

**РАСТИТЕЛЬНЫЙ МИР КАК ПРЕДМЕТ  
ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ И  
РЕСУРС СТИХИЙНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ  
СОВРЕМЕННЫХ РОССИЯН**

*Мухомтова Е. А.,  
Нартова-Бочавер С. К.  
Моск. гор. психол.-пед. ун-т*

Современная прикладная психология и психология личности проявляют высокий интерес к естественным формам поддержания психологического благополучия и душевного здоровья. Эта тенденция отражает ограничения медикаментозных и клинических форм воздействия и лечения и возвращает к экологическому «лечению образом жизни», используемому на протяжении веков и не имеющему вредных побочных воздействий [1–3, 6, 8–10]. В этой связи широко анализируются и используются терапия с помощью животных (animal-assisted therapy), жилища (apartment therapy), а также с помощью посадки, выращивания и ухода за домашними и садовыми растениями (horticultural therapy). Природа как источник самоподдержки современных горожан пока еще не может считаться исчерпывающе изученной. Более того, в педагогическом пространстве дискутируется вопрос о том, нужны ли, и если да, то в какой мере допустимы растения и «живые уголки» в школе. В дисциплинах общеобразовательных программ предусматривается некоторое знакомство с элементами экологической культуры, однако их ресурс для личностного развития подрастающего поколения практически не используется.

Между тем растительный мир – значительная составляющая человеческой жизнедеятельности и культуры. На протяжении многих веков человеческая жизнь зависела от мира растений, необходимого для выживания, что способствовало развитию наблюдательности за изменениями как условия успеха. Метафоры и выражения, имеющие «ботаническое» звучание, характеризуют все значимые процессы жизнедеятельности, как позитивные, так и угрожающие: так, говорят об «укорененности», «процветании», «бесплодности», «ядовитости», «засыхании». В эпосе и сказках образы, заимствованные из растительного мира, стали нарицательными: Аленький цветочек, Яблонька с яблочками и другие персонажи олицетворяют архетипы человеческой психики [7].

В зарубежной психологии среды получены данные о том, что работа в саду благотворно действует на психику, устанавливая новые привязанности, предоставляя мультисенсорные ощущения и опыт ухода за живым миром [12]. В другом исследовании показано, что взаимодействие человека с растениями имеет многообразные психологические и психофизиологические следствия, которые не всегда позитивны [13]. Изучают влияние комнатных растений дома и в офисе, на детей и взрослых, в зависимости от их психотипа и уровня психологического благополучия [11].

Однако в российской психологии подобных исследований не проводилось. Мы можем ожидать, что установки на растительный мир могут быть отмечены культурными особенностями россиян как жителей преимущественно аграрной страны. В то же время эти установки могут быть противоречивыми: жизнь в сельской местности ассоциируется с бедностью,

голодом, непрестижностью сельского труда. Поэтому трудно предположить, что именно связывает горожан с растительным миром, какие ассоциации и эмоциональные состояния связывают их с растениями.

Чтобы получить первичную информацию об установках россиян на растительный мир, мы провели пилотажное исследование. В нем участвовало 46 студентов-психологов в возрасте от 18 до 20 лет. В качестве метода мы использовали свободное эссе «Растения в моей жизни». Время на написание эссе было не ограничено. Для обработки данных применяли контент-анализ с привлечением двух экспертов. Нами были выделены следующие основные категории, отражающие значение и роль в жизни человека мира растений.

*Эмоциональное отношение.* Растения и деятельность с ними непосредственно связана с эмоциями, в основном с положительными. («Я люблю растения, без них наш мир был пустым и однообразным. Цветущие растения дарят радость, нежность и ощущение новой жизни, что дарит мне много эмоций». «Часто гуляя по парку, роще или лесу, я пугаюсь больших деревьев, мне кажется, что они таят неведомую мне угрозу, особенно в вечернее время суток»).

*Эстетическая функция.* Субъективная оценка красоты растительного мира. Наблюдая за растениями и взаимодействуя с ними, человек испытывает чувства эстетического наслаждения. Растения обладают приятными внешними признаками. Разнообразие красок и форм радует человеческий глаз. Некоторые растения являются эталонами красоты в разных культурах, например, лотос в индийской культуре. («Безусловно, цветами, да и в целом растениями я обожаю любоваться именно растущими в земле, полными жизни, неопишимо здорово наблюдать за утренней росой на зеленых листьях»). «Мне нравится наблюдать за легкими покачиваниями молодых деревьев в свете ночных фонарей. Мне нравятся голые, одинокие деревья в первое зимнее утро. Мне нравятся цветочные поляны»).

