

ПСИХОЛОГІЯ

DOI: 10.31548/hspedagog13(3).2022.126-135

УДК 316.6:37.091.12:712

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЗАСОБАМИ ЛАНДШАФТНОЇ ТЕРАПІЇ

АЛЬТАНОВА А. Б., кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри соціальної роботи та реабілітації

Національний університет біоресурсів і природокористування України

E-mail: al.altanova@gmail.com

ORCID 0000-0002-2783-4932

Анотація. У статті висвітлені сутність ландшафтної терапії як міжнаукового поняття та місце цього методу серед інших засобів соціально-психологічної реабілітації; виявлені психолого-естетичні аспекти сприйняття людиною ландшафтних комплексів як засобу соціально-психологічної реабілітації. Застосування методу ландшафтної терапії представлено в контексті трьох найбільш сучасних і перспективних підходів у міжнародній соціальній роботі: підхід, що базується на сильних сторонах клієнтів; підхід, орієнтований на «наснаження» або «активізацію» клієнтів та концепція зеленої соціальної роботи. У статті доводиться хибність підходу до ландшафтної терапії лише як до природного фону під час застосування, так би мовити, основних методик арт-терапії. Описані форми застосування ландшафтної терапії у соціальних практиках, прийнятих у світі (наприклад, садовотерапія в лікарнях і реабілітаційних центрах), та соціальних практиках, які запроваджено в НУБіП України. Визначено категорії НПП, для яких ландшафтна терапія є найбільш рекомендованою. Наголошено, що лікувально-реабілітаційний вплив ландшафтної терапії під час роботи з НПП спрямований, крім отримання естетичного задоволення, ще й на оптимізацію негативних емоційних станів. Проаналізовано стан вивчення проблеми впливу різних типів ландшафтних екосистем на психоемоційну сферу людини. Ландшафтна терапія як автономна методика соціально-психологічної реабілітації сприймається у світі як дієвий інструмент впливу на клієнтів і пацієнтів з цілим рядом психічних, соціальних і фізичних проблем. Як близькі за концепцією з ландшафтною терапією галузі, у світі активно розвиваються еко-терапія (природотерапія) та гарденотерапія (терапевтичні сади). З'ясовано реабілітаційний потенціал засобів ландшафтної терапії в умовах санаторно-курортного лікування. Подано результати емпіричного дослідження, проведеного на базі НУБіП України з вивчення щоденних (рутинних) технік самовідновлення НПП впродовж робочого дня.

Ключові слова: ландшафт, терапевтичний ландшафт, естетичний потенціал ландшафту, стани психоемоційного благополуччя / неблагополуччя НПП, психолого-естетичні аспекти сприйняття людиною ландшафтних комплексів, реабілітаційний потенціал засобів ландшафтної терапії, ресурси особистості, наснаження (емпауермент).

Актуальність (Introduction).

Нині активно розробляється ідея підтримки психічного здоров'я працівників шляхом впровадження

повсякденних технік самопомогі без спеціально спрямованого впливу. Це відмінна риса екопсихологічного підходу до людини. В галузі освіти

© Альтанова А. Б.

відзначають виникнення нової прикладної дисципліни, яка називається *відновлювальними практиками*, у клінічній психології використовуються поняття «ненаправлена самодопомога». Такі підходи проявляють повагу до психологічного благополуччя людини та готовність зміцнювати його неінвазивними, природними техніками. До таких неінвазивних відновлювальних практик, безсумнівно, належить ландшафтна терапія (далі – ЛТ) як екопсихологічна методика соціально-психологічної реабілітації науково-педагогічних працівників (далі – НПП).

В останнє десятиліття оновлюється репертуар технік та інтервенцій, які використовують соціальні працівники. Українська науковиця Т. Семигіна на підставі аналізу сучасної закордонної літератури вважає одними із ключових і перспективних напрямків розвитку соціальної роботи у світовому і вітчизняному контекстах: 1) підхід, що базується на сильних сторонах клієнтів; 2) підхід, орієнтований на «наснаження» або «активізацію» клієнтів [16, с. 27-41]; 3) концепцію зеленої соціальної роботи [18, с. 8]. В українській професійній літературі на позначення «*empowerment*» вживають поняття «наснаження», «активізація», у соціології послуговуються поняттями – активізація, мобілізація або розширення можливостей, у соціальній психології – активізація або – імпаурмент [18, с. 27-41]. У контексті розвивального підходу соціальні працівники мають працювати над *поверненням людей до активної участі* в суспільному житті, орієнтуючись на їхні сильні сторони та *мотивувати до пошуку ресурсів* [16, с. 25-26]. Естетичні ландшафти, звичайно, належать до таких ресурсів для наснаження людини, в контексті оптимізації її психоемоційного стану під час виконання професійних обов'язків.

