

УДК 159.99, 364.2, 316.624

DOI: 10.35750/2713-0622-2023-4-441-451



## Обоснование применения метода «садовой терапии» для коррекции и профилактики девиантного поведения



### Вадим Павлович Песков

Институт педагогики и психологии образования  
Московского городского педагогического университета  
(Москва, Россия)

vpeskov@bk.ru

ORCID: 0000-0002-6511-4442



### Виктор Яковлевич Кузеванов

Российская Академия Естествознания,  
Байкальский государственный университет  
(Иркутск, Россия)

bogard@rambler.ru

ORCID: 0000-0002-3309-3587

### Аннотация

Проблемы коррекции и профилактики девиантного поведения – один из основных вопросов и вызовов для современного общества. Такое девиантное поведение, как агрессия, наркомания, преступления, сексуальные девиации и другие асоциальные проявления, оказывает негативное влияние на различные сферы жизни людей, включая семью, образование, работу и общество в целом. В настоящее время изыскиваются различные фармацевтические и немедикаментозные подходы для купирования или смягчения девиантного поведения.

**Цель данной работы**, опираясь на собственные исследования, а также на ряд результатов отечественного и зарубежного опыта, обосновать возможность более широкого применения «садовой терапии» как междисциплинарного немедикаментозного метода коррекции и профилактики девиантного поведения.

Авторы опирались на **методы** междисциплинарных работ на стыке биологии, ботаники, социальных наук и психологии, а также на изучение опыта «садовой терапии» более чем в 200 ботанических садах и их аналогах в 32 странах мира, практики применения в отношении детей и подростков, требующих особых методов воспитания, а также осужденных лиц, содержащихся в учреждениях Федеральной службы исполнения наказаний (далее – ФСИН России).

**Результаты исследований** и практический опыт показали, что «садовая терапия» как немедикаментозный метод имеет значительный потенциал в работе с лицами, отличающимися девиантным поведением. Его применимость связана с тем, что регулярное участие в специальных садовых занятиях способствует развитию умений преодолевать стресс, справляться с жизненными вызовами, укрепляет навыки саморегуляции и самоконтроля, развивает терпение, тщательность и постоянство, что формирует у участников дисциплинированное и ответственное поведение, коммуникационные навыки и способности к сотрудничеству, навыки конструктивного социального взаимодействия. Обосновывается возможность применения «садовой терапии» для людей с особыми причинами девиации поведения, включая участников и ветеранов войны, членов их семей. Делается вывод о перспективности и возможности его использования для адаптации и реабилитации этой категории лиц, которым оказывается помощь в обретении позитивных и здоровых способов справляться с посттравматическими и жизненными вызовами.

**Ключевые слова**

садовая терапия, девиантное поведение, ветераны войны, коррекция, профилактика

**Для цитирования:** Песков, В. П., Кузеванов, В. Я. (2023). Обоснование применения метода «садовой терапии» для коррекции и профилактики девиантного поведения. *Российский девиантологический журнал*, 3 (4), 441–451. doi: 10.35750/2713-0622-2023-4-441-451.

Original paper

**Vadim P. Peskov**

Institute of Pedagogy  
and Educational Psychology  
of the Moscow State  
Pedagogical University  
(Moscow, Russia)  
vpeskov@bk.ru

**ORCID:** 0000-0002-6511-4442**Victor Ya. Kuzevanov**

Russian Academy of Natural  
Sciences  
Baikal State University  
(Irkutsk, Russia)  
bogard@rambler.ru

**ORCID:** 0000-0002-3309-3587

## Substantiation of the "Horticultural therapy" method for the correction and prevention of deviant behavior

**Abstract**

The problems of correction and prevention of deviant behaviour are one of the main issues and challenges for modern society. Such deviant behaviour as aggression, drug addiction, crime, sexual deviation and other antisocial manifestations has a negative impact on various spheres of people's lives, including family, education, work and society as a whole. Various pharmaceutical and non-pharmaceutical approaches are examined to manage or reduce deviant behaviour.

**The purpose of this research**, based on our own findings, as well as on a number of results of national and foreign experience, is to substantiate the possibility of wider application of "Horticultural therapy" as an interdisciplinary non-pharmacological method of correction and prevention of deviant behaviour.

The authors based their research on the methods of interdisciplinary studies at the intersection of biology, botany, social sciences and psychology, as well as on the study of the experience of "Horticultural therapy" in more than 200 botanical gardens and their analogues in 32 countries of the world, the practice of application to children and adolescents requiring special methods of upbringing, as well as convicted persons detained in the institutions of the Federal Service for the Execution of Punishments.

**Research results and practical experience** revealed that "Horticultural therapy" as a non-pharmacological method has a significant potential in working with persons with deviant behaviour. Its applicability is due to the fact that regular participation in special horticultural sessions contributes to the development of skills to overcome stress, cope with life challenges, strengthens self-regulation and self-control skills, develops patience, diligence and constancy. This enables participants to develop disciplined and responsible behaviour, communication skills and abilities to cooperate, skills of constructive social interaction. The possibility of applying "Horticultural therapy" for people with special causes of deviant behaviour, including participants and veterans of war, and members of their families, is substantiated. The authors make a conclusion about the perspectives and possibility of its use for adaptation and rehabilitation of this category of persons, who are assisted in finding positive and healthy ways to cope with post-traumatic and life challenges.

