

УДК 712:159.91

DOI <https://doi.org/10.32782/2226-0099.2026.150.20>

ХОРТІТЕРАПІЯ ТА ТЕРАПЕВТИЧНІ САДИ В КОНТЕКСТІ СУЧАСНИХ НАУКОВИХ ПІДХОДІВ, ФОРМУВАННЯ РОСЛИННОГО СЕРЕДОВИЩА І ПЕРСПЕКТИВ ЗАСТОСУВАННЯ В УКРАЇНІ

Піддубна А.М. – д.філос. з агрономії,

старший викладач кафедри лісового та садово-паркового господарства,

Вінницький національний аграрний університет

orcid.org/0000-0002-0204-1338

Сучасні суспільні трансформації, зростання психоемоційного навантаження та потреба у розширенні природоорієнтованих підходів до відновлення людини посилюють науковий інтерес до хортітерапії та терапевтичних садів. Особливого значення цей напрям набуває в умовах України, де актуальними є питання психосоціальної підтримки, реабілітації та створення доступних озелених просторів для різних груп населення. У цьому контексті взаємодія людини з рослинами розглядають не лише як складову відпочинку, а й як функціонально організований процес, що може поєднувати сенсорне сприйняття, садівничу діяльність, пізнавальну активність і соціальну взаємодію.

Хортітерапія передбачає цілеспрямоване використання рослин і садівничих занять для досягнення визначених реабілітаційних, психологічних, соціальних або освітніх цілей. Практичним середовищем її реалізації є терапевтичні сади, у яких рослини виконують сенсорну, декоративну, просторово-композиційну, пізнавальну, екологічну та функціональну роль. Формування такого середовища потребує обґрунтованого добору видів з урахуванням їх забарвлення, форми, аромату, фактури, сезонної динаміки, придатності до активної взаємодії, екологічної адаптованості та безпечності. Поєднання декоративно-квітучих, ароматичних, пряно-смакових, тактильних, їстівних, плодових і деревних рослин дає змогу створювати багатосенсорні та функціонально різноманітні озеленені простори.

У межах статті акцент зроблено на узагальненні сучасних наукових підходів до хортітерапії та створення терапевтичних садів, а також на систематизації критеріїв формування їх рослинного середовища. Проаналізовано сенсорні, декоративні, фенологічні, біоекологічні, функціональні, ергономічні, експлуатаційні та безпекові характеристики рослин. Запропоновано розмежовувати види, призначені для сенсорного й декоративного наповнення терапевтичного саду, та рослини, придатні для активної хортітерапевтичної діяльності. Обґрунтовано необхідність урахування токсичності, алергенності, наявності колючок, інтенсивності ароматів, складності догляду та відповідності асортименту особливостям цільових груп. Перспективними напрямками визначено формування регіонально адаптованого асортименту рослин для умов України, експериментальне оцінювання окремих видів і рослинних композицій та розроблення практичних рекомендацій для лікувально-реабілітаційних, освітніх, соціальних і громадських об'єктів.

Ключові слова: хортітерапія, терапевтичний сад, рослинне середовище, сенсорні властивості рослин, добір рослин, природоорієнтована реабілітація.

Piddubna A.M. Horticultural Therapy and Therapeutic Gardens in the Context of Contemporary Scientific Approaches, the Development of Plant Environments, and Prospects for Application in Ukraine

Contemporary societal transformations, increasing psycho-emotional stress, and the need to expand nature-based approaches to human recovery are intensifying scientific interest in horticultural therapy and therapeutic gardens. This field is of particular importance in Ukraine, where psychosocial support, rehabilitation, and the creation of accessible green spaces for different population groups remain highly relevant. In this context, human interaction with plants is regarded



© Піддубна А.М., 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

not only as a form of recreation but also as a functionally organized process that may integrate sensory perception, horticultural activities, cognitive engagement, and social interaction.