Актуальним є запровадження у ЗВО навчальних курсів, орієнтованих на

усвідомлення естетично цінних ландшафтів як одного із важливих природних ресурсів, що може бути використаний для відновлення психоемоційних станів особистості. Такий міждисциплінарний курс на межі медичної та психологічної реабілітації, естетики, психології, екології людини був би доречний в освітньо-професійних програмах підготовки майбутніх соціальних працівників.

Аналіз останніх досліджень та публікацій (Analysis of recent researches and publications). Не зважаючи на посилення інтересу до питання підвищення стресостійкості та працездатності особистості, проблема застосування засобів ландшафтно-терапевтичної реабілітації залишається мало дослідженою. Крім того, існує певна термінологічна неузгодженість: окремі дослідники відмовляються в автономності методу ЛТ, вважаючи перебування на природі лише приємним додатком до так би мовити, основних методик арт-терапії, усвідомлюють ЛТ тільки з префіксом арт-, а якщо і вживають без цього префіксу, то тоді розуміють ЛТ як лендарт [4]. На нашу думку, ЛТ є самодостатнім методом впливу на свідомість та підсвідомість людини. Для реалізації цього методу не обов'язково вдаватись до арт-терапевтичних практик та розраховувати в основному лише на можливості їхнього впливу. Видається помилковим сприйняття ландшафтно-арт-терапії і просто ЛТ як один і той самий метод, оскільки перше є частиною другого. Для початку ЛТ іноді достатньо під час напруженого робочого дня подивитись на красивий пейзаж за вікном, або прогулятись садом на території лікарні чи установи, або прогулятись міським парком. Поеднання можливостей природи і арт-терапії – це зовсім нова форма допомоги особистості, яка має великі перспективи.

Ще однією особливістю досліджуваної тематики є її міждисциплінарний характер. Симбіотичний характер проблеми естетичного сприйняття ландшафту зумовлює необхідність залучення

міждисциплінарних підходів та методів (соціально-психологічної реабілітації як напряму соціальної роботи; психології; соціології; естетики; екології людини, культурології; геоелекології; рекреаційної географії; поведінкової географії, урбоекології та теорії містобудівництва (ландшафтний дизайн і ландшафтна архітектура) тощо [3].

Науковиця Р. Іщук проаналізувала проблеми впливу різних типів ландшафтних екосистем на психоемоційну сферу людини, окреслила головні аспекти психологічної адаптованості людини в різних типах екосистем [9].

Проблема природного складника у формуванні предметно-просторового середовища в умовах сучасної урбанізації та технотизації розглядається в працях Н. Я. Крижановської та Н. В. Гатальської [11; 5].

З середини 1980-х років з'явилась концепція терапевтичного саду. Дослідження Роджера Ульріха (1984) показало, що пацієнти, які мали *доступ до вікна з гарним видом*, відновлювалися швидше і потребували менше знеболюючих препаратів. Згодом Клер Купер Маркус (1995) та Адріан Бертоном (2014) підтвердили *переваги терапевтичних садів* біля лікарень, хоспісів, будинків престарілих чи будь-яких інших установ, де пацієнти лікуються від фізичної або психічної патології.

Фундатором наукового напряму, який почав вивчати *естетику ландшафту*, вважається А. Hettner, який у 1927 р. запропонував виділити науковий напрям – *естетичну географію* та загострив увагу на питанні об'єктивності оцінки естетичної привабливості ландшафту [21]. *Соціокультурний контекст естетичного сприйняття ландшафту* досліджував Vidal de la Blanche, який виявив, що існують групи населення, що відрізняються особливостями просторового сприйняття та пейзажно-естетичними уподобаннями і розробили концепцію «культурних кодів» [8]. Саме ці «коди» визначають духовні

та раціоналістичні ландшафтно-естетичні симпатії людей.

