов ландшафтного дизайна в архитектурный ансамбль больниц, построенных в XX веке и в некоторых современных проектах. Вне больничных комплексов, в России появляются отдельные проекты садов на крышах, значительное распространения получили подземные и полуподземные парковки с благоустроенными эксплуатируемыми кровлями-садами в жилищном строительстве. Тем не менее, интеграция природы в средовые комплексы больниц не воспринимается, в целом, как значимый компонент, научная работа по данной тематике практически не ведется, озеленение больниц производится с нарушением норм, отсутствует мониторинг его качества. В недавнее время в больницах Санкт-Петербурга появилась тенденция к удалению даже уже имеющихся элементов озеленения из интерьеров больниц, в связи с отсутствием должного ухода за ними и возникающими в связи с этим санитарно-гигиеническими проблемами. В связи с отсутствием понимания

⁸ *Therapeutic Landscapes Network* <http://www.healinglandscapes.org/>

значения природных компонентов в больничной среде в целом, ландшафтные разделы проектов больниц, если и разрабатываются, то, как правило, не реализуются в полной мере, существующие парки не получают должного ухода или на территории больницы просто не остается места для устройства сада, в связи с нехваткой территории для обеспечения всех обязательных функциональных зон.

Одним из первых исследований по этой теме на пост-советском пространстве стала диссертация Варданян К. К. по специальности 14.00.05 – «Гигиена, профпатология и токсикология» на тему: Изучение состояния озеленения больниц города Еревана и разработка мер по его улучшению (на примере ЕГМУ). Эта работа наглядно показала, что «структурированная система озеленения является мощным резервом по оздоровлению окружающей среды и улучшению лечебно-охранительного режима ЛПУ» [6, 7].

Однако это исследование, в силу научной специальности автора, даже при рассмотрении декоративно-эстетического значения озеленения, лишь отчасти затрагивает собственно методы современного терапевтического ландшафтного дизайна, оставаясь в рамках решения медико-психологических и санитарно-гигиенических задач и возможностей озеленения [30, 31]

Важным тезисом Варданян, является то, что «урбанизация, обострение экологических проблем и хроническое отсутствие свободных территорий требуют качественно иного подхода к использованию земли: не зеленые насаждения или постройки, а зеленые насаждения на постройках. При этом растительность становится полноправной составной частью застройки». [6 С.15, 29].

Влияние видов из окон на состояние пациентов – одна из первых тем в исследованиях терапевтического потенциала ландшафтов. На труд Р. Ульриха [26], посвященный этой проблеме, ссылаются почти все последующие работы. Главным открытием Ульриха стало то, что созерцание природы из окна способствует значительному уменьшению болевого синдрома у пациентов. При этом, главным "действующим веществом" оказывается позитивное отвлечение внимания, следствием которого становится снижение стресса. Более поздние исследования установили, что благодаря контакту с природой срок пребывания больного в стационаре может быть сокращен при наличии визуального взаимодействия с природным окружением [28].

Изучение архитектурных ансамблей больниц Санкт-Петербурга показывает, что парковая зона является значимым компонентом многих из них. Однако, дизайн и состояние этих ландшафтов нельзя назвать удовлетворительным, а их доступность для пациентов далеко не всегда обеспечена, в то время как зарубежный опыт демонстрирует огромный спектр возможностей терапевтических садов лечебных учреждений. Вместе с тем, очевидна необходимость собственных исследований и экспериментов в данной сфере, ведь копирование зарубежных моделей исключает один из главных признаков терапевтического дизайна, его органичность и узнаваемость для пациента в культурном контексте его привычной среды обитания.

Изучение данной темы в Санкт-Петербургском университете ведется в рамках инициативной научно-исследовательской работы и студенческого экспериментального курсового и дипломного проектирования на Основной образовательной программе «Дизайн среды» в рамках тематики лаборатории Дизайна для социальных инноваций и устойчивого развития DESIS.

Целью работы является определение возможностей и методов повышения целебного потенциала ландшафтов в Санкт-Петербурге, в том числе среды медицинских учреждений, так как это может способствовать повышению качества жизни человека, справедливости в области охраны здоровья, а также развитию дизайна как гуманистического искусства в целом.

