

УДК 712.00

## САД МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ

**Татьяна Васильевна Московкина**

студент

**Эмилия Александровна Теренььева**

студент

**Наталья Евгеньевна Серебрякова**

кандидат сельскохозяйственных наук, доцент

nataliaserebro@mail.ru

Поволжский государственный технологический университет

г. Йошкар-Ола, РФ

**Аннотация.** Представлен проект частного сада «Сад ментального здоровья» в котором реализованы идеи природного проектирования, цветотерапии, малоуходности. Основной доминантой сада является зона отдыха у бассейна. В саду предусмотрены: зона барбекю с беседкой, расположенная в сосновой рощице; уединенная релакс-зона с обособленными цветотерапевтическими участками: спокойствия (в сизоватых тонах) и радости (в золотистых тонах).

**Ключевые слова:** ментальное здоровье, психологическое здоровье концепция сада, ландшафтный проект, частный сад, природный сад, дизайн-проект, сосны.

## **Введение.**

Современный мир полон динамики, быстро сменяющихся образов, новых встреч, он диктует нам свои условия, необходимость быть на шаг впереди и сохранять равновесие в любой ситуации. Но где взять столько выдержки и энергии, как справиться с возрастающими нагрузками? Каждый должен найти свою отдушину... И мы решили создать место силы на участке около дома для любителя естественной природы, хвойного леса, спокойных красок и простых форм.

**Цель работы** – разработать проект частного участка площадью 0,2 га с реализацией задачи создания умиротворяющей атмосферы и расслабляющего отдыха. Условия проектирования следующие: зона морозостойкости – 4, регион нормального увлажнения, почвы дерново-подзолистые умеренно плодородные.

## **Результаты.**

В связи с поставленной целью, а также необходимостью идейного наполнения, стилистической и колористической выдержанности [1-4] проект частного сада обрел свою идею и название.

«Сад ментального здоровья» - сад, где можно отгородиться от визуального шума, обрести покой, наблюдая за разнообразием хвойных, принимая водные и воздушные ванны, покачиваясь в гамаке у бассейна или поджаривая шашлык на огне для дружной компании. Этот сад не для работы – он для отдыха и ухода от проблем.

Дендрологическая основа сада – представители рода сосна. При формировании ассортимента мы не стремились к обилию таксонов, мы стремились к гармонии, соответствию требованиям устойчивости и удовлетворению ботанического интереса владельца участка. Используются различные жизненные формы: деревья первой, второй величины, высокие и низкие кустарники. Используются представители различных секций рода: подрод *Pinus* секции *Eupitusa* и *Banksiana*, подрод *Strobus* секции *Strobus* и *Cembra*; представители различных континентов – Европы, Азии, Северной Америки. Задействованы как виды, так и сорта, цветовая палитра таксонов –

зеленая, сизая и золотистая, что позволило реализовать идею цветотерапии [5-6]. Для поддержки природного стиля и естественности биогрупп введены декоративные злаки.

Планировочное решение участка намеренно простое и лаконичное, дорожки с твердыми покрытиями минимальны, основной доминантой является:

- ✓ зона отдыха у бассейна.

Кроме того, в саду предусмотрены:

- ✓ зона барбекю с беседкой, расположенная в сосновой рощице;
- ✓ уединенная релакс-зона с обособленными цветотерапевтическими участками: спокойствия (в сизоватых тонах) и радости (в золотистых тонах).

Размещение растений формирует благоприятную инсоляцию сада (полузатененные и освещенные участки), обеспечивает мягкую смену пейзажных картин и раскрытие функциональных зон для отдыха в зависимости от настроения. Сад сосен дает круглогодичную декоративность и не требует ухода (рисунок 1).



Рисунок 1 - Генплан-дендроплан «Сада ментального здоровья», М 1:250

1. Сосна обыкновенная \ *Pinus sylvestris*
2. Сосна кедр корейский \ *Pinus koraiensis*
3. Сосна кедровая европейская 'Glauca' \ *Pinus cembra 'Glauca'*
4. Сосна горная 'Mops' \ *Pinus mugo 'Mops'*
5. Сосна горная 'Mini Mops' \ *Pinus mugo 'Mini Mops'*
6. Кедровый стланик \ *Pinus pumilia*
7. Сосна чёрная 'Globosa' \ *Pinus nigra 'Globosa'*
8. Сосна Банкса \ *Pinus banksiana*
9. Сосна балканская \ *Pinus peuce*
10. Сосна горная 'Varella' \ *Pinus mugo 'Varella'*
11. Сосна горная 'Compacta' \ *Pinus mugo 'Compacta'*
12. Сосна горная 'Wintergold' \ *Pinus mugo 'Wintergold'*
13. Сосна горная 'Zundert' \ *Pinus mugo 'Zundert'*
14. Сосна обыкновенная 'Fastigiata' \ *Pinus sylvestris 'Fastigiata'*

Визуальное воплощение проекта с описаниями особенностей участков и функциональных зон представлены на рисунках 2-7



*Рисунок 3* – Въездная зона – визитная карточка сада. Она удобна, не вычурна, показывает природное настроение сада, элементы фитопластики при помощи сортов сосны горной и ненавязчиво скрывает остальные части сада