М. Д. Гродзинським та О. В. Савицькою виокремлені *ландшафтоцентричні* (спрямовані на вивчення рис ландшафту, які визначають його естетичні якості) та *антропоцентричні* (спрямовані на пізнання людини як суб'єкту естетичного сприйняття, у свідомості якого формується образ ландшафту) *напрями дослідження естетики ландшафту* [7].

Термін *терапевтичний ландшафт* (therapeutic/healing landscape) був визначений у 1992 році географом Вільямом Геслером як місце, «де фізичне та побудоване середовище, соціальні умови та людське сприйняття поєднуються, щоб створити атмосферу, яка сприяє зціленню» (Gesler, W., 1992) [22]. Концепція терапевтичного ландшафту виникла в *медичній географії* (науці, що вивчає вплив середовища на здоров'я людини) [20]. З'являється піддисципліна *географія здоров'я*, що висуває на центральний план місце як «оперативну і живу конструкцію», яка має значення для процесу оздоровлення (Kearns, R. A. and Moon, G., 2002) [24]. М. Й. Ертель у 1885 р. вперше застосував у курортному лікуванні *теренкур* (від фр. terrain – місцевість, ділянка, територія і нім. kuhr – лікування) – лікування дозованою ходьбою організованими маршрутами, дозованими за відстанню, часом та кутом нахилу [19].

Зовсім недавно література про терапевтичні ландшафти торкнулася теми вивчення конкретних результатів для *психічного здоров'я* людини від зустрічі з природним середовищем. Особливо впливовою була теорія Каплана (Kaplan, S. (1995) про відновлення уваги, згідно з якою *покращення когнітивних функцій* стало результатом проведення часу на природі, враховуючи, що для спостереження не потрібно значної розумової енергії [23]. Дослідження, що стосуються переваг природного середовища для психічного здоров'я, часто зосереджуються на певних

групах – на *молодому поколінні, літніх особах та людях із проблемами психічного здоров'я* (Milligan, C., & Bingley, A. (2007) [5].

Представники такого напрямку, як *відновна психологія середовища* вважають, що для відновлення потрібно використовувати спеціальні, відмінні від професійних простори, найчастіше – природні. Перші дослідження в цій галузі були ініційовані в 1970 р. С. і Р. Капланами, Дж. Вендтом і Р. Ульріхом, які вивчали надання людьми переваги тому чи іншому місцю та вплив цих обраних середовищ на їхнє психологічне благополуччя (Kaplan, Kaplan, Wendt, 1972; Ulrich, 1979).

Мета (Purpose). Полягає у теоретичному, емпіричному та практичному обґрунтуванні ЛТ як ефективного методу соціально-психологічної реабілітації науково-педагогічних працівників.

Методи (Methods). Теоретичні вивчення, аналіз, інтерпретація та узагальнення наукових джерел з метою з'ясування стану дослідженості проблеми; визначення термінологічних понять дослідження; емпіричні опитування, кейс-метод (вивчалися типові успішні досвіди організації своєї діяльності на робочому місці), включене спостереження, інтерв'ю та метод експертів.

Результати (Results). У контексті нашого дослідження ресурсом, що наснажує стимулює відновлення, підтримує та зміцнює особистісне і соціальне функціонування НПП шляхом мобілізації їх сильних сторін, підтримки копінгових стратегій, піднесення самооцінки, зміни дисфункціональних моделей мислення і стосунків з іншими, полегшення професійних стресів виступає ЛТ. *Ландшафтна терапія* (від нім. Landschaft – пейзаж, вид) – різновид естетотерапії, метод курортної терапії, спрямований на оздоровлення організму впливом краси природи, пейзажів та лікувальних прогулянок. Як варіант пси-

хотерапії метод спирається на психоемоційний вплив ландшафтів на людину, лікувальне спілкування з природою.