Horticultural therapy involves the purposeful use of plants and gardening activities to achieve specific rehabilitation, psychological, social, or educational goals. Therapeutic gardens serve as the practical settings for its implementation, where plants perform sensory, ornamental, spatial-compositional, cognitive, ecological, and functional roles. The development of such environments requires the evidence-based selection of plant species with consideration of their color, form, fragrance, texture, seasonal dynamics, suitability for active interaction, ecological adaptability, and safety. The combination of ornamental flowering, aromatic, culinary, tactile, edible, fruit-bearing, and woody plants makes it possible to create multisensory and functionally diverse green spaces.

The article focuses on summarizing contemporary scientific approaches to horticultural therapy and the development of therapeutic gardens, as well as on systematizing the criteria for the formation of their plant environment. The sensory, ornamental, phenological, bioecological, functional, ergonomic, maintenance-related, and safety characteristics of plants were analyzed. It is proposed to distinguish between species intended for the sensory and ornamental enrichment of therapeutic gardens and plants suitable for active horticultural therapy activities. The need to consider toxicity, allergenic potential, the presence of thorns or spines, fragrance intensity, maintenance requirements, and the suitability of the plant assortment for the characteristics of specific target groups is substantiated. Promising directions include the development of regionally adapted plant assortments for the conditions of Ukraine, experimental evaluation of individual species and plant compositions, and the preparation of practical recommendations for healthcare and rehabilitation facilities, educational institutions, social care settings, and public spaces.

Key words: *horticultural therapy, therapeutic garden, plant environment, sensory properties of plants, plant selection, nature-based rehabilitation.*

Актуальність теми дослідження. Сучасні процеси урбанізації, зростання психоемоційного навантаження та обмеження повсякденного контакту з природою посилюють інтерес до природоорієнтованих підходів, спрямованих на підтримання фізичного, психічного й соціального благополуччя. Озеленені простори створюють умови для відпочинку, фізичної активності, сенсорного сприйняття природних компонентів і психологічного відновлення [1, 2].

Одним із таких напрямів є хортітерапія – цілеспрямоване залучення людини до вирощування рослин, догляду за ними та інших видів садівничої діяльності для досягнення визначених реабілітаційних, психологічних, соціальних або освітніх цілей [2]. Просторовою основою її реалізації є терапевтичні сади, у яких планувальна структура, рослинне наповнення та функціональні елементи пристосовані до активної або пасивної взаємодії користувачів із природним середовищем [3; 4, с. 264].

Постановка проблеми. Рослини є основним функціональним і композиційним компонентом терапевтичного саду. Їх забарвлення, аромат, текстура, форма, сезонна мінливість і придатність до практичної взаємодії забезпечують зорове, нюхове, тактильне та смакове сприйняття. Водночас асортимент має відповідати призначенню території, особливостям цільової групи, природно-кліматичним умовам, вимогам безпечності, сезонної декоративності та екологічної стійкості.

Результати систематичних оглядів і метааналізів свідчать про позитивний потенціал садівничої діяльності щодо поліпшення психоемоційного благополуччя та якості життя, хоча неоднорідність програм і методів оцінювання ускладнює узагальнення отриманих висновків [5, с. 2; 6, с. 1]. Для України розвиток хортітерапії є особливо актуальним у контексті розширення можливостей психосоціального відновлення та реабілітації. Водночас критерії формування рослинного середовища терапевтичних садів і адаптація міжнародного досвіду до умов України залишаються недостатньо систематизованими.

У сучасних дослідженнях хортітерапію розглядають як міждисциплінарний напрям, що поєднує садівництво, ландшафтну архітектуру, психологію, реабілітацію, геронтологію та соціальну роботу. Метааналіз S. Soga, K. J. Gaston та Y. Yamauga засвідчив зв'язок участі у садівництві з поліпшенням показників фізичного і психічного здоров'я та якості життя [7, с. 92]. Узагальнювальний огляд I. Panfili та співавторів підтвердив переважно позитивний вплив садівничих втручань, але наголосив на залежності доказовості від дизайну досліджень, тривалості програм і характеристик цільових груп [5, с. 1].