Прежде чем рассматривать разработанные проектные предложения, остановимся на некоторых центральных для проектирования терапевтического ландшафта вопросах,

выявленных в ходе изучения приведенных выше источников, которые необходимо иметь в виду.

Одной из ключевых функций терапевтического ландшафта является то, что он становится пространством свободы выбора в период пребывания человека в лечебном учреждении, где как болезнь, так и больничный режим являются источниками стресса. Сад дает передышку между процедурами, осмотрами и другими манипуляциями, давая человеку возможность самостоятельного выбора формы досуга, чувство контроля над ситуацией, которое само по себе оказывает терапевтическое воздействие.

При этом, особое значение имеет объемно-планировочное решение, которое должно создавать возможности для различного отдыха, как уединенного и тихого, так и более активного, совместного для нескольких человек, на солнце или в тени, в зависимости от потребностей. Кроме того, должна быть обеспечена безопасность и доступность сада в соответствии с особенностями пациентов. Например, для пожилых людей, страдающих деменцией, планировка должна полностью исключать возможность неправильного выбора маршрута, для слабовидящих обеспечивать наличие тактильных элементов навигации и источников звуковых, ароматических, тактильных и кинестетических впечатлений и информации, для детей – предоставлять разнообразные сценарии для игровой активности, с учетом особенностей возраста и особых потребностей. Вариантов потребностей и ограничений в терапевтическом дизайне очень много, поэтому для комплексного учета конкретной специфики, необходимы консультации дизайнеров с врачами и медицинским персоналом соответствующих по профилю медицинских учреждений.

Центральной проблемой ландшафтного дизайна является также выбор ассортимента и дизайн посадок, поскольку он в наибольшей степени зависит от конкретных условий, связанных с климатическими и микроклиматическими, почвенными и гидрологическими условиями, и в то же время должен учитывать и перечисленные выше требования. В свою очередь, от решений в этой области зависит потребность в квалифицированном уходе за садом после его введения в эксплуатацию, который не всегда может быть обеспечен в должной мере.

Согласно данным исследований, при разработке целебного сада важно, чтобы площадь озелененных пространств была значительно больше, чем твердых покрытий. Кроме того, рекомендуется использовать многолетние, хорошо узнаваемые растения, характерные для региона проектирования, чтобы пейзажи казались пациентам знакомыми, вызвали эффект узнавания, связанный с чувством уверенности, безопасности и удовольствия.

Чтобы выяснить, что может быть воспринято как знакомое и способно создать чувство узнавания в ландшафте, необходимо изучать особенности природных и культурных ландшафтов региона проектирования, как важных типов привычной среды обитания для пациентов. Необходимо обращать особое внимание на возможности их тонизирующего воздействия на здоровье человека, с учетом эстетических, психоэмоциональных, гигиенических и экологических аспектов.

Другие функции, рекомендованные для терапевтического сада, зависят от особых потребностей различных групп пациентов, в зависимости от заболевания. Например, различные колористические решения ландшафта и породный состав деревьев могут быть рекомендованы в зависимости от артериального давления пациента. Хромотерапия издревле использовалась для лечения различных болезней. В частности, повышению давления будут способствовать яркие оттенки теплого спектра и контрасты, а понижению – холодные цвета и спокойные, нюансные сочетания. Следовательно, в одном саду места для отдыха могут быть оформлены с использованием растений и материалов в разной цветовой гамме, чтобы создать выбор в зависимости от самочувствия пациента.

Воздействие различных видов растений связано также с их ароматическими свойствами, наличием эфирных масел, так как фитонциды также воздействуют на

артериальное давление и самочувствие. В связи с этим, гипертоникам пребывание в хвойном саду может быть не так полезно, как гипотоникам. Форма и характер габитуса, сама "архитектура" растения так же воздействует на эмоции, а затем и на самочувствие человека, в зависимости от степени мягкости и нежности или колючести, агрессивности его облика. Важно учитывать и «количественные» соотношения акцентных и фоновых компонентов пейзажа, создающие различную динамику и ритм пространства, способствующие напряжению или расслаблению наблюдателя.