У НУБіП України ландшафтна терапія може бути реалізована через такі сприятливі фактори найближчого соціального середовища та університетські соціальні практики, як: 1. природоохоронна спрямованість місії та концепції університету; 2. розташування закладу на території Національного природного парку «Голосіївський»; 3. наявність і доступність для всіх учасників освітнього процесу власного ботанічного саду (в контексті близькості територіального розташування від навчальних корпусів та безкоштовного користування); 4. наявність на прилеглій території парку розроблених екостежок (екомаршрутів) для прогулянок викладачів і студентів; 5. наявність власної стайні і пасіки з апібудиночками; 6. наявність ННІ туризму та концепції розвитку туристичних маршрутів; 7. наявність центру соціально-психологічної реабілітації викладачів і студентів (при кафедрі соціальної роботи та реабілітації) та центру соціально-психологічної служби, де апробуються різні програми профілактики професійного стресу й емоційного вигорання НПП; 8. активна діяльність профспілкової організації співробітників університету та гуманітарно-педагогічного факультету з організації систематичних виїзних екскурсій до мальовничих міст та місцевостей України тощо [1; 2; 6; 15]; 9) наявність у складі підрозділів НУБіП України спортивно-оздоровчого табору «Академічний» на узбережжі Чорного моря [17]. Перераховані чинники ресурсозабезпечення університету сприяють підтримці самооцінки НПП, їх самореалізації, адаптації, соціально-психологічній реабілітації, профілактиці у них станів психологічного неблагополуччя і ризику – професійного стресу (інформаційного, організаційного, комунікативного), фрустрації, переднервовових, субдепресивних станів, сенсорної деривації, трудоголізму, емоційного вигорання, професійних криз тощо.

Такі форми ЛТ, як екскурсії до ландшафтних парків та архітектурно значимих пам'яток, екотуризм, теренкур (під час санаторно-курортного лікування), спостереження за естетично насиченими природними та урбанізованими ландшафтними пейзажами доцільно застосовувати абсолютно усім НПП, проте особливо корисними такі впливи будуть для осіб зі зниженою працездатністю, комплексом неповноцінності, егоцентризмом, емоційною ригідністю, труднолізмом. ЛТ як метод колективного наснаження корисна в робочих колективах НПП, де спостерігаються підвищена конфліктність, погана згуртованість, групова поляризація, несприятливий психологічний клімат, недостатня організованість, занадто високий рівень суперництва, низька ефективність діяльності групи. В таких колективах доцільно частіше проводити екскурсії вихідного дня.

ЛТ діє комплексно, адже сприймається різними системами (*мультисенсорно*): через зір, слух, нюх та дотик. Вона здійснює седативний, відволікаючий, активізуючий і *катарсичний* ефект. На людину діють перш за все такі складові частини пейзажу, як колір, форма і лінія [5].

Під час визначення терапевтичної дії ландшафту, крім його естетичних якостей, велике значення має *вплив різних типів ландшафтних екосистем на психоемоційну сферу людини*. Цю проблему досліджувала Р. Іщук [9]. Взаємозв'язок між середовищем, в якому перебуває людина, і змінами в її психіці помічений здавна. Так, ще в дохристиянську добу людина надавала певним місцям особливого значення (священні діброви, урочища, пагорби). Це свідчення того, що *наші предки використовували ландшафти як допоміжний засіб трансформації свідомості мас* [9]. Помічено, що в людини в ландшафтних екосистемах, до яких вона *адаптована*, виникають *позитивні відчуття* і, навпаки, де-

задаптованість людини до ландшафтних екосистем проявляється негативними емоціями [9].

Основні лікувальні фактори методу ЛТ – заспокійливий, відволікаючий, активізуючий, надихаючий, естетичний та гармонізуючий. Зазначаються також покращення фізичної активності, чуттєвості, концентрації уваги, поява мотивації, полегшення болю від втрати. Прогулянки просто неба, споглядання пейзажів, розвивають в людині креативність, навички комунікації.

Наразі особливо у великих урбанізованих містах існує проблема необхідності «олюднити середовище», змінити ті його параметри, що в найбільшій мірі згубно впливають на психічний та фізіологічний стан людини, а в ідеалі – організувати середовище із заданими для людини властивостями [3].

ЛТ можна асоціювати з популярною за кордоном наукою – екотерапією, також відомою як природотерапія. Це робота з психічним здоров'ям людини. *Відновлювальні ефекти* пов'язані з трьома основними видами контактів з природним середовищем: 1) коли клієнти *споглядають* природні ландшафти або об'єкти (включаючи образи природи на картинах, фотографіях або відеофільми); 2) коли вони *безпосередньо занурені в природний ландшафт*, але займають пасивну, рецептивну позицію; 3) коли вони активно залучаються у певну діяльність, *взаємодіючи з природним середовищем*.