**Keywords**

horticultural therapy, deviant behaviour, war veterans, correction, prevention

**For citation:** Peskov, V. P., Kuzevanov, V. Ya. (2023). Substantiation of the "Horticultural therapy" method for the correction and prevention of deviant behavior. *Russian Journal of Deviant Behavior*, 3 (4), 441–451. doi: 10.35750/2713-0622-2023-4-441-451.

Сегодняшнее общество сталкивается с серьезными проблемами девиантного поведения различных групп людей, и его коррекция и профилактика становятся все более актуальными. Агрессия, наркомания, различные зависимости, сексуальные девиации и т. д. – все эти формы асоциального поведения оказывают негативный, разрушительный эффект на отдельных людей и общество в целом. Особое внимание следует уделить проблемам детей и подростков с девиантным поведением, когда оно является результатом насилия, неблагоприятной семейной ситуации или недостаточной поддержки от образовательной системы, социального окружения. Девиантное поведение отличается от привычного и социально принятого поведения, и может проявляться в различных формах, включая агрессию, нарушения общепринятых правил поведения, преступные действия, наркотическую зависимость и т. п. Важно своевременно предоставить населению необходимую помощь и ресурсы, чтобы предотвратить возникновение или развитие девиантного поведения, особенно среди молодежи. Эта тема непосредственно касается также различных социальных групп людей с особыми нуждами, где девиантное поведение становится результатом изменения физиологического состояния и психологического здоровья (инвалиды и немощные люди; дети группы риска, нуждающиеся в особых методах воспитания; граждане, переживающие стрессы при трудных жизненных ситуациях, тяжелых болезнях, катастрофах; лица, содержащиеся в исправительных учреждениях; ветераны войн и члены их семей). Последствия девиантного поведения могут быть серьезными и иметь долгосрочные последствия и для индивида, и для общества. Личностные и психологические проблемы, например, низкая самооценка, депрессия, страхи и тревога, как правило, возникают именно у людей с девиантным поведением. Они могут столкнуться с социальной изоляцией, отвержением, проблемами в общении и взаимоотношениях. Кроме того, девиантное поведение может привести к тяжелым правовым последствиям, включая уголовную ответственность, судимость и т. п. Поэтому в настоящее время изыскиваются различные фармацевтические и немедикаментозные подходы для купирования или смягчения девиантного поведения.

В психологии, а также среди медицинских практиков и учёных все чаще встречаются утверждения, что следует шире применять природоподобные технологии типа «садовой терапии», поскольку природа обладает естественной исцеляющей силой. В связи с этим садоводство, являющееся одним из способов регулярного взаимодействия с природой, может оказывать целебное воздействие на здоровье человека, способствуя более быстрому его восстановлению и выздоровлению (Relf, 1990).

Изучение тенденций развития ботанических садов (Кузеванов, 2023) как особых социально-экологиче-

ских институтов, которые в течение последних пяти сотен лет внедряют лечебные растения и методы «садовой терапии», позволяет прогнозировать новый этап в усилении использования их ресурсов в ближайшие 20–25 лет для широкого спектра социально значимых целей. Ботанические сады как экологические ресурсы завоевали авторитет и стали уникальными объектами природного и культурного наследия, включающими зооботанические и ботанические сады, дендропарки, зоопарки, природные музеи, городские парки, учебные и терапевтические рекреации и т. д., которые положительно влияют на поведение людей, будучи уникальными антикризисными ресурсами (Кузеванов и др., 2022).

«Садовая терапия» стала активно использоваться в XX–XXI веках как одно из недорогих средств положительного воздействия на жизнь человека. Своими исследованиями мы обосновываем и подтверждаем эту точку зрения (Сизых и др., 2014). *Современная «садовая терапия» (или гарденотерапия, экотерапия)* представляет собой процесс профессионального целенаправленного использования растений и сочетания садоводческих и психологических технологий, призванных улучшить благосостояние и здоровье человека путем воздействия на его разум, тело и душевное состояние (Сизых и др., 2006). Это новое междисциплинарное направление опирается на научные основы психологии, биологии, экологии, природопользования, социальных наук, менеджмента и других смежных областей человеческой деятельности.

Современные исследования показывают положительное влияние «садовой терапии» на различные целевые группы людей как в России (Иванова, 2016; Койгерова, 2019; Любавина, Середина, 2018; Святковская, 2015; Сикорская, 2016), так и за рубежом (Airhart, Willis, & Westrick, 1987; Barnes, 1996; Cornille et al., 1987; Daubert & Rothert, 1981; Durham & Kenline, 1996; Houseman, 1986; Langer & Rodin, 1976; Marshall, Pittsburgh, & Rothert, 1999; Rothert, 1994; Simson & Straus, 2003). Серьезный прогресс в использовании «садовой терапии» в России начался в середине 1990-х годов с разработок иркутских ученых, применяемых к лицам с девиантным поведением – малолетним преступникам, осужденным лицам, содержащимся в системе ФСИН России, детям-сиротам из детских домов и т. п. (Сизых и др., 2006). Позднее идеи и методы «садовой терапии» стали распространяться и разрабатываться в различных регионах России, включая Москву, Санкт-Петербург, Мурманск, Тверь, Ростов, Волгоград, Улан-Удэ и др. (Иванова, 2016; Койгерова, 2019; Любавина, Середина, 2018; Святковская, 2015; Сикорская, 2016).