Вода в саду, в зависимости от ее дизайна, также является мощным стимулирующим или успокаивающим средством, вызывая множество различных положительных эмоций у человека и являясь одним из базовых архетипов среды, неизменных по своей природе.

Для разработки экспериментальных проектов мы выбрали объекты, связанные с системой здравоохранения, среда которых находится в упадочном состоянии. Был проведен анализ их современного состояния и ландшафтно-терапевтического потенциала. На основе натурных исследований и данных авторитетных, в основном, зарубежных, источников, были предложены методы увеличения лечебного потенциала среды этих территорий за счет увеличения биоразнообразия и декоративности озеленения, геопластики и дизайна оборудования, а в некоторых случаях, и модернизации фасадов зданий.

Работы были представлены на различных конференциях⁹[24], конкурсах и т.д. для обсуждения, повышения интереса к теме и улучшения качества последующих разработок. Также был проведен ряд междисциплинарных семинаров для обмена опытом по различным проблемам в рамках темы

Первым проектным предложением стала «Концепция развития Сестрорецка как города-курорта», выполненная совместно преподавателями и студентами магистратуры программы «Дизайн среды» СПбГУ.

В рамках концепции, было предложено ввести понятие «многозадачности» современного курорта, который больше не может ограничиваться предоставлением инфраструктуры и лечебных ресурсов, но должен удовлетворять множеству сопутствующих культурных и социальных запросов пользователей. Анализ разнообразных ресурсов Сестрорецка показал, что несмотря на явную деградацию его курортной среды в конце XX – начале XXI века, он все еще обладает потенциалом к возрождению курортной функции, особенно в новом ее понимании, так как его близость к Санкт-Петербургу и доступность как места оздоровления населения, давшие импульс к развитию курортного дела в Сестрорецке в конце XIX века, а также совокупные средовые характеристики, обладающие терапевтическими свойствами, не потеряли актуальности и в наше время. Вместе с тем, были обнаружены негативные тенденции развития города в настоящее время, способные уничтожить этот потенциал в ближайшем будущем. Множество объектов здравоохранения выводятся из эксплуатации, их место занимает индивидуальная или многоквартирная жилая застройка. Предложения по благоустройству и развитию, как правило, формальны и не учитывают ни особенностей прибрежного дюнного ландшафта, ни потребностей жителей, не стремятся к сохранению природных

1. ⁹ *Петрашень Е.П., Толстова А.А., Куницкая, С. Г. Амирян, А. В. Курочкина, К. В. Остапчук, И. Р. Романенко, М. В. Фомина. Средовое обоснование к развитию Сестрорецка как города-курорта в XXI веке. Доклад на конференции Архитектура и градостроительство Балтийского региона от эпохи модерна до современности, Санкт-Петербург, 27-28 апреля 2017.*
2. *Petrashen E. Makarova V., Tolstova A., Alferovskii K., Weber J. Healthcare environment in Russia before, after and hundred years after the Revolution. Poster presentation. 14th International Conference on Urban Health. ICUH2017 I Health Equity; The New Urban Agenda and Sustainable Development Goals. Coimbra, Portugal. September, 26-29, 2017.*

элементов ландшафта и характерной растительности, а также курортной архитектуры, являвшейся визитной карточкой Сестрорецка более ста лет. Без срочных мер по изменению градостроительной политики в Сестрорецке, его терапевтический и культурный потенциал будет потерян, а экологический баланс существенно нарушен. В качестве нового вектора развития, была разработана модель «дискретного» санатория, который мог бы объединить пустующие в настоящее время объекты, такие как исторические дачи и медицинские учреждения советского периода, связать их зеленым рекреационным каркасом и создать на их основе лечебно-профилактическое учреждение нового типа, способное возродить доминанту курортной функции в городе.

В продолжение этой темы, в качестве дипломного проекта бакалавров Дарии Нечай и Александры Финовой, было разработано предложение по модернизации одного из заброшенных «советских» санаториев Сестрорецка¹⁰.

Санаторный комплекс, расположенный в домах 16 и 21 по улице Полевая, состоит из двух участков, разделенных этой улицей. В одном из зданий, построенных в 60х гг. XX века, раньше находился военный госпиталь, а в другом – дом отдыха, позже на их основе был образован единый санаторий в ведении пограничных войск, но уже несколько лет он не функционирует.