Підвидом ЛТ є *терапевтичний сад* (therapeutic garden – гарденотерапія, садотерапія) – зовнішній простір, створений для задоволення фізичних, психологічних, соціальних і духовних потреб людей, які перебувають у закладі охорони здоров'я, і який допомагає цим людям підтримувати контакт з реальністю та забезпечує психофізичне благополуччя усім користувачам, тобто пацієнтам, відвідувачам та медичному персоналу. *Науково доведено, що терапевтичний сад може:* зменшити стрес, допомагаючи організму знайти

власний баланс; зменшити біль; зменшити депресію, особливо якщо вона спонукає до руху/дій; покращити якість життя у хронічно або невиліковно хворих; допомогти пацієнту викликати власні лікувальні ресурси; допомогти хворому прийняти свій невиліковний стан; створити відповідне середовище, де пацієнт може займатися фізкультурою, садівництвом тощо; бути простором, де персонал може відпочити під час робочих перерв і зняти стрес, що в свою чергу допомагає покращити якість обслуговування; призвести до скорочення термінів госпіталізації та використання знеболюючих засобів. Зараз садотерапія вважається корисною та ефективною терапевтичною методикою і використовується в лікарнях, будинках престарілих, реабілітаційних закладах, школах, в'язницях, таборах, притулках для бездомних, громадських центрах.

Окремо слід зазначити реабілітаційний потенціал засобів ЛТ в умовах санаторно-курортного лікування. До головних методів кліматотерапії належать: теренкур, аеротерапія, ароматерапія, геліотерапія, таласотерапія, мікрокліматоретрапія (аероіонотерапія, аерофітотерапія, спелеотерапія) [10].

Туризм і рекреаційно-дозвілєва діяльність, беззаперечно, є умовами розвитку ЛТ. Останнім часом з'являються та обґрунтовуються науковцями такі різновиди туризму, як *медичний (лікувальний), екотуризм, сільський туризм, оздоровчий туризм*. В Україні існує практика з розробки мальовничих пішохідних маршрутів, наприклад для огляду красот Карпат тощо [12]. Отже, ландшафтна терапія як автономна методика соціально-психологічної реабілітації сприймається у світі як дієвий інструмент впливу на клієнтів і пацієнтів з цілим рядом психічних, соціальних і фізичних проблем. Як близькі за концепцією з ландшафтною терапією галузі у світі активно розвиваються екотерапія (природотерапія) та садотерапія.

На базі НУБіП України нами було проведено дослідження щоденних (рутинних) технік самодопомоги НПП. Основне дослідницьке питання звучало так: «Чи існують, і якщо так, то які рутинні практики самодопомоги НПП впродовж робочого дня?» Опитувані НПП відзначили, що для всіх працівників важливо іноді на роботі впродовж робочого дня побути в тиші та спокої; перекусити, випити чай, каву; а також – *визирнути у вікно, подивитися в далечінь, усамітнитися або порухатися*. Таким чином, приватність, харчові звички, самотнє перебування в спокійному місці і *зосередження на пейзажі за вікном* – це типові психотехніки, пов'язані з середовищем, які лідирують серед НПП, що багато працюють на робочому місці. Менш популярні, але також задіяні різноманітні тілесно-просторові дії – *пройтися, піднятися / спуститися, розім'ятися*. Наші результати узгоджуються з даними інших дослідників. Так, *важливість виду з вікна* для одужання хворих у шпиталі та їх потреби у ліках відзначалася С. Вердербером та Д. Реуманом (Verderber, Reuman, 1987; Ulrich, 1984). *Гарний вид з вікна є цінним активом організації для здоров'я та благополуччя працівників*. Людина намагається вийти з-під пресу ситуації, дивлячись у вікно.

Зниження показників вигорання, вичерпання фізичних, емоційних та енергетичних ресурсів НПП відбулось в тому числі й завдяки участі в екскурсіях, на яких у НПП була можливість спостерігати за красивими природними ландшафтами і наснажувати свій психологічний стан засобами ландшафтно-терапевтичними.