**Цель данной работы** – обоснование возможности более широкого применения «садовой терапии» как междисциплинарного метода для коррекции и профилактики девиантного поведения, оказывающего

положительное воздействие на людей, используя собственный и отечественный опыт, лучшие зарубежные практики и исследования. Наши исследования опирались на апробированные **методы** (Сизых и др., 2006; Сизых и др., 2014) из сферы ботаники, садоводства, социальных наук и психологии, использовали натурные наблюдения и экспериментальные исследования с различными социальными и возрастными группами, материалы анкетирования, специальные дневниковые записи участников, анализ научной литературы, интервью с учителями и экспертами в области садовой терапии. Наши обобщения основаны на анализе отечественных примеров, а также непосредственной работе примерно в 200 ботанических садах 32 стран мира в период 1992–2021 гг. Так методология и подходы к анализу и сбору материалов открывают возможности детальнее оценивать перспективы и возможности воздействия «садовой терапии» на здоровье и самочувствие людей.

В своих междисциплинарных исследованиях мы обосновываем сферы проявления положительного воздействия «садовой терапии» на человека, выделяя среди них следующие компоненты и направления:

- 1) интеллектуальные (познавательные);
- 2) социальные;
- 3) эмоциональные (психологические);
- 4) физические (физическое развитие или реабилитация).

**Результаты и обсуждение.** Стоит отметить, что, согласно полученным нами результатам, использование данного метода приводит к улучшению качества жизни, положительно влияет на психическое состояние и поведение человека, стимулирует и развивает чувства, помогает сгладить внутренние противоречия и достигать гармонии восприятия своего «Я». Еще одним полезным эффектом является формирование нового мировоззрения, осознание важности экологии и приобретение необходимых знаний и навыков. Этот метод также тренирует память, внимание и ловкость рук, помогая возвратиться к естественному образу жизни.

Обосновывая на базе наших работ (Сизых и др., 2006; Сизых и др., 2014) и публикаций российских коллег (Иванова, 2016; Койгерова, 2019; Любавина, Середина, 2018; Святковская, 2015; Сикорская, 2016) применение этого метода, мы определяем «садовую терапию» как комплексный интегративный подход, положительно влияющий на психику человека, который может успешно использоваться для социальной адаптации и реабилитации, коррекционно-развивающей работы, коррекции психических состояний, развития «Я-концепции», перевоспитания и социальной реабилитации осужденных (взрослых и подростков в исправительных колониях системы ФСИН России), реабилитации и профилактики дезадаптации лиц с девиантным поведением.

В настоящее время имеется богатый арсенал природного и культурного наследия в нашей стране, которое до сих пор редко используется, но имеет большой потенциал для социальной адаптации и реабилитации индивидуумов с девиантным поведением. К природным и экологическим ресурсам ботанических садов и их аналогов, используемых в «садовой терапии», относятся биологические коллекции, местные виды, экзотические культивируемые растения в оранжереях, гербарии, семена, специально созданные ландшафты и публичные выставки растений, инновационные технологии и научные разработки. Комплексные ресурсы культурного наследия высокого уровня включают зооботанические и ботанические сады, дендропарки, зоопарки, парки, скверы, архитектурные сооружения, оранжереи, специализированные сады и участки, созданные для сенсорной терапии, которые могут использоваться для решения вышеупомянутых задач.

Обобщая результаты нашей работы и исследования других экспертов, можно выделить широкий круг особых целевых групп населения, для которых применение данного метода показало свою эффективность:

- 1) люди, оказавшиеся в особых условиях выживания (например, из-за бедности, нездорового образа жизни, низкого уровня образования или безработицы);
- 2) неграмотные люди, проживающие в сложных экономических, климатических, санитарно-гигиенических или экологических условиях;
- 3) пациенты больниц, инвалиды, взрослые и дети, нуждающиеся в реабилитации (включая психиатрические лечебницы, наркологические диспансеры и центры для людей с алкогольной и наркотической зависимостью);
- 4) люди, проживающие в специализированных социальных учреждениях (таких как коррекционные интернаты, дома престарелых, центры для пенсионеров, детские дома, госпитали и хосписы);
- 5) люди, находящиеся в исправительных учреждениях, тюрьмах и следственных изоляторах;
- 6) одаренные дети;
- 7) дети, которые попали в сложную жизненную ситуацию или находятся в особых условиях воспитания (дети-сироты, дети-инвалиды, дети и подростки с девиантным поведением), с различными формами дизонтогенеза (например, ДЦП, ЗПР, ЗПРР, РДА, гиперактивность и различные нарушения умственного развития, логоневроз и др.);
- 8) люди, находившиеся под воздействием «полярной нагрузки» или длительного пребывания в закрытых технологических пространствах;
- 9) люди с разными видами инвалидности или ограничениями в физическом и умственном развитии, которые требуют особых подходов и поддержки;
- 10) солдаты-инвалиды и ветераны войн, пережившие тяжелые испытания и нуждающиеся в реабилитации или переподготовке;

11) лица, пострадавшие от катастроф, критических ситуаций, испытывающие хронический стресс, а также члены их семей.

Результаты наших многолетних исследований, проводившихся с 1999 года (Сизых и др., 2006; Сизых и др., 2014), свидетельствуют о положительном и стабильном воздействии «садовой терапии» на различные группы людей с особыми потребностями. Эта терапия направлена на профилактику, коррекцию, реабилита-

цию и сопровождение лиц с проблемами в обучении, социализации и адаптации, включая детей (подростков 11–14 лет в специальной школе для детей с девиантным поведением, детей из детских домов, интернатов, приютов Иркутской области).