Объект расположен вблизи исторического парка Дубки и берега Финского залива, что, наряду с хорошей транспортной доступностью, определяет оценку его местоположения как очень выгодную для возобновления санаторной функции.



Рис. 1. Финова А., Нечай Д. Санаторий «Дубки». Ситуационный план и транспортная схема.

¹⁰ Нечай Д., Финова А. Выпускной дипломный проект на тему: Развитие ландшафтно-терапевтического потенциала медицинских учреждений Санкт-Петербурга на примере санаторного комплекса в Сестрорецке. Руководитель: Петрашень Е.П., СПбГУ, 2017 г.

Рис. 2. Финова А., Нечай Д.
Санаторий «Дубки». План благоустройства.



Для возрождения санатория, предлагается изменение его профиля на кардиологический, как один из наиболее востребованных и эффективных в Сестрорецке в соответствии с природно-климатическими условиями и потребностями жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области, а также его перевод в систему общественного здравоохранения.

Планировочное решение территории сочетает в себе приемы регулярного и пейзажного стиля в классическом для садов и парков Петербурга сочетании: регулярные участки вблизи зданий и пейзажные в удаленных частях сада. Важной точкой притяжения в саду является искусственный водоем. Предполагается, что он должен быть устроен на основе устойчивых природоподобных технологий, с применением биофильтрации.

На территории санатория предусмотрены зоны посадки лечебных растений, участок для терапии-огородничества, лечебный маршрут – терренкур, а также хромотерапевтическая и ароматерапевтическая композиции.

Планировка сада предоставляет возможность отдыха в уединении и наличие пространства для общения, а также выбор прогулки по разным маршрутам в зависимости от настроения, при этом обеспечена доступность среды для маломобильных пациентов. В зимний период и межсезонье контакт пациентов с

живой природой обеспечивается зимними садами.

Большое внимание в проекте уделено созданию визуальной связи ландшафта и интерьеров, адаптации зданий к современным требованиям организации среды лечебных и оздоровительных учреждений, роли зданий в восприятии ландшафта в зимний и летний период.

Рис. 3. Санаторий «Дубки». Современный вид зданий. (Фото Нечай Д.)



Рис. 4. Нечай Д. Санаторий «Дубки». Проектная визуализация.



Общий вид зданий с мостом-переходом над Полевой улицей зимой.

С учетом сезонных аспектов восприятия среды, для модернизации фасадов и повышения их роли в колористике зимнего пейзажа, используются элементы цветного остекления лоджий, веранд и воздушного моста-перехода между зданиями.

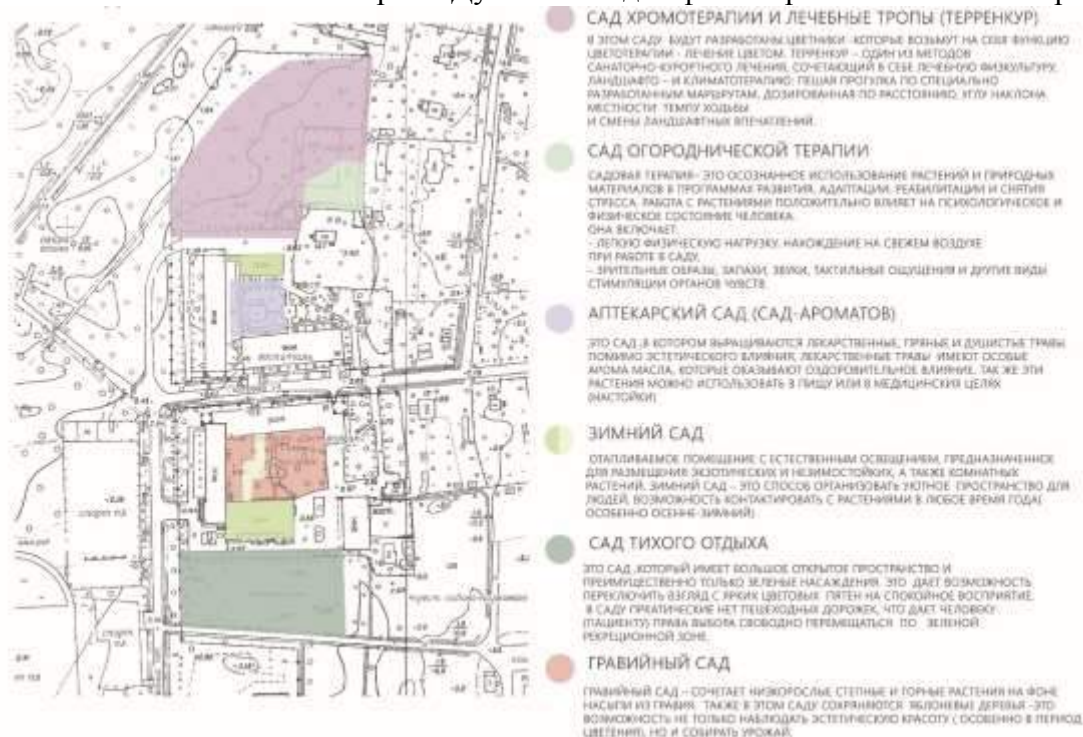
Для визуального уменьшения поверхностей глухих стен летом применяется вертикальное озеленение. Плоские крыши корпусов служат для создания на них дополнительных павильонов – зимних садов и открытых эксплуатируемых кровель.