Поряд з оцінюванням психоемоційних результатів зростає увага до терапевтичних садів як спеціально організованих озелених просторів. Їх ефективність пов'язують із доступністю, функціональним зонуванням, можливістю споглядання природи та виконання садівничих робіт. Важливим чинником є рослинний асортимент, який визначає сенсорну насиченість, сезонну мінливість і придатність простору до різних форм взаємодії [8, с. 3].

В Україні проблематика хортітерапії перебуває на етапі становлення. Я. Онуфрів і Г. Лукашук розглянули принципи створення терапевтичного саду для психологічного відновлення осіб, постраждалих від війни [9, с. 113]. О. Є. Мотузна та Ю. С. Котовська наголосили на значенні функціонального зонування, доступності, безпеки та сенсорної насиченості терапевтичних садів [10, с. 74].

Отже, наявні дослідження переважно зосереджені на психоемоційних і фізіологічних результатах, тоді як формування рослинного середовища, систематизація критеріїв добору видів і адаптація асортименту до природно-кліматичних умов України потребують подальшого опрацювання.

Незважаючи на зростання кількості досліджень, недостатньо узагальненими залишаються критерії добору рослин з урахуванням їх сенсорних, декоративних, фенологічних, біоекологічних, експлуатаційних і безпекових характеристик. Потребує систематизації функціональна роль деревних, чагарникових, квіткових, ароматичних, пряно-смакових та їстівних рослин у терапевтичному середовищі.

Для України актуальним є поєднання терапевтичних функцій озелених територій із принципами екологічної стійкості, інклюзивності та адаптивного садово-паркового проектування. Відсутність комплексних рекомендацій щодо регіонально придатного й безпечного асортименту зумовлює необхідність узагальнення міжнародного досвіду та визначення перспектив його практичного застосування [14, с. 6; 16].

Метою дослідження є узагальнення сучасних наукових підходів до хортітерапії та створення терапевтичних садів, систематизація принципів формування їх рослинного середовища й визначення перспектив застосування міжнародного досвіду в Україні.

Рослини у хортітерапії виконують сенсорну, психоемоційну, пізнавальну, реабілітаційну, просторово-композиційну та екологічну функції. Їх роль визначається сукупністю візуальних, ароматичних, тактильних, смакових, акустичних, біоекологічних та експлуатаційних характеристик [11, с. 80; 12, с. 5].

Багатосенсорне середовище формується завдяки поєднанню кольорів, форм, текстур, ароматів, їстівних компонентів і сезонних змін. Візуальне сприйняття забезпечують квітки, листки, плоди та габітус; нюхове – ароматичні й пряно-смакові види; тактильне – рослини з виразною фактурою; смакове – безпечні їстівні культури. Інтенсивність стимулів має відповідати особливостям цільових груп і не спричинювати сенсорного перевантаження [8, с. 4; 10, с. 75].

Активна хортіерапія передбачає висівання, живцювання, висаджування, полив, догляд, обрізування та збирання врожаю. Для таких занять доцільні рослини з нескладною технологією вирощування, зрозумілим циклом розвитку та можливістю швидко отримати помітний результат. Добре впізнавані культури й характерні аромати можуть підтримувати особисті асоціації та зацікавленість користувачів [13; 17, с. 130].

Деревні та чагарникові види формують просторову структуру, затінення і захищеність; квіткові та декоративно-листяні рослини забезпечують колір, текстуру і сезонну динаміку; ароматичні, лікарські та пряно-смакові види посилюють нюхову й тактильну взаємодію; їстівні культури поєднують пізнавальну та практичну функції. Використання місцевих і добре адаптованих рослин може підвищувати стійкість насаджень і підтримувати біорізноманіття [15, с. 65].