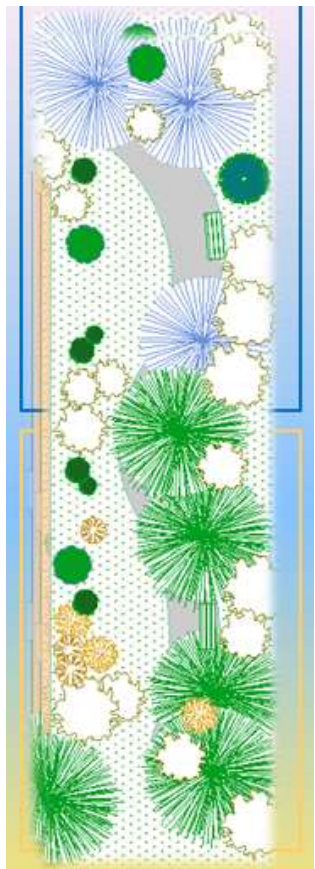




*Рисунок 4* – Зона отдыха у бассейна. Расположена на деревянном настиле, который дает возможность почувствовать природный аромат мокрого дерева и перенестись в атмосферу детства в деревне.



*Рисунок 5* – Зона барбекю с беседкой. Желтоватые стволы сосен, огонь, смех близких – что еще нужно для счастья, начала «новой» жизни и возрождения из пепла.



*Рисунок 6* – Релакс-зона с участками спокойствия и радости. Позволяет найти уединение, побыть в «компани с собой», определиться в своих проблемах и желаниях. Сизая изящная хвоя помогает успокоиться, участок в золотистых тонах - начать позитивно мыслить.



*Рисунок 7 – Дорожка вокруг дома из прерывисто покрытия. Она проста и интересна: здесь встречаются элементы луга и леса (стволы сосен и злаки). Можно и полежать под соснами в уединении.*

В общей колористике сада преобладают светлые древесные оттенки, зеленый с переходами в сизоватый и желтоватый.

### **Заключение.**

«Сад ментального здоровья» призван способствовать разностороннему отдыху и гармонизации внутреннего мира современного человека средствами



ландшафтной архитектуры. Дизайн-проект через планировочные, цветовые, композиционные решения реализует данную задачу.

### Список литературы:

1. Игнатьева Н. К., Серебрякова Н.Е. Анализ тенденций в ландшафтном дизайне малых садов на основе предпочтений населения // Технологии и оборудование садово-паркового и ландшафтного строительства: Сборник статей Международной научно-практической конференции, Красноярск, 18 декабря 2019 года. Красноярск: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева", 2020. С. 292-294.

2. Кузнецова М. Ю., Серебрякова Н.Е. Сиреневый садик: идея, образ, визуализация ландшафтных решений // 3D технологии в решении научно-практических задач: Сборник статей Всероссийской научно-практической конференции, Красноярск, 19 мая 2021 года. Красноярск: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева", 2021. С. 195-199.

3. Львова К.Н., Серебрякова Н.Е. Городской сквер: проблемы ландшафтной организации в свете современных тенденций // Инженерные кадры - будущее инновационной экономики России. 2018. № 2. С. 71-74.

4. Желонкина Т. Ю., Серебрякова Н.Е., Граница Ю.В. Экосад с имитацией Северного ландшафта как элемент наполнения структуры городского парка // 3D технологии в решении научно-практических задач: Сборник статей Всероссийской научно-практической конференции, Красноярск, 19 мая 2021 года. Красноярск: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Сибирский

государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева", 2021. С. 187-191.

5. Атаханова Н.М., Серебрякова Н.Е. Цветовая гармонизация урболандшафта растительными средствами // Социально-гуманитарные науки и практики в XXI веке: человек и общество в меняющемся мире: сборник материалов XV международной весенней научной конференции. Йошкар-Ола, 2019. - С. 340-342.

6. Семенова В.И., Серебрякова Н.Е. Сочетание цветов и использование их в озеленении // Научному прогрессу – творчество молодых. 2018. №3. С. 58-60.

**UDC 712.00**

## **PHILADELPHUS GARDEN "FOAM WITH BUBBLES"**

**Tatyana V. Moskovkina**

Student

**Emilia A. Terentyeva**

Student

**Natalia E. Serebryakova**

[nataliaserebro@mail.ru](mailto:nataliaserebro@mail.ru)

Candidate of Agricultural Sciences, Associate Professor

Volga State University of Technology

Yoshkar-Ola, Russia

**Annotation.** The project of a private garden "Mental Health Garden" is presented, in which the ideas of natural design, color therapy, and low maintenance are implemented. The main dominant of the garden is the recreation area by the pool. The garden includes: a barbecue area with a gazebo, located in a pine grove; a

secluded relaxation zone with separate color therapy areas: tranquility (in bluish tones) and joy (in golden tones).

**Key words:** mental health, psychological health garden concept, landscape project, private garden, natural garden, design project, pine trees.

Статья поступила в редакцию 29.04.2022; одобрена после рецензирования 30.05.2022; принята к публикации 13.06.2022.

The article was submitted 29.04.2022; approved after reviewing 30.05.2022; accepted for publication 13.06.2022.