В процессе работы обсуждались предложения установить на крышах солнечные батареи и рассмотреть методы повышения энергоэффективности здания, чтобы снизить предполагаемые расходы на их эксплуатацию, но эти идеи не были доведены до конца, так как выходили за рамки темы проекта.

Рис. 5. Финова А. Санаторий «Дубки». Проектная визуализация. Хромотерапевтическая композиция.



Рис. 6. Финова А. Санаторий «Дубки». Ландшафтно-терапевтическое зонирование.



В данном проекте было наглядно продемонстрировано, что морально и физически устаревший санаторий может стать современным и востребованным лечебно-профилактическим учреждением, благодаря последовательному применению принципов дизайна для здоровья, с учетом потребностей целевой группы пациентов. Проектные предложения разрабатывались с учетом рекомендаций руководителя одного из действующих санаториев Сестрорецка.

Интересной гипотезой в ходе исследования стало предположение, что экологическое воспитание человека в детстве создает основу для его лечения с помощью ландшафтной терапии в болезни и в старости, ведь именно природные архетипические элементы-эгрегоры остаются неизменными в течение жизни поколений и помогают

людям переживать различные тяготы на жизненном пути. Трудно представить, насколько тяжелее может быть состояние человека, с детства лишенного связи с природой. Данная гипотеза требует проведения значительных исследований в разных регионах для выявления характера этой зависимости, а также выявления аналогичной связи с традиционной архитектурой как «второй природой».

В связи с появлением данной гипотезы, развитием темы исследования стало изучение особенностей организации терапевтического ландшафта для детей. Такой ландшафт может иметь, наряду с лечебным значением, важное образовательное и воспитательное значение.

В отличие от взрослых, ребенок стремится к деятельному освоению ландшафта, поэтому важной частью пространства становится игровое оборудование, а также рельеф, тропы здоровья и другие элементы ландшафта, в том числе растения, позволяющие испытывать различные тактильные и кинестетические ощущения, а также радовать визуальными характеристиками. Природные компоненты среды, как инертные, так и растительные материалы, важны и как условия для творческой самореализации детей [11]. Важно учитывать, что эти базовые потребности ребенка не исчезают при наличии особенностей развития и возможностей здоровья, что усложняет требования к формированию инклюзивных лечебных и развивающих садов. Понимание этих потребностей необходимо и для формирования обычной рекреационной среды для детей в жилых дворах и детских учреждениях, качество которой могло бы стать основой профилактики многих детских болезней и проблем, включая агрессивное поведение и некоторые психические отклонения [21].

К сожалению, современная отечественная практика демонстрирует преобладание примитивных подходов к этой теме, которые приводят к шаблонному тиражированию ярких и контрастных цветовых решений, а также однотипных игровых сценариев и исключению природных компонентов из игровой среды. Очевидна и ориентация лишь на детей младшего возраста, но даже в этом возрастном сегменте – без учета потребности в разнообразии впечатлений, в то время как подростки при планировании игровой среды в городах не учитываются вовсе, так как считается, что для них достаточно размещать спортивные площадки, хотя это далеко не так.