Науково обґрунтований добір рослин має ґрунтуватися на багатокритеріальному підході. S. Lu та співавтори запропонували оцінювати рослини для терапевтичних ландшафтів за показниками психологічного відновлення, фізіологічного впливу, декоративної цінності та практичної придатності [8, с. 5]. Для умов України доцільно виокремити сенсорні, декоративно-фенологічні, біоекологічні, функціональні, ергономічно-експлуатаційні та безпекові критерії [18, с. 4003].

Сенсорні критерії охоплюють забарвлення, форму, аромат, фактуру та можливість безпечної смакової взаємодії. Декоративно-фенологічні передбачають тривалість цвітіння, сезонне забарвлення, декоративність плодів і кори та послідовність змін упродовж року. Біоекологічні критерії включають зимостійкість, посухостійкість, відповідність ґрунтовим умовам, стійкість до шкідників і хвороб та придатність до міського середовища [19].

Функціональні критерії визначають придатність рослин до висівання, пересаджування, живцювання, обрізування, контейнерного вирощування і збирання врожаю. Ергономічні та експлуатаційні характеристики охоплюють доступність догляду, компактність, потребу в агротехнічних операціях, схильність до самосіву чи надмірного розростання. Асортимент має відповідати віку, фізичним і когнітивним можливостям користувачів [20, с. 37; 21, с. 13].

Безпечність передбачає оцінювання токсичності, алергенності, наявності колючок, шипів, гострих листків, подразнювального соку та надмірно інтенсивного аромату. У зонах активної взаємодії перевагу слід надавати нетоксичним, добре впізнаваним і простим у догляді видам. Універсального асортименту не існує: його склад визначається призначенням об'єкта, характеристиками цільової групи та природно-кліматичними умовами.

Таблиця 1

**Рослини для сенсорного та декоративного формування
терапевтичного середовища**

Функціональна група	Вид рослини	Основні сенсорні та декоративні властивості	Можливі форми використання
Ароматичні та пряно-смакові	Лаванда вузьколиста (<i>Lavandula angustifolia</i> Mill.)	Виразний аромат, тривале цвітіння, декоративність	Сенсорні ділянки, спостереження, догляд, зрізування суцвіть
Тактильні	Чистець візантійський (<i>Stachys byzantina</i> K. Koch)	М'які, густо опушені листки, сріблясте забарвлення	Безпосередній дотик, порівняння текстур

Продовження таблиці 1

Функціональна група	Вид рослини	Основні сенсорні та декоративні властивості	Можливі форми використання
Декоративно-квітучі	Ехінацея пурпурова (<i>Echinacea purpurea</i> (L.) Moench)	Великі суцвіття, тривале цвітіння	Спостереження, природні квіткові композиції
Декоративно-структурні	Костриця сиза (<i>Festuca glauca</i> Vill.)	Тонкі листки, компактна форма, сизе забарвлення	Візуальне та обмежене тактильне сприйняття
Декоративні кущі	Бузок звичайний (<i>Syringa vulgaris</i> L.)	Рясне ароматне цвітіння, висока впізнаваність	Візуальне та нюхове сприйняття

З огляду на відмінності у функціональному призначенні рослин доцільно окремо розглядати види, що формують сенсорне й декоративне середовище терапевтичного саду, та рослини, які можуть використовуватися у процесі активної хортітерапевтичної діяльності.