Наиболее быстрым и эффективным применением «садовой терапии» оказалось для коррективки и профилактики девиантного поведения у детей и подростков (рис. 1), в том числе у совершивших тяжкие



Рис. 1. Некоторые примеры практического внедрения методов «садовой терапии» на стыке биологии, садоводства, социальных наук и психологии применительно к детям 12–14 лет с девиантным поведением

Fig. 1. Some examples of practical implementation of "Horticultural therapy" methods at the intersection of biology, horticulture, social sciences and psychology for 12–14 year old children with deviant behavior

*Примечание:* Садовая терапия успешно используется для воспитания и укрепления культурных ценностей у совершивших тяжкие преступления подростков из группы риска в «Иркутской специальной школы для детей и подростков, нуждающихся в особых условиях воспитания», которые в ходе совместного труда в группах учатся планировать работы, распознавать и подготавливать семена, создавать гряды и высевать семена, ухаживать за растениями в питомнике ботанического сада. При этом формируются полезные навыки обучения, укрепления памяти, развития конструктивных межличностных коммуникаций, критического мышления, тонкой мышечной моторики, уменьшения агрессивности поведения. Фотографии из архива авторов.

преступления подростков из группы риска в «Иркутской специальной школе для детей и подростков, нуждающихся в особых условиях воспитания», которые в ходе совместного труда в группах учились планировать работы, работать с семенами, создавать гряды, ухаживать за растениями. Кроме того, «садовая терапия» оказалась также эффективным средством для корректировки отклоняющегося поведения, улучшения обучаемости, укрепления памяти, формирования уверенного спокойствия, преодоления стрессов у детей-сирот и детей-инвалидов из детских домов, а также у одаренных детей с особыми потребностями в коллед-

же при вузе. У таких детей в результате взаимодействия с природными объектами под целенаправленным руководством учителей и ученых формировалось более прочное мировоззрение, закреплялись навыки социализации, культурные ценности, повышались ответственность, самооценка и самоуважение, уменьшалась тревожность, улучшались терпение, настойчивость, забота и взаимоотношения со сверстниками, умение управлять стрессом. И все это благодаря регулярному коллективному и индивидуальному уходу за растениями, когда создавались нужные психоэмоциональные состояния, а им приходилось брать на себя опреде-



Рис. 2. Примеры применения «садовой терапии» для обучения, социальной адаптации, реабилитации, уменьшения агрессивности и формирования полезных навыков у осужденных лиц старшего возраста и подростков, содержащихся в учреждениях системе ГУФСИН РФ по Иркутской области. Фотографии из архива авторов.

Fig. 2. Examples of application of "Horticultural therapy" for education, social adaptation, rehabilitation, reduction of aggression and formation of useful skills in older inmates and adolescents detained in corrections of General Directorate of Federal Service for the Execution of Punishments system of the Russian Federation in the Irkutsk region. Photos from the authors' archive

ленную ответственность, требующую затрат времени и усилий, чтобы увидеть результаты.

Исходя из этого и используя подготовленное нами методическое пособие (Сизых и др., 2016), руководство ГУФСИН России по Иркутской области по поручению Министерства юстиции РФ организовало специальное обучение своих сотрудников, педагогов и начальников отрядов методам «садовой терапии» на базе ресурсов Иркутского ботанического сада ИГУ, а затем применило и исследовало возможности этого метода в целях снижения агрессии, социальной адаптации и реабилитации в отношении поведения несовершеннолетних и взрослых осужденных лиц (в т. ч. особо опасных преступников), находящихся в исправительных учреждениях региона (рис. 2).

Кроме того, было проведено широкомасштабное тиражирование нашей методической брошюры (Сизых и др., 2016) и распространение положительного опыта в системе ГУФСИН России (Куликов, 2011). В русле этой терапии участники получают ряд ценных навыков и убеждений, которые могут быть полезными для их развития, коррекции и профилактики девиантного поведения.

Результатом проводимых нами прикладных исследований стало:

1) приобретение новых, полезных для адаптации и социализации трудовых, личностных и профессиональных навыков, которые необходимы для выживания, а также психологическая реабилитация людей, включающая формирование навыков бесконфликтного межличностного взаимодействия, навыки групповой работы;

2) изменение и улучшение психического состояния (уменьшение агрессии, депрессии, чувства одиночества, повышение ощущения безопасности и т. п.);

3) развитие моторики, эмоционально-чувственной сферы;

4) когнитивное развитие и формирование побуждений к изменению окружающей действительности – картины мира вокруг себя, а затем и себя в нем;

5) формирование эстетического чувства;

6) воспитание новых личностных качеств, в том числе заботы, ответственности, доброжелательности, любви к ближнему, способности завершать начатое дело, аккуратности, опрятности, дружелюбного отношения и др.;

7) изменение представлений о мире и о себе, способствующих гармонизации самооценки и общей «Я-концепции».

В настоящее время повышается востребованность и актуальность работы по реабилитации и социализации ветеранов и инвалидов СВО. Без должного внимания общества к таким людям с особыми нуждами высока вероятность появления индивидов, у которых возникают затруднения в социализации и приспособлении к обычной жизни, и в некоторых случаях даже

проявление девиантного поведения. Внедрение метода «садовой терапии» на основе отечественного и зарубежного опыта позволяет оптимально использовать возможности природных ресурсов окружающей среды для улучшения качества жизни и социальной адаптации разных социальных групп людей, в том числе ветеранов боевых действий, в целях профилактики возможного девиантного поведения.