В детских медицинских и лечебно-профилактических учреждениях Санкт-Петербурга, как и во взрослых, терапевтические сады отсутствуют. Игровые площадки, если и есть, то находятся в плачевном состоянии, или ничем, по сути, не отличаются от типовых городских решений. Редким примером использования терапии-огородничества является Детский оздоровительный городок «Малыш» на юге Ленинградской области. Совместно с его руководством, было принято решение о разработке в рамках магистерского исследования Виктории Макаровой детского терапевтического сада на его примере. В настоящее время проект еще не завершен, но предварительное исследование подтверждает актуальность этой темы, так как выявленные исследования в области формирования терапевтических и рекреационных ландшафтов для детей отличаются фрагментарностью и отсутствием комплексного междисциплинарного подхода.

Проектный метод освоения проблематики дизайна для здоровья человека ставит студента-дизайнера перед необходимостью многочисленных консультаций с различными специалистами, что расширяет его кругозор, навыки профессиональной коммуникации и самопрезентации. Результаты магистерских исследований проходят апробацию не только в рамках проектирования конкретного модельного объекта, но и в виде составления программы учебного спецкурса или семинара для студентов бакалавриата. Таким образом, лучшие работы начинают использоваться в образовательном процессе. Кроме того, студенты младших курсов посещают учебно-научные семинары в рамках подготовки выпускных дипломных проектов. Это способствует распространению интереса к темам проектов и преемственности в исследованиях. К участию в междисциплинарных семинарах приглашаются преподаватели и студенты смежных направлений подготовки.

Так, консультантами темы стали автор книги «Секретный мир детей в пространстве мира взрослых» Мария Владимировна Осорина, доцент психологического факультета СПбГУ [12] и Кристина Кареновна Варданян, доцент Ереванского медицинского университета, автор исследований по влиянию озеленения в условиях медицинских лечебных учреждений как на детей, так и на взрослых, в том числе, и на персонал учреждения. [6, 29, 30, 31]

В рамках исследования, при участии дизайнеров среды и архитекторов, психологов и медицинских работников различных профилей, а также других специалистов, планируется разработать методические рекомендации для проектировщиков лечебных садов и примеры проектов терапевтических ландшафтов, а также игровых пространств, в условиях Санкт-Петербурга, для различных групп населения с учетом возраста и особых потребностей.

Список литературы

1. *Александр Розмари Бэтстоун Карена*. Дизайн сада. Профессиональный подход. Кладезь, 2006. 136 с.
2. *Байденко В.* Компетенции в профессиональном образовании (к освоению компетентностного подхода) // Высшее образование в России. 2004. №11. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/kompetentsii-v-professionalnom-obrazovanii-k-osvoeniuyu-kompetentnostnogo-podh> (Дата обращения 21.09.2017)
3. *Бондаревская Е.В.* Научно-теоретические основы личностно-ориентированного образования // Личностно-ориентированный образовательный процесс: сущность, содержание, технологии / Под ред. Е.В. Бондаревской. Ростов н/Д., 1995. С. 5-22.
4. *Братчикова Л.И.* Проектирование содержания подготовки ландшафтных дизайнеров в системе высшего профессионального образования: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.08 Краснодар, 2006. 201 с.
5. *Брукс Джон*. Дизайн сада. Дорлинг Киндерсли, ЗАО "БММ", 2009. 384 с.
6. *Варданян К.К.* Изучение состояния озеленения больниц города Еревана и разработка мер по его улучшению (на примере ЕГМУ). Автореферат дис. ... канд. мед. наук: 14.00.05: защищена 03.07.2012 / К.К. Варданян; Ереванский государственный медицинский университет им. М. Гераци М-ва образования и науки РА. Ереван, 2012. 22 с.
7. *Варданян К.К., Айрапетян А.К., Думанян К.Г.* Оценка реорганизационных мер по улучшению состояния озеленения больничных учреждений ЕГМУ // Вестник Казахского национального медицинского университета. 2012. №2. С. 251-258.
8. *Дикая Инна Владимировна*. Формирование содержания и процесс подготовки педагогов профессионального обучения в области ландшафтного дизайна. Ставрополь: Диссертация на соискание степени кандидата педагогических наук, 2006. С. 213.
9. *Дорофеев А.* Профессиональная компетентность как показатель качества образования// Высшее образование в России. 2005. №4. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/professionalnaya-kompetentnost-kak-pokazatel-kachestva-obrazovaniya-1> (Дата обращения: 04.11.2017).
10. *Игнатьева М.* США: образование в области ландшафтной архитектуры // Ландшафтная архитектура. Дизайн. 2005. №3.
11. *Ицковиц Генри*. Тройная спираль. Университеты – предприятия – государство. Инновации в действии / Генри Ицковиц; пер. с англ. под ред. А.Ф. Уварова. [б.м.]: Томск: Изд-во Том. гос. ун-та систем упр. и радиоэлектроники, 2010. 238 с.
12. *Осорина М.В.* Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. Серия "Мастера психологии". Изд-во: Питер, 2017. С.304.
13. *Петрашень Е.П.* Ландшафтная архитектура между традицией и новаторством // ВЕСТНИК. "ЗОДЧИЙ. 21 ВЕК". Санкт-Петербург: Изд-во "Зодчий", 2017. № 6(21) С.74-75.