Таблиця 2

**Рослини для активної хортітерапевтичної діяльності
та практичної взаємодії**

Функціональна група	Вид рослини	Основні функціональні властивості	Можливі форми хортітерапевтичної діяльності
Рослини для висівання і спостереження	Соняшник однорічний (<i>Helianthus annuus</i> L.)	Велике насіння, швидкий ріст, виразна зміна висоти	Висівання, вимірювання росту, спостереження за розвитком
Рослини для висівання і догляду	Календула лікарська (<i>Calendula officinalis</i> L.)	Велике насіння, швидке проростання, тривале цвітіння	Висівання, догляд, фенологічні спостереження
Їстівні та пряно-смакові	Базилік звичайний (<i>Ocimum basilicum</i> L.)	Виразний аромат, швидке формування листової маси	Висівання, пересаджування, полив, зрізування листків
Їстівні	Салат посівний (<i>Lactuca sativa</i> L.)	Швидкий розвиток, різноманітність форм і кольорів листків	Висівання, проріджування, догляд, збирання врожаю
Їстівні та плодові	Суниця садова (<i>Fragaria</i> × <i>ananassa</i> (Duchesne ex Weston) Duchesne ex Rozier)	Компактний габітус, цвітіння та утворення плодів	Догляд, спостереження, збирання плодів
Деревні декоративні	Липа серцелиста (<i>Tilia cordata</i> Mill.)	Формування затінення, виразна сезонна динаміка	Спостереження, відпочинок, фенологічні дослідження
Рослини для контейнерного вирощування	М'ята перцева (<i>Mentha</i> × <i>piperita</i> L.)	Швидке відростання після зрізування, ароматичне листя	Висаджування, полив, зрізування, розмноження

Перелік сформовано на основі аналізу сенсорних, декоративних, функціональних, біоекологічних та експлуатаційних характеристик видів, а також їх придатності до вирощування в умовах України.

Узагальнення наведеного асортименту свідчить, що придатність рослин до хортітерапії визначається поєднанням сенсорної виразності, сезонної динаміки, доступності догляду, екологічної адаптованості та безпечності. Тому остаточний добір видів має здійснюватися з урахуванням функціонального призначення саду та характеристик цільової групи.

Безпечність є обов'язковою умовою формування терапевтичного рослинного середовища. Необхідно враховувати токсичність окремих органів, наявність колючок і шипів, жорстких листків, подразнювального соку, алергенного пилю, інтенсивних ароматів та здатність до неконтрольованого поширення. Особливо ретельного відбору потребують насадження для дітей, людей похилого віку й осіб із когнітивними порушеннями. Потенційно небезпечні види доцільно розміщувати поза зонами активного контакту або вилучати з асортименту.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Хортітерапія та терапевтичні сади є перспективним напрямом природоорієнтованої підтримки фізичного, психоемоційного й соціального благополуччя. Рослини в такому середовищі виконують сенсорну, пізнавальну, реабілітаційну, просторово-композиційну та екологічну функції. Їх добір має ґрунтуватися на комплексному врахуванні сенсорних, декоративно-фенологічних, біоекологічних, функціональних, ергономічних і безпекових характеристик. Поділ асортименту на рослини для сенсорного й декоративного формування середовища та види для активної хортітерапевтичної діяльності дає змогу узгодити його з характером взаємодії користувачів із садом. Перспективними є експериментальна оцінка окремих видів і сортів, розроблення регіонально адаптованого асортименту та створення рекомендацій для лікувально-реабілітаційних, освітніх і громадських об'єктів України.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. World Health Organization. Improving health and well-being through nature. *WHO Regional Office for Europe*. URL: <https://www.who.int/europe/activities/improving-health-and-well-being-through-nature> (дата звернення: 11.07.2026).
2. American Horticultural Therapy Association. Horticultural therapy. URL: <https://www.ahta.org/horticultural> (дата звернення: 11.07.2026).
3. American Horticultural Therapy Association. About therapeutic gardens. URL: <https://www.ahta.org/about-therapeutic-gardens> (дата звернення: 11.07.2026).
4. Nieberler-Walker K., Desha C., Bosman C., Roiko A., Caldera S. Therapeutic hospital gardens: literature review and working definition. *HERD: Health Environments Research & Design Journal*. 2023. Vol. 16, № 4. P. 260–295. DOI: 10.1177/19375867231187154.
5. Panțiru I., Ronaldson A., Sima N., Dregan A., Sima R. The impact of gardening on well-being, mental health, and quality of life: an umbrella review and meta-analysis. *Systematic Reviews*. 2024. Vol. 13. Article 45. DOI: 10.1186/s13643-024-02457-9.
6. Wood C. J., Barton J., Wicks C. L. Effectiveness of social and therapeutic horticulture for reducing symptoms of depression and anxiety: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry*. 2025. Vol. 15. Article 1507354. DOI: 10.3389/fpsy.2024.1507354.
7. Soga M., Gaston K. J., Yamaura Y. Gardening is beneficial for health: a meta-analysis. *Preventive Medicine Reports*. 2017. Vol. 5. P. 92–99. DOI: 10.1016/j.pmedr.2016.11.007.
8. Lu S., Wu F., Wang Z., Cui Y., Chen C., Wei Y. Evaluation system and application of plants in healing landscape for the elderly. *Urban Forestry & Urban Greening*. 2021. Vol. 58. Article 126969. DOI: 10.1016/j.ufug.2020.126969.