Например, опыт некоммерческих благотворительных организаций (Improving veteran's mental health through horticulture (n. d.)), работающих с ветеранами с помощью метода «садовой терапии», показал результативность для:

1) преодоления чувства изоляции, которое испытывают участники и ветераны войн;

2) снижения уровня стресса, беспокойства, депрессии, тревоги, которые могут возникнуть в их жизни;

3) построения улучшенных социальных отношений в ходе реализации этого метода;

4) изменения проблемного поведения, включая зависимость от наркотиков, алкоголя, табака, азартных игр, еды, покупок, интернета и др.

Недавние исследования (Detweiler et al., 2015; Meore et al., 2021; Rothert, 1994; Vitale et al., 2021) обращают особое внимание на такие проблемы общества и государства, как возрастание уровня депрессии, посттравматических стрессовых расстройств и суицидального поведения у ветеранов войн, а также таких стрессоров, как бездомность, безработица и инвалидность, по сравнению с общим населением страны. Однако исследования показали, что «садовая терапия» может быть эффективным дополнительным методом лечения при злоупотреблении психоактивными веществами. Она способствует восстановлению нейроэндокринной и аффективной функции после стресса, улучшению качества жизни путем снижения уровня кортизола и депрессивных симптомов (Detweiler et al., 2015). Особые исследования (Meore et al., 2021) подтвердили, что «садовая терапия» эффективна для улучшения психического здоровья участников и ветеранов войн, имеющих в анамнезе историю попыток или мыслей о самоубийстве. Авторы указывают на немедленное улучшение состояния респондентов после каждой сессии занятий «садовой терапии», которое проявляется в уменьшении стресса, боли, повышении настроения и уменьшении чувства одиночества. Также было показано (Kuo & Sullivan, 2001), что растения и такие зеленые ландшафты, как озелененные дворы, газоны, парки, сады и скверы, могут способствовать укреплению связей между горожанами и снижению преступности, создавая благоприятную и здоровую среду для жизни в городе. Люди чувствуют себя более безопасно, когда вблизи их жилища находятся зеленые зоны, с которыми они постоянно взаимодействуют, включая взаимодействие с соседями и зелеными насаждениями,

в отличие от скучных городских кварталов и барачных застроек.

**Заключение и выводы.** Анализ нашего отечественного опыта и исследование зарубежных практик позволили выявить различные аспекты положительного воздействия «садовой терапии» на человека. Более того, он показал, что этот метод имеет значительный потенциал для коррекции и профилактики девиантного поведения.

Во-первых, при работе с растениями и землей человек формирует эмоциональную связь с природой, что помогает снять стресс и осознать свою роль в ее сохранении, способствуя развитию эмпатии и ответственности. Регулярное участие в садовых занятиях способствует развитию и укреплению навыков саморегуляции, самоконтроля и позволяет укрепить самооценку. Работа с растениями и участие в процессе их выращивания требуют терпения, тщательности и постоянства, что формирует дисциплинированное и ответственное поведение.

Во-вторых, «садовая терапия» способствует развитию коммуникационных навыков и способности к сотрудничеству. Работа с растениями и почвой в саду предполагает взаимодействие с другими людьми, обсуждение и планирование совместных действий. Это стимулирует развитие навыков социального взаимодействия, снижает агрессивное поведение, поддерживает психологическое благополучие, активизируя позитивные эмоции и чувства участников, развивая навыки решения проблем и конфликтов, повышая их мотивацию и интерес к процессу изменения.

В-третьих, работа в саду и взаимодействие с природными элементами могут помочь участникам находить внутреннюю гармонию и стабильность, создавая благоприятную среду, способствующую эмоциональному и психологическому развитию. Сталкиваясь с различными ситуациями в процессе работы, они находят пространство для размышления, обсуждения и решения проблем, создают возможности для осознания своих проблем и трудностей и их преодоления, лучше адаптируются к социуму, что порождает у участников чувство достижения и укрепляет их веру в собственные силы.

Исследования показывают, что «садовая терапия» может стать перспективным и доступным инструментом для коррекции и профилактики девиантного поведения у ветеранов боевых действий и сотрудников правоохранительных органов, которые испытывают сложности в социализации и адаптации к обычной жизни из-за повышенного уровня стресса, изоляции, тревоги и депрессии. Посттравматические стрессовые расстройства и социальные последствия (разводы, безработица, одиночество, бездомность и т. п.) в свою очередь могут способствовать формированию девиантного поведения, вплоть до суицидальных

проявлений (из-за различных форм зависимости от наркотиков, алкоголя, курения, азартных игр, булимии, анорексии, шопоголизма, интернет-зависимости и т. д.). С помощью метода «садовой терапии» возможно преодоление, нейтрализация или смягчение выраженности таких последствий. Он может использоваться как самостоятельный или дополнительный метод лечения, помогая уменьшить чувство изоляции, уровень стресса, беспокойства, депрессии и тревоги при злоупотреблении психоактивными веществами. «Садовая терапия» также способствует восстановлению нейроэндокринной и эмоциональной стабильности после стресса, помогает модулировать стресс у ветеранов, что подтверждается снижением уровня кортизола и депрессивных симптомов и положительно сказывается на качестве их жизни.