14. *Слепян Э.И.* Стратегии озеленения, категории растений-озеленителей и проблемы сохранения и оздоровления городской природной среды. // *Озеленение: проблемы фитогигиены и охраны городской природной среды* / ред. Ходакова Ю. И. Слепяна Э.И. и. [б.м.]: Л: АН СССР, 1984. С. 138-230.
15. *Степанов С.А.* Экологическое образование для устойчивого развития как важное направление модернизации высшей школы России. - Москва : Диссертация на соискание степени доктора педагогических наук, 2011. С. 496.
16. *Шмелева И.А. Шмелев С.Э.* Методологические проблемы междисциплинарного исследования устойчивого развития крупных городов // *БИОСФЕРА*. [б.м.] : <https://cyberleninka.ru/article/n/metodologicheskie-problemy-mezhdistsiplinarnogo-issledovaniya-ustoychivogo-razvitiya-krupnyh-gorodov>.
17. Пособие по озеленению и благоустройству эксплуатируемых крыш жилых и общественных зданий, подземных и полуподземных гаражей, объектов гражданской обороны и других сооружений, Москва, 2001. Режим доступа: http://files.stroyinf.ru/data1/10/1_0016/ (Дата обращения: 10.09.2016)
18. Проектирование элементов благоустройства. Детские площадки. Площадки отдыха. Малые сады: учебное пособие для студентов специальности 27030265 «Дизайн архитектурной среды» по дисциплине «Архитектурно-дизайнерское проектирование» / сост. В.О. Сотников.
19. Рекомендации по проектированию озеленения и благоустройства крыш жилых и общественных зданий и других искусственных оснований 2000. Режим доступа: <http://files.stroyinf.ru/data1/9/9061/index.htm> (Дата обращения: 10.09.2016).
20. *Cooper-Marcus, Clare, Sachs, Naomi A.* Therapeutic Landscapes: An Evidence-Based Approach to Designing Healing Gardens and Restorative Outdoor Spaces // John Wiley & Sons, 2014.
21. *Diana Younan MPH, Catherine Tuvblad, PhD, Lianfa Li, PhD, Jun Wu, PhD, Fred Lurmann, MS, Meredith Franklin, PhD, MSc, Kiros Berhane, PhD, MS, Rob McConnell, MD, Anna H. Wu, PhD, Laura A. Baker, PhD, MA, Jiu-Chiuan Chen, MD, ScD* Environmental Determinants of Aggression in Adolescents: Role of Urban Neighborhood Greenspace // *Journal of the American academy of child & adolescent psychiatry*. Vol. 55, №7, 2016. P. 591-601.
22. *Diette B.G. Lechtzin N., Haponik E., Devrotes A., Haya R.R.* Distraction Therapy with Nature Sights and Sounds Reduces Pain During Flexible Bronchoscopy // *CHEST*. 2003. Vol. 123. № 3. PP. 941-948.
23. *Hämmerle I., Röderer, K. & Cervinka, R.* Evaluation of clinical gardens with classical semantic differential // *Medical University of Vienna, Vienna, Austria*, 2011. <http://proceedings.envpsych2011.eu/files/doc/234.pdf> (Дата обращения 16.08.2016).
24. *Petrashen E., Tolstova A., Alferowski K., Students research group: Makarova V., Finova A., Nechai D., Amirian S., Fomina M., Romanenko I., Ostapchuk K., Kurochkina A.* Enhancing the therapeutic potential of landscapes: a new research and design project at SPBU // *International conference proceedings. Three pillars of landscape architecture: design, planning and management. New visions.* // Saint-Petersburg, Russia 7-8 June 2017. Saint-Petersburg State Polytechnical University, Polytecgnic University Publishing House, 2017.
25. *Shanahan D. F. et al.* Health Benefits from Nature Experiences Depend on Dose. *Sci. Rep.* 6, 28551; doi: 10.1038/srep28551 (2016).
26. *Ulrich R.S.* View through a window may influence recovery from surgery // *Science*, 224: 42-421., 1984.
27. *Ulrih R.S.* Health Benefits of Gardens in Hospitals // *Plants for people. International Exhibition Floriade*, 2002. 10 p. // <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.541.4830&rep=rep1&type=pdf>, (Дата обращения 29.08.2016).
28. *Van den Berg Magdalena M.H.E. et al.* Autonomic Nervous System Responses to Viewing Green and Built Settings: Differentiating Between Sympathetic and Parasympathetic Activity. - [б.м.]: Ed. Paul B. Tchounwou. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 12.12 (2015): 15860–15874. PMC. Web. 31 Aug. 2016.