*Рекреационная функция.* Восстановление организма и душевных сил на природе, прогулки в парке, работа в саду способствует тому, что, находясь в окружении растений, человек имеет возможность отдохнуть. Люди ассоциируют растения со спокойствием и умиротворенностью и, находясь в их окружении, проецируют эти свойства на себя. («Когда ты оказываешься в лесу или на поляне зелёной, ты как будто попадаешь в другой мир, из каменных джунглей и суеты – в мир полной гармонии, чистой энергии. Ты остаешься наедине с природой, и происходит обмен энергией, заряжаешься спокойствием, отпускаешь все дурные мысли»).

*Прагматическое практическое применение.* Растения дают кислород – источник жизни на земле. Применение растений в промышленности, бытовых условиях и для собственных нужд (например, едят овощи и фрукты). Из растений изготавливают лекарства, ткани, дома, краски и другие необходимые для жизни предметы. («Огромную пользу человеку даёт растительная пища»).

*Растения как символы.* Растения рассматриваются как атрибуты неких важных событий, например, праздника или праздничного настроения, домашнего уюта. Многие черты, присущие растениям, такие как: цикличность, увядание или созревание нового семени, хрупкость или, наоборот, агрессивность, специфика строения могут послужить символами для разного

рода явлений. Особенный отклик эта функция находит в народной культуре. («Приход весны – праздник цветов»).

*Идеализирование.* Растение как культ – без них невозможна жизнь человека на земле. Идеализирование растений подразумевает как сильное эмоциональное отношение к миру растений, так и непосредственное влияние их на личность. («Растение – это жизнь. Мое отношение к растениям заключается в том, что без растений не будет жизни. Моя жизнь полностью зависит от растений»).

*Источник вдохновения или арт-объект.* Человек видит в растениях источник вдохновения и творчества – образ растений и цветов может стать стимулом для создания произведения искусства. («Когда я вижу красивые цветы, кустарники и деревья, у меня поднимается настроение, потому что понимаю – все рутинные дела, решаемы, нужно жить сегодняшним днем и верить в лучшее»). («Прогуливаясь по парку и смотря на природу, я набираюсь моральных сил для достижения своих целей. А ещё я очень люблю фотографировать природу, запечатлеть её сказочную красоту»).

*Внимание и забота.* Растения требуют ухода и внимательного отношения к ним и тем самым способствуют формированию ответственности. («Домашнее растение не может, как птичка или любой питомец, сообщить, что ты забыла накормить его в связи, с чем нужно быть более ответственной, чтобы не стать губителем хрупкой жизни»). «Я очень люблю ухаживать за растениями. Конечно, это очень непросто, но зато сколько радости и удовлетворенности от своего труда ты потом получаешь в виде плодов, цветов и т.д.»).

Нами был проведен частотный анализ высказываний. Наиболее часто встречаемые категории – это эмоциональное и эстетическое отношение к растениям. Также распространена такая категория как прагматическое, практическое применение. Анализ эссе показал в целом, что студенты-горожане, участвующие в исследовании, в подавляющем большинстве позитивно относятся к растениям: любят цветы, травы, деревья и кустарники, особо выделяя комнатные растения. Хотя были респонденты (менее 2 % смысловых единиц) которые не любят, не замечают мир растений или отмечают, что он чем-то пугает и беспокоит их, или требует от них проявления слишком большой заботы и ухода. Эстетика мира растений также подчеркивается большинством испытуемых. Интересно, что на практическое применение растений, на их утилитарное использование указывают больше половины юношей и девушек. Какие причины стоят за этими результатами, покажут дальнейшие исследования.

В заключение нужно отметить, что взаимодействие человека и растений ещё недостаточно изучено и проинтерпретировано с точки зрения психологических механизмов его поддержания, а также индивидуальных особенностей субъектов взаимодействия с растениями [4, 5]. Наша ближайшая задача – создание опросника «Растения в моей жизни» для диагностики привязанности и качества взаимодействия с растениями, с тем чтобы на следующих этапах исследования перейти к изучению ресурсности

растительного мира в поддержании психического здоровья и психологического благополучия.