9. Онуфрив Я., Лукашук Г. Терапія садом: як засобами ландшафтної архітектури впливати на ментальне здоров'я під час війни? *Сучасні проблеми архітектури та містобудування*. 2025. Т. 7, № 2. С. 111–120. DOI: 10.23939/sa2025.02.111.
10. Мотузна О. Є., Котовська Ю. С. Основні особливості створення терапевтичних садів як запорука фізичного та ментального здоров'я людей. *Аграрні інновації*. 2024. № 28. С. 74–79. DOI: 10.32848/agrar.innov.2024.28.11.
11. Ferrini F. Horticultural therapy and its effect on people's health. *Advances in Horticultural Science*. 2003. Vol. 17, № 2. P. 77–87.
12. Howarth M., Brettle A., Hardman M., Maden M. What is the evidence for the impact of gardens and gardening on health and well-being: a scoping review and evidence-based logic model to guide healthcare strategy decision making on the use of gardening approaches as a social prescription. *BMJ Open*. 2020. Vol. 10, № 7. Article e036923. DOI: 10.1136/bmjopen-2020-036923.
13. Koay W. I., Dillon D. Community gardening: stress, well-being, and resilience potentials. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17, № 18. Article 6740. DOI: 10.3390/ijerph17186740.
14. Onufriv Y., Lukashchuk H. Restoration of urban gardening practices in Lviv and their significance for the unification of the city's community. *Housing Environment*. 2025. Vol. 50, № 1. P. 4–10. DOI: 10.2478/he-2025-0001.
15. Stigsdotter U. K., Grahn P. What makes a garden a healing garden? *Journal of Therapeutic Horticulture*. 2002. Vol. 13. P. 60–69.
16. Сила саду: ідеї для занять з садотерапії / ГО «Плато». URL: <https://plato.lviv.ua/wp-content/uploads/2023/07/syla-sadu.pdf> (дата звернення: 11.07.2026).
17. Делорі О. Л. Шінрін-йоку. Цілюще мистецтво лісотерапії. Київ : Країна мрій, 2024. 160 с.
18. Дерев'янка Н., Хорошков Л. Проектні пропозиції для садотерапевтичної локації на базі Хортицької національної академії. *Traektoriâ Nauki = Path of Science*. 2020. Vol. 6, № 9. P. 4001–4005. DOI: 10.22178/pos.62-5.
19. Жданович Д. Що таке терапевтичні сади і хто їх створює у Києві та Львові. URL: <https://bzh.life.ua/mesta-i-veshi/1712577434-shcho-take-terapevtichni-sadi-i-hto-yih-stvoryue/> (дата звернення: 11.07.2026).
20. Поцелуйко Ю. Реабілітаційні сади: обґрунтування необхідності та певні моменти специфіки. *Ландшафт і архітектура*. 2024. №1. С. 36–39.
21. Рурик Г. Здатність до відновлення у особистості, яка пережила трагічні події. *Простір арт-терапії*. 2022. № 1 (31). С. 5–15.

Дата першого надходження статті до видання: 17.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 03.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 28.08.2026