29. *Vardanyan K.K., Hayrapetyan, A.K.* Evaluation of the Results of Yerevan State Medical University (YSMU) HOSPITALS' Landscaping Reorganization According to Climate and Acoustic Level. // *Global Journal of Botanical Science*, 2014, 2, 60-64.
30. *Vardanyan K.K., Ghazaryan G.A.* The study of patient's mental state by color diagnostic method // *Psychology Research*. June 2013, Vol. 3. №6. P. 350-357. <https://doi.org/10.17265/2159-5542/2013.06.006>
31. *Vardanyan K.K., Hayrapetyan A.K., Ghazaryan G.A.* Investigation of the psycho-emotional status of children by color diagnostics // *The New Armenian Medical Journal*. 2015..Vol. 9. №3. September. P. 24-29.
32. *Velarde Ma.D., Fry G., Tvei M.* Health Effects of Viewing Landscapes – Landscape Types in Environmental Psychology. *Urban Forestry & Urban Greening* 6 (2007) 199–212, Available from: <https://www.researchgate.net/publication/223358151> Health Effects of Viewing Landscapes - Landscape Types. (Дата посещения 29.08.2016)
33. *Whitehouse S., Varni, J. W., Seid, M., Cooper-Marcus, C., Ensberg, M. J., Jacobs, J. J. and R. S. Mehlenbeck* Evaluating a children's hospital garden environment: Utilization and consumer satisfaction. *Journal of Environmental Psychology*, 21, 2001. P: 301-314. Режим доступа: <https://www.researchgate.net/publication/222834053> Evaluating a children's hospital garden environment Utilization and consumer satisfaction (Дата обращения 29.08.2016).

LANDSCAPE DESIGN FOR HUMAN HEALTH AND THE PROJECT METHOD OF ITS MASTERING

E. Petrashen

St. Petersburg State University, Faculty of Arts
e.petrashen@spbu.ru

The study examines the international experience in the field of therapeutic influence of landscapes and methods of landscape design for human health. It reveals the basic principles of design for medicinal gardens. The author describes the experience of the application of these principles in the experimental projects of the Educational Program "Environmental Design" and DESIS laboratory at Saint-Petersburg University. The study outlines the prospects for the development of research and presents the educational methods to enhance the competence of environmental designers in the field of human health.

Key words: therapeutic landscape design, environment design, medical landscape, human health protection, justice in the field of healthy habitat, accessible environment.