Висновки і перспективи (Discussion). Отже, ландшафтну терапію слід розглядати як концепцію організації відпочинку і дозвілля людей, особливо урбанізованих мешканців та людей, які шукають ресурсів для підвищення своєї стресостійкості у кризовій ситуації, чи для наснаження під час професійного вигорання, чи протистояння хворобі. Слід сказати, що саме в такому

ракурсі ландшафтна терапія є мало вивченим предметом дослідження. Проте за цим майбутнє. На сьогодні в літературі відсутні серйозні систематизовані дослідження впливу різних типів ландшафтних екосистем на психоемоційну сферу і здоров'я людини, тому ця проблема потребує подальшого детального вивчення.

Список використаних джерел

1. Ачкевич О. Прогулянка-екскурсія колективу механіко-технологічного факультету НУБіП України по приголомшливому ландшафтному парку «Олександрія» та храмовому комплексом в с. Буки. 25 жовтня 2021 р. URL: <https://nubip.edu.ua/node/100333>
2. Ачкевич О. Ніщо так не об'єднує колектив, як відпочинок разом (екскурсія колективу НУБіП України до Національного парку «Межигір'я»). 28 вересня 2021 року. URL: <https://nubip.edu.ua/node/98240>
3. Бучко Ж. І. Естетичні якості ландшафтів у контексті використання та збереження гуманістичного ресурсного потенціалу регіону: Дис... канд. геогр. наук: 11.00.01 / Чернівецький національний ун-т ім. Юрія Федьковича. Чернівці, 2001. 178 с.
4. Вознесенська Л. О. Ландшафтна арт-терапія: можливості використання в соціальній сфері. С. 35-45. *Наукові студії із соціальної та політичної психології. Збірник статей*. Київ, 2008. Випуск 20 (23). 228 с.
5. Гатальська Н. В. Теоретико-методологічні аспекти формування естетики паркового середовища. Дис. на ... док. архітектури / 18.00.01 – Теорія архітектури, реставрація пам'яток архітектури, Харківський національний університет будівництва та архітектури. Харків, 2020. 420 с.
6. Гейко С., Лаута О. Місто, де «живе» Бог. Гуманітарії подорожують славетною Вінничиною. 4 жовтня 2021 року. URL: <https://nubip.edu.ua/node/98645>
7. Гроздинський М. Д., Савицька О. В. Естетика ландшафту. Київ: поліграф. центр «Київський університет», 2005. 183 с.
8. Дирин Д. А., Попов Е. С. Оценка пейзажно-эстетической привлекательности ландшафтов: методологический. Изв. Алтай. гос. ун-та. 2010. № 3. С. 120–124.
9. Іщук Р. Рівень психологічної адаптованості людини в різних типах ландшафтних екосистем. *Zrównoważony rozwój. Debiut naukowy*. 2011. с. 369-375.
10. Кравець О. М., Рябев А. А. Курортологія: підручник; Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. Харків: ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2017. 167 с.
11. Крижановская Н. Я. Основы ландшафтной архитектуры та дизайна: підручник / Н. Я. Крижановська, М. А. Вотінов, О. В. Смірнова; Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. Харків: ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2019. 348 с.
12. Ландшафтотерапія в Карпатах. URL: <https://hutir.org/ozdorovlenie/landshaftoterapiya>
13. Ландшафтотерапия – лечение красотой курортных пейзажей. URL: <http://sankurtur.ru/methods/364/>
14. Семигіна Т. Сучасна соціальна робота. Київ: Академія праці, соціальних відносин і туризму, 2020. 275 с.
15. Семашко Т. Гуманітарії шляхами славної історії (поїздка до м. Батурин НПП гуманітарно-педагогічного факультету). 5 листопада 2018 року. URL: <https://nubip.edu.ua/node/52557>
16. Семигіна Т. Міжнародна соціальна робота: пріоритети та стандарти. Київ: Академія праці, соціальних відносин і туризму, 2021. 175 с., с. 27-41.
17. Спортивно-оздоровчий табір «Академічний» НУБіП України. URL: <https://nubip.edu.ua/node/92408>

© Альтанова А. Б.

18. Сучасні теорії соціальної роботи: Антологія [упор. Т. Семигіна]. Київ: Академія праці, соціальних відносин і туризму, 2021. 160 с.