Отечественные исследования показывают, что «садовая терапия» эффективна для формирования, обретения и укрепления социально значимых культурных ценностей:

- 1) приобретения новых полезных навыков, необходимых для личностного развития;
- 2) развития навыков межличностного взаимодействия без конфликтов;
- 3) изменения психического состояния (снижения агрессии, депрессии, одиночества, повышения чувства безопасности и других);
- 4) развития тонкой моторики;
- 5) развития эмоционально-чувственной сферы;
- 6) когнитивного развития;
- 7) формирования мотивации для изменения к лучшему окружающей действительности и самоосознания;
- 8) развития эстетического восприятия;
- 9) воспитания новых личностных качеств (семейных ценностей, заботы, ответственности, доброты, любви к ближнему, умения завершать начатое, аккуратности, опрятности, дружелюбия и т. д.);
- 10) изменения представлений о мире и о себе, способствующих гармонизации самооценки и формированию положительной «Я-концепции».

Российские ботанические сады и другие уникальные объекты природного и культурного наследия являются одним из важнейших экологических и психологических ресурсов для применения «садовой терапии», оказывающей положительное влияние в том числе и на коррекцию девиантного поведения в разных социальных группах горожан. Во-первых, это содействует укреплению взаимодействия между горожанами и снижению уровня преступности, создавая благоприятную (здоровую, безопасную) среду для жизни. Во-вторых, «садовая терапия» является доступным и экономичным (относительно недорогим) инструментом для профилактики, коррекции, реабилитации и сопровождения людей с проблемами социализации и адаптации. Это относится как к взрослым (осужденные лица

в исправительных учреждениях ФСИН России), так и к детям (подростки 11–14 лет из специальных школ, дети-сироты из детских домов, интернатов, приютов).

Таким образом, «садовая терапия» как новый немедикаментозный метод может способствовать оздоровлению, адаптации и социальной реабилитации людей различных возрастных групп и статусов, а также всей социально-экологической среды города. Это достигается за счет улучшения социальных показателей, налаживания более крепких связей, повышения уровня

безопасности, здорового образа жизни и создания естественной среды обитания. Также это способствует снижению агрессии, уменьшению количества преступлений и, несомненно, принесет много других позитивных изменений. Важно отметить, что специалисты, работающие в области «садовой терапии» в различных странах мира, пришли к общему мнению о том, что благодаря этому методу можно достичь положительных изменений и улучшений в различных сферах жизни людей.

### Список литературы

- Иванова, И. А. (2016). Психологические особенности пожилых как объект социальной реабилитации ветеранов труда. *Ученые записки Российского государственного социального университета*, 15 (3 (136)), 72–79.
- Койгерова, А. А. (2019). Развитие садовой терапии, как метода лечения лиц, страдающих расстройствами психики. *Colloquium-journal*, 9-3 (33). 7–8.
- Кузеванов, В. Я. (2023). Эра расцвета ботанических садов, или неустойчивое развитие? В С. А. Сенатор, В. П. Упелниек (ред.), *Наследие академика Н. В. Цицина: Ботанические сады. Отдалённая гибридизация растений и животных: материалы Всероссийской научной конференции с международным участием, посвященной 125-летию академика Н. В. Цицина* (Москва, 3-7 июля 2023 г., стр. 23–29). Москва: Издательство. <https://doi.org/10.35102/cbg.2023.63.17.008>
- Кузеванов, В. Я., Малев, А. В., Григорьева, В. М., Штатнова, А. В., Шамсутдинов, А. Ф., Энхтуйя, Л., Очгэрэл, Н. (2022). Антикризисная роль зооботанических и ботанических садов в условиях современных угроз и вызовов. В Т. И. Грабельных (науч. ред.), *Методология предотвращения угроз в XXI веке: сборник научных трудов* (г. Иркутск, стр. 432–440). Иркутск: Издательство Иркутского государственного университета.
- Куликов, В. (2011, 23 марта). В российских колониях разбирают зимние сады для перевоспитания арестантов. *Российская газета*. Получено из: <https://www.rg.ru/2011/03/23/kolonia-site.html>
- Любавина, Э. В., Середина, О. В. (2018). Практика применения технологии «гарденотерапия» в условиях психоневрологического интерната. *Отечественный журнал социальной работы*, 2 (73), 41–50.
- Святковская, Е. А., Гонтарь, О. Б., Тростенюк, Н. Н., Калашникова, И. В., Жиров, В. К. (2015). Гарденотерапия как составная часть социальной адаптации и профориентации для обучающихся с интеллектуальными нарушениями. *Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология*, 3, 244–262.
- Сизых, С. В., Кузеванов, В. Я., Белозерская, С. И., Песков, В. П. (2006). *Садовая терапия: использование ресурсов ботанического сада для социальной адаптации и реабилитации: справочно-методическое пособие*. Издательство Иркутского государственного университета. <https://clck.ru/32s3XM>
- Сизых, С. В., Песков, В. П., Карнышев, А. Д. и др. (2014). *Садовая терапия: монография*. Иркутск: Издательство Иркутского государственного университета.
- Сикорская, Л. Е. (2016). Гарденотерапия. В Е. И. Холостова (отв. ред.), *Российская энциклопедия социальной работы* (стр. 148–149). Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К».
- Airhart, D. L., Willis, T., & Westrick, P. (1987). Horticultural Training for Adolescent Special Education Students. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 2, 17–22.
- Barnes, M. (1996). Designing for Emotional Restoration: Understanding Environmental Cues. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 8, 811–814.
- Cornille, T. A., Rohrer, G. E., Phillips, S. G., & Mosier, J. G. (1987). Horticultural Therapy in Substance Abuse Treatment. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 2, 3–8.
- Daubert, J. R., & Rothert, E. A. (1981). *Horticultural Therapy for the Mentally Handicapped*. Chicago: Chicago Horticultural Society.
- Detweiler, M. B., Self, J. A., Lane, S., Spencer, L., Lutgens, B., Kim, D. Y., Halling, M. H., Rudder, T. C., & Lehmann, L. P. (2015). Horticultural therapy: a pilot study on modulating cortisol levels and indices of substance craving, post-traumatic stress disorder, depression, and quality of life in veterans. *AlternTher Health Med*, 21 (4), 36–41. PMID: 26030115.
- Durham, R. A., & Kenline, N. G. (1996). The Walter and Alice Borgeest Garden at Friends Hospital. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 8, 53–55.

