

## Streszczenie pracy w języku polskim

Rozprawa doktorska pt. „Hortiterapia jako metoda oddziaływania we wspomaganie terapii uzależnień. Studium z zakresu pedagogiki zdrowia” stanowi interdyscyplinarne opracowanie naukowe łączące perspektywy pedagogiki zdrowia, terapii zajęciowej, psychologii oraz architektury krajobrazu. Celem pracy było opracowanie i empiryczna weryfikacja autorskiego programu hortiterapii „Hortiaddictheraphy” – innowacyjnej metody wspomagającej proces terapeutyczny osób uzależnionych, opartej na wykorzystaniu kontaktu z naturą i działań ogrodniczych w leczeniu, rehabilitacji i edukacji zdrowotnej.

Punktem wyjścia badań była obserwacja deficytów w tradycyjnych programach terapii uzależnień, w których brakowało elementów aktywizujących, integrujących i stymulujących emocjonalnie. Autorka postawiła hipotezę, że udział w zajęciach hortiterapeutycznych sprzyja poprawie nastroju, równowagi emocjonalnej i relacji społecznych uczestników, wspierając proces zdrowienia i reintegracji społecznej.

Rozprawa obejmuje sześć rozdziałów.

W pierwszej części przedstawiono teoretyczne podstawy hortiterapii, jej genezę, definicje, formy (czynną i bierną) oraz korzyści terapeutyczne i funkcjonalne. Ukazano także historyczny rozwój przestrzeni ogrodowych – od starożytności po współczesność – oraz ich funkcje użytkowe, estetyczne i terapeutyczne.

Drugi rozdział analizuje modele teoretyczne hortiterapii w kontekście pedagogiki zdrowia, z odniesieniem do teorii przywracania uwagi (Kaplanów), redukcji stresu (Ulricha), biofilii (Wilsona) i koncepcji poczucia miejsca. Omówiono także znaczenie hortiterapii w terapii uzależnień w kontekście rozwoju dobrostanu i sensu życia.

Trzeci rozdział poświęcono autorskiemu programowi Hortiaddictheraphy – dwudziestodniowemu cyklowi zajęć terapeutycznych w ośrodkach leczenia uzależnień. Program łączy elementy hortiterapii czynnej (działania manualne i ogrodnicze) i biernej (obserwacja natury, relaksacja) z arteterapią i pedagogiką środowiskową. Każdy dzień zajęć ma odrębny temat i cel terapeutyczny, a struktura programu opiera się na stopniowym wprowadzaniu uczestników w aktywność i refleksję nad naturą jako źródłem równowagi i regeneracji.

Rozdział czwarty opisuje metodologiczne podstawy badań empirycznych, które miały charakter quasi-eksperymentalny (qE). Badania przeprowadzono w kilku ośrodkach terapii uzależnień, obejmując grupy hortiterapii, arteterapii i kontrolną. Zastosowano triangulację

metod – ankiety, obserwację uczestniczącą i analizę nastroju – aby rzetelnie ocenić wpływ programu.

Wyniki badań, przedstawione w rozdziale piątym, wskazują jednoznacznie, że hortiterapia wywołuje pozytywne zmiany w zakresie emocji, uczuć i nastroju uczestników. Odnotowano wzrost emocji pozytywnych, spadek emocji negatywnych oraz poprawę samopoczucia w porównaniu z grupą kontrolną. Uczestnicy ocenili zajęcia jako atrakcyjne, wspierające terapię i motywujące do dalszej pracy nad sobą. Wyniki potwierdziły, że natura może pełnić funkcję regulacyjną i terapeutyczną, a ogród staje się przestrzenią odnowy emocjonalnej i społecznej.

Szósty rozdział ma charakter interdyscyplinarny – zaprezentowano w nim model terapeutycznego ogrodu będącego materialnym odzwierciedleniem idei Hortiaddictheraphy. Ogród ten, powtarzalny w swojej strukturze, stanowi propozycję praktycznego wdrożenia badań naukowych w obszarze pedagogiki zdrowia i architektury krajobrazu. Z przeprowadzonych analiz wynikają następujące wnioski główne:

- hortiterapia jest skuteczną metodą wspierania terapii uzależnień, poprawiającą nastrój i równowagę emocjonalną;
- kontakt z naturą wspiera redukcję stresu, rozwój kompetencji społecznych i emocjonalnych;
- program Hortiaddictheraphy stanowi innowacyjne połączenie terapii zajęciowej, arteterapii i edukacji zdrowotnej;
- hortiterapia może zwiększać skuteczność terapii i motywację uczestników do trwałej zmiany postaw życiowych.

Wartość naukowa rozprawy polega na opracowaniu i weryfikacji autorskiego programu terapeutycznego opartego na założeniach pedagogiki zdrowia. Innowacyjność badań wynika z interdyscyplinarnego połączenia nauk o zdrowiu, pedagogiki i architektury krajobrazu oraz z praktycznego wdrożenia hortiterapii do pracy z osobami uzależnionymi. Rezultaty mają wymiar poznawczy i aplikacyjny – mogą inspirować terapeutów, pedagogów i projektantów przestrzeni terapeutycznych.

Rozprawa potwierdza, że ogród może stać się przestrzenią zdrowienia, a kontakt z naturą – skutecznym narzędziem wspierania terapii, edukacji i rozwoju człowieka w jego pełnym, humanistycznym wymiarze.