19. Теренкури, оздоровчі стежки на курортах. Історія. Показання та обмеження. URL: <http://sankurtur.ru/methods/368>

20. Andrews, G. Landscapes of well-being / T. Brown, G. Andrews, S. Cummins, B. Greenhough, D. Lewis, and A. Power (eds.) *Health Geographies: A Critical Introduction*. 2017. Oxford: Wiley-Blackwell, pp. 59–75.

21. Hettner A. Die Geographie. Ihre Geschichte, ihr Wesen und ihre Methoden. Breslau: Ferdinand Hirt Verlag, 1927. 463 с.

22. Gesler, W. Therapeutic landscapes: Medical issues in light of the new cultural geography. *Social Science & Medicine*, 1992. 34(7), 735–746.

23. Kaplan, S. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*, 1995. 15(3), 169–182.

24. Kearns R. A. and Moon, G. From medical to health geography: Novelty, place and theory after a decade of change. *Progress in Human Geography*, 2002. 26, 605–625.

References

1. Achkevych O. Prohulyanka-ekskursiya kolektyvu mekhaniko-tekhnologichnoho fakultetu NUBiP Ukrainy po pryholomshlyvomu landshaftnomu parku «Oleksandriya» ta khramovomu kompleksom v s. Buky. 25 zhovtnya 2021 r. URL: <https://nubip.edu.ua/node/100333>

2. Achkevych O. Nishcho tak ne obyednuye kolektyv, yak vidpochynok razom (ekskursiya kolektyvu NUBiP Ukrainy do Natsionalnoho parku «Mezhyhiria»). 28 veresnya 2021 roku. URL: <https://nubip.edu.ua/node/98240>

3. Buchko ZH. I. Estetychni yakosti landshaftiv u konteksti vykorystannya ta

zberezhennya humanistichnoho resursnoho potentsialu rehionu: Dys... kand. heohr. nauk: 11.00.01 / Chernivetskyi natsionalnyi un-t im. Yuriya Fedkovycha. Chernivtsi, 2001. 178 с.

4. Voznesenska L. O. Landshaftna art-terapiya: mozhlyvosti vykorystannya v sotsialniy sferi. S. 35-45. Naukovi studiyi iz sotsialnoyi ta politychnoyi psykholohiyi. Zbirnyk statey. Kyiv, 2008. Vypusk 20 (23). 228 s.

5. Hatal'ska N. V. Teoretyko-metodolohichni aspekty formuvannya estetyky parkovoho seredovyscha. Dys. na ... dok. arkhitektury / 18.00.01 – Teoriya arkhitektury, restavratsiya pamyatok arkhitektury, Kharkivskyi natsionalnyi universytet budivnytstva ta arkhitektury. Kharkiv, 2020. 420 s.

6. Heyko S., Lauta O. Misto, de «zhyve» Boh. Humanitariyi podorozhuyut slavetnoyu Vinnychnoyu. 4 zhovtnya 2021 roku. URL: <https://nubip.edu.ua/node/98645>

7. Hrozdynskyi M. D., Savytska O. V. Estetyka landshaftu. Kyiv: polihraf. tsentr «Kyivskyi universytet», 2005. 183 s.

8. Dirin D. A., Popov Ye. S. Otsenka peyzazhno-esteticheskoy privlekatel'nosti landshaftov: metodologicheskiiy. Izv. Altay. gos. un-ta. 2010. № 3. S. 120–124.

9. Ishchuk R. Riven psykholohichnoyi adaptovanosti lyudyny v riznykh typakh landshaftnykh ekosystem. Zrównoważony rozwój. Debiut naukowy. 2011. s. 369-375.

10. Kravets O. M., Ryabyev A. A. Kurortolohiya: pidruchnyk; Kharkiv. nats. un-t misk. hosp-va im. O. M. Beketova. Kharkiv: KHNUMH im. O. M. Beketova, 2017. 167 s.

11. Kryzhanovskaya N. YA. Osnovy landshaftnoyi arkhitektury ta dyzaynu: pidruchnyk / N. YA. Kryzhanovska, M. A. Votinov, O. V. Smirnova; Kharkiv. nats. un-t misk. hosp-va im. O. M. Beketova. Kharkiv: KHNUMH im. O. M. Beketova, 2019. 348 s.