- Houseman, D. (1986). Developing Links between Horticultural Therapy and Aging. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 1, 9–14.
- Kuo, F. E., & Sullivan, W. C. (2001). Aggression and Violence in the Inner City: Effects of Environment via Mental Fatigue. *Environment and Behavior*, 33 (4), 543–571. <https://doi.org/10.1177/00139160121973124>
- Langer, E. J., & Rodin, J. (1976). The Effects of Choice and Enhanced Personal Responsibility for the Aged: A Field Experiment in an Institutional Setting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34 (2), 191–198. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.34.2.191>
- Marshall, C. T., Pittsburgh, P., & Rothert, G. (1999). *The Buehler Enabling Garden: Gardening for People of All Abilities*. Chicago: Chicago Botanic Garden. Retrieved from: <https://clck.ru/35bPC4> (accessed: 01.10.2023).
- Meore, A., Sun, S., & Byma, L. et al. (2021). Pilot evaluation of horticultural therapy in improving overall wellness in veterans with history of suicidality. *Complementary Therapies in Medicine*, 59, 102728. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102728>
- Relf, D. (1990). *The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development: a National Symposium*. Portland, Oregon: Timber Press.
- Rothert, G. (1994). *The Enabling Garden: Creating Barrier-Free Gardens*. Dallas: Taylor Trade Publishing.
- Simson, S. P., & Straus, M. C. (2003). *Horticulture as Therapy*. New York: CRC Press.
- Improving veterans's mental health through horticulture. (n. d.) *Veterans' Growth*. Retrieved from: <https://veteransgrowth.org/> (accessed: 04.09.23).
- Vitale, A., Byma, L., & Sun, S. et al. (2021). Effectiveness of Complementary and Integrative Approaches in Promoting Engagement and Overall Wellness Toward Suicide Prevention in Veterans. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 27 (S1), 14–27. <http://doi.org/10.1089/acm.2020.0245>

## References

- Ivanova, I. A. (2016). Psihologicheskie osobennosti pozhiyih kak ob'ekt social'noj rehabilitacii veteranov truda. *Uchenye zapiski Rossijskogo gosudarstvennogo social'nogo universiteta*, 15 (3 (136)), 72–79.
- Kojgerova, A. A. (2019). Razvitie sadovoj terapii, kak metoda lecheniya lic, stradayushchih rasstrojstvami psihiki. *Colloquium-journal*, 9-3 (33).7–8.
- Kuzevanov, V. Ya. (2023). Era rascveta botanicheskikh sadov, ili neustojchivoe razvitie? V S. A. Senator, V. P. Upelnik (red.), *Nasledie akademika N. V. Cicina: Botanicheskie sady. Otdalonnaya gibrizaciya rastenij i zhivotnyh: materialy Vserossijskoj nauchnoj konferencii s mezhdunarodnym uchastiem, posvyashchennoj 125-letiyu akademika N. V. Cicina (Moskva, 3-7 iyulya 2023 g., str. 23–29)*. Moscow: Izdatel'stvo. <https://doi.org/10.35102/cbg.2023.63.17.008>
- Kuzevanov, V. Ya., Malev, A. V., Grigor'eva, V. M., Shtatnova, A. V., Shamsutdinov, A. F., Enhtuyaa, L., Ochgerel, N. (2022). Antikrizisnaya rol' zoobotanicheskikh i botanicheskikh sadov v usloviyah sovremennyh ugroz i vyzovov. V T. I. Grabel'nyh (nauch. red.), *Metodologiya predotvrashcheniya ugroz v XXI veke: sbornik nauchnyh trudov (g. Irkutsk, str. 432–440)*. Irkutsk: Izdatel'stvo Irkutskogo gosudarstvennogo universiteta.
- Kulikov, V. (2011, 23 marta). V rossijskikh koloniyah razbivayut zimnie sady dlya perevospitaniya arestantov. *Rossiyskaya gazeta*. Polucheno iz: <https://www.rg.ru/2011/03/23/kolonia-site.html>
- Lyubavina, E. V., Seredina, O. V. (2018). Praktika primeneniya tekhnologii «gardenoterapiya» v usloviyah psihonevrologicheskogo internata. *Otechestvennyj zhurnal social'noj raboty*, 2 (73), 41–50.
- Svyatkovskaya, E. A., Gontar', O. B., Trostenyuk, N. N., Kalashnikova, I. V., Zhironov, V. K. (2015). Gardenoterapiya kak sostavnaya chast' social'noj adaptacii i proforientacii dlya obuchayushchihsya s intellektual'nymi narusheniyami. *Vestnik Tverskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika i psihologiya*, 3, 244–262.
- Sizyh, S. V., Kuzevanov, V. YA., Belozerskaya, S. I., Peskov, V. P. (2006). *Sadovaya terapiya: ispol'zovanie resursov botanicheskogo sada dlya social'noj adaptacii i rehabilitacii: spravochno-metodicheskoe posobie*. Izdatel'stvo Irkutskogo gosudarstvennogo universiteta. <https://clck.ru/32s3XM>
- Sizyh, S. V., Peskov, V. P., Karnyshev, A. D. i dr. (2014). *Sadovaya terapiya: monografiya*. Irkutsk: Izdatel'stvo Irkutskogo gosudarstvennogo universiteta.
- Sikorskaya, L. E. (2016). Gardenoterapiya. V E. I. Holostova (otv. red.), *Rossiyskaya enciklopediya social'noj raboty* (str. 148–149). Moscow: Izdatel'sko-torgovaya korporaciya “Dashkov i K”.
- Airhart, D. L., Willis, T., & Westrick, P. (1987). Horticultural Training for Adolescent Special Education Students. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 2, 17–22.
- Barnes, M. (1996). Designing for Emotional Restoration: Understanding Environmental Cues. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 8, 811–814.
- Cornille, T. A., Rohrer, G. E., Phillips, S. G., & Mosier, J. G. (1987). Horticultural Therapy in Substance Abuse Treatment. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 2, 3–8.

- Daubert, J. R., & Rothert, E. A. (1981). *Horticultural Therapy for the Mentally Handicapped*. Chicago: Chicago Horticultural Society.
- Detweiler, M. B, Self, J. A, Lane, S., Spencer, L., Lutgens, B., Kim, D. Y., Halling, M. H., Rudder, T. C., & Lehmann, L. P. (2015). Horticultural therapy: a pilot study on modulating cortisol levels and indices of substance craving, post-traumatic stress disorder, depression, and quality of life in veterans. *Altern Ther Health Med*, 21 (4), 36–41. PMID: 26030115.
- Durham, R. A., & Kenline, N. G. (1996). The Walter and Alice Borgeest Garden at Friends Hospital. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 8, 53–55.
- Houseman, D. (1986). Developing Links between Horticultural Therapy and Aging. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 1, 9–14.
- Kuo, F. E., & Sullivan, W. C. (2001). Aggression and Violence in the Inner City: Effects of Environment via Mental Fatigue. *Environment and Behavior*, 33 (4), 543–571. <https://doi.org/10.1177/00139160121973124>
- Langer, E. J., & Rodin, J. (1976). The Effects of Choice and Enhanced Personal Responsibility for the Aged: A Field Experiment in an Institutional Setting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34 (2), 191–198. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.34.2.191>
- Marshall, C. T., Pittsburgh, P., & Rothert, G. (1999). *The Buehler Enabling Garden: Gardening for People of All Abilities*. Chicago: Chicago Botanic Garden. Retrieved from: <https://clck.ru/35bPC4> (accessed: 01.10.2023).
- Meore, A., Sun, S., & Byma, L. et al. (2021). Pilot evaluation of horticultural therapy in improving overall wellness in veterans with history of suicidality. *Complementary Therapies in Medicine*, 59, 102728. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102728>
- Relf, D. (1990). *The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development: a National Symposium*. Portland, Oregon: Timber Press.
- Rothert, G. (1994). *The Enabling Garden: Creating Barrier-Free Gardens*. Dallas: Taylor Trade Publishing.
- Simson, S. P., & Straus, M. C. (2003). *Horticulture as Therapy*. New York: CRC Press.
- Improving veteran's mental health through horticulture. (n. d.) *Veterans' Growth*. Retrieved from: <https://veteransgrowth.org/> (accessed: 04.09.23).
- Vitale, A., Byma, L., & Sun, S. et al. (2021). Effectiveness of Complementary and Integrative Approaches in Promoting Engagement and Overall Wellness Toward Suicide Prevention in Veterans. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 27 (S1), 14–27. <http://doi.org/10.1089/acm.2020.0245>

### Информация об авторах:

**Вадим Павлович Песков** – доцент департамента психологии Института педагогики и психологии образования Московского городского педагогического университета, кандидат психологических наук, доцент.

**Виктор Яковлевич Кузеванов** – профессор Российской Академии Естественных наук, доцент Байкальского государственного университета, кандидат биологических наук.

### Вклад авторов

Авторы внесли равный вклад в разработку исследования, обработку его результатов и написание текста статьи.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 17.09.2023

Одобрена после рецензирования 28.10.2023

Опубликована 15.12.2023

### About the authors:

**Vadim P. Peskov** – Associate Professor of the Department of Psychology, Institute of Pedagogy and Educational Psychology of the Moscow State Pedagogical University, Cand. Sci. (Psy.), Docent.

**Victor Ya. Kuzevanov** – Professor of the Russian Academy of Natural Sciences Associate Professor of Baikal State University, Cand. Sci. (Biol.).

### Authors' contribution

All authors made an equal contribution to the development of the research, the processing of its results and the writing an article.

The authors declare no conflicts of interests.

Submitted September 17, 2023

Approved after reviewing October 28, 2023

Accepted December 15, 2023