### Литература

1. Валединская О. Р., Нартова-Бочавер С. К. Личное пространство человека и возможности его «измерения» // Психология зрелости и старения. – 2002. – № 2. – С. 66–77.
2. Дмитриева Н. С., Нартова-Бочавер С. К. Возможности физической среды в условиях инклюзивного образования // Психологическая наука и образование. – 2014. – № 1. – С. 74–81.
3. Мешкова Т. А., Нартова-Бочавер С. К. Оптимизация образовательной среды с учетом индивидуальности ребенка // Россия в окружающем мире. – 2009. – № 12. – С. 151–167.
4. Мухортова Е. А. О взаимосвязи фрустрационных реакций и личностных характеристик // Психология личности в условиях социальных изменений. – М., 1993. – С. 81–88.
5. Нартова-Бочавер С. К. Дифференциальная психология: хрестоматия. – М.: МГППУ, 2008.
6. Нартова-Бочавер С. К. Единство субъекта и бытия как основа естественной психотерапии // Субъектный подход в психологии. – М., 2009. – С. 482–497.
7. Нартова-Бочавер С. К. Народная сказка как средство стихийной психотерапии // Сказки народов мира: хрестоматия. – М., 1996. – С. 3–15.
8. Нартова-Бочавер С. К. Развитие жизненного пространства ребенка в онтогенезе // Стратегия дошкольного образования в 21 веке: проблемы и перспективы: материалы научно-практ. конф., посв. 80-летию со дня осн. ф-та дошк. пед. и психол. МПГУ. – М., 2001. – С. 280.
9. Нартова-Бочавер С. К. Субъектный подход как парадигма естественной психотерапии // Личность и бытие: субъектный подход: материалы научн. конф., посв. 75-летию со дня рожд. чл.-корр. РАН А. В. Брушлинского. – М., 2008. – С. 146–149.
10. Нартова-Бочавер С. К. Физическая школьная среда как предиктор здоровья и благополучия субъектов образовательного процесса (обзор зарубежных исследований) // Клиническая и специальная психология. – 2012. – № 1. – С. 39–50.
11. Aldous D. E., Binkley A. L. The people-plant-park paradigm // Proc. 19th IFPPA World Congress and IERM National Conf. – Cape Town, 2001.
12. Bhatti M., Church A., Claremont A., Stenner P. 'I love being in the garden': enchanting encounters in everyday life // Social & Cultural Geography. – 2009. – Vol. 10. – № 1. – P. 61–76.
13. Elings M. People-plant interaction. The physiological, psychological and sociological effects of plants on people // Farming for Health. – 2006. – Vol. 13. – P. 43–55.

## **ПОЛИЭТИЛЕНОВЫМИ СВЕТОФИЛЬТРАМИ**

*Памирск. опытн. с/х  
станц. (Таджикистан)*

При выращивании растений в геотермальных теплицах в высокогорных условиях необходима оценка воздействия отдельных факторов среды, поскольку жизнедеятельность растений определяется как их наследственными особенностями, так и воздействием комплекса факторов внешней среды. Наиболее важным является учёт следующих параметров: световой режим – интенсивность, спектральный состав и продолжительность притока лучистой энергии; тепловой и водный режим внутри тепличных укрытий; условия минерального питания и водообеспеченности растений.

Редис (*Raphanus sativus* L.) – однолетнее растение из семейства Крестоцветных. В культуру редис распространен от крайнего севера до юга. Выращивается как в открытом, так и защищенном грунте [1, 2]. Обычно в зимних теплицах редис выращивают редко. Для нормального роста и развития редис нуждается в плодородных, хорошо дренированных почвах [3].

В наших условиях мы испытывали редис как самостоятельную культуру на специальных грядках, так и уплотнитель к огурцам и томатам. Динамика роста показала, что в середине вегетационного периода рост растений в высоту увеличивалась на 10,8 % у растений, выращенных в теплице под УФ-отсекающей пленки (- УФ) по сравнению с обыкновенной полиэтиленовой пленкой (+УФ). В количестве листьев не наблюдается разница между вариантами опыта +УФ и -УФ. Вес листьев в конце вегетационного периода в теплице, покрытой УФ-отсекающей пленкой, на 71 % выше, чем в теплице контрольного варианта (+УФ).

Таким образом, полученные экспериментальные результаты свидетельствуют о том, что для роста и развития растений редиса в условиях теплицы наиболее эффективным является УФ-отсекающая пленка (-УФ).

### **Литература**