12. Landshaftoterapiya v Karpatakh. URL: <https://hutir.org/ozdorovlenie/landshaftoterapiya>
13. Landshaftoterapiya – lecheniye krasotoy kurortnykh peyzazhey. URL: <http://sankurtur.ru/methods/364/>
14. Semyhina T. Suchasna sotsialna robota. Kyiv: Akademiya pratsi, sotsialnykh vidnosyn i turyzmu, 2020. 275 s.
15. Semashko T. Humanitariyi shlyakhmy slavnoyi istoriyi (poyizdka do m. Baturyn NPP humanitarno-pedahohichnoho fakultetu). 5 lystopada 2018 roku. URL: <https://nubip.edu.ua/node/52557>
16. Semyhina T. Mizhnarodna sotsialna robota: priorytety ta standarty. Kyiv: Akademiya pratsi, sotsialnykh vidnosyn i turyzmu, 2021. 175 s., s. 27-41.
17. Sportyvno-ozdorovchyy tabir «Akademichnyy» NUBiP Ukrayiny. URL: <https://nubip.edu.ua/node/92408>
18. Suchasni teoriyi sotsialnoyi roboty: Antolohiya [upor. T. Semyhina]. Kyiv: Akademiya pratsi, sotsialnykh vidnosyn i turyzmu, 2021. 160 s.
19. Terrenkur, tropy zdorovya na kurortakh. Istoriya. Pokazaniya i ogranicheniya. URL: <http://sankurtur.ru/methods/368>
20. Andrews, G. Landscapes of well-being / T. Brown, G. Andrews, S. Cummins, B. Greenhough, D. Lewis, and A. Power (eds.) Health Geographies: A Critical Introduction. 2017. Oxford: Wiley-Blackwell, pp. 59–75.
21. Hettner A. Die Geographie. Ihre Geschichte, ihr Wesen und ihre Methoden. Breslau: Ferdinand Hirt Verlag, 1927. 463 s.
22. Gesler, W. Therapeutic landscapes: Medical issues in light of the new cultural geography. Social Science & Medicine, 1992. 34(7), 735–746.
23. Kaplan, S. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. Journal of Environmental Psychology, 1995. 15(3), 169–182.
24. Kearns R. A. and Moon, G. From medical to health geography: Novelty, place and theory after a decade of change. Progress in Human Geography, 2002. 26, 605–625.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL WORKERS BY MEANS OF LANDSCAPE THERAPY

Altanova A. B.

Abstract. *The article highlights the essence of landscape therapy as an interdisciplinary concept and the place of this method among other means of social and psychological rehabilitation. The psychological and aesthetic aspects of human perception of landscape complexes as a means of social and psychological rehabilitation are revealed. The application of the landscape therapy method is presented in the context of three of the most modern and promising approaches in international social work: an approach based on clients' strengths, an approach focused on "empowerment" or "activation" of clients and the concept of green social work. The article proves the fallacy of approaching landscape therapy only as a natural background during the application, so to speak, of the basic techniques of art therapy. The forms of application of landscape therapy in social practices accepted in the world (for example, garden therapy in hospitals and rehabilitation centers) and social practices introduced at the National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine are described. The categories of scientific and pedagogical workers for whom landscape therapy is the most recommended are defined. It is emphasized that landscape therapy's therapeutic and rehabilitative effect during interaction with scientific and pedagogical workers is aimed not only at obtaining aesthetic satisfaction, but also at optimizing negative emotional states. The state of studying the problem of the influence of different types of landscape ecosystems on the psycho-emotional sphere of a person is analyzed. Landscape therapy as an autonomous method of social and psychological rehabilitation is perceived in the world as an effective tool for influencing clients and patients with a number of mental, social and physical problems. Ecotherapy (nature therapy) and garden therapy (therapeutic gardens) are actively developing in the world as branches that are close in concept to landscape therapy. The rehabilitative potential of the means of landscape therapy in the conditions of sanatorium-resort treatment has been clarified. The results of an empirical study conducted on the basis of the National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine on the study of daily (routine) self-recovery techniques of scientific and pedagogical workers during the working day are presented.*

Keywords: *landscape, therapeutic landscape, aesthetic potential of landscape, states of psychological and emotional well-being / ill-health of scientific and pedagogical workers, psychological and aesthetic aspects of human perception of landscape complexes, rehabilitation potential of landscape therapy tools, personal resources, social empowerment.*