

## **Nuove architetture terapeutiche: gli healing gardens per coltivare competenze professionali**

Francesca Buccini

*Università degli Studi di Napoli Federico II*

**Abstract:** Negli ultimi decenni la ricerca sul design degli ambienti di cura si è concentrata, in modo particolare, sul legame tra natura e benessere. Questa evidenza ha dato origine a visioni consapevoli di compenetrazione tra verde e edifici; un verde non solo estetico ma funzionale, poiché in grado di influire positivamente sulla salute e sul benessere non solo dei pazienti e/o dei loro familiari, ma soprattutto su chi lavora all'interno delle strutture stesse, migliorandone il livello di soddisfazione e di produttività, oltre ad essere un valido aiuto nel ridurre il burnout. Questo, a sua volta, si traduce in una migliore qualità delle cure fornite. A partire da una prospettiva ecosistemica e da un'analisi dei più noti *healing gardens*, sia a livello nazionale che internazionale, il contributo intende riflettere sull'efficacia di questi spazi nel promuovere soft skills quali la comunicazione, la collaborazione, la resilienza e l'empatia.

*Parole chiave: ecopsicologia, benessere, formazione, professionisti sanitari, ambienti naturali*

**Abstract:** In recent years, research into the design of healing environments has focused on the link between nature and well-being. These findings have led to conscious visions of the interpenetration of greenery and buildings; greenery that is not only aesthetic but also functional, as it can have a positive impact on the health and well-being not only of patients and/or their families, but above all of those who work in the facilities themselves, improving their levels of satisfaction and productivity, as well as being a valuable aid in reducing burnout. This, in turn, translates into a better quality of care. Based on an ecosystem perspective and an analysis of the best-known *healing gardens*, both nationally and internationally, the paper aims to reflect on the effectiveness of these spaces in promoting soft skills such as communication, collaboration, resilience and empathy.

*Keywords: ecopsychology, well-being, training, health professionals, natural environments*

## La psicologia ecologica e il rapporto tra uomo, natura e salute

Fin dalle origini, la natura ha avuto un ruolo centrale nella storia dell'uomo, influenzando profondamente lo sviluppo delle civiltà e delle culture. Durante le epoche preistoriche, l'essere umano ha vissuto in stretta armonia con l'ambiente naturale, non solo adattandosi ai cicli stagionali e alle risorse disponibili, cosa indispensabile per la sopravvivenza, ma ha anche sviluppato un profondo rispetto per la natura stessa, spesso venerata come una forza divina, un'entità sacra e potente, come testimoniato dalle pitture rupestri e nei primi miti e leggende tramandate (Battaglia, 2002). Con l'era moderna e la rivoluzione industriale, il rapporto uomo-natura ha subito una trasformazione radicale, indebolendosi: l'industrializzazione ha portato a un'intensificazione dello sfruttamento delle risorse naturali e la natura la ha cominciata a essere vista più come un'entità da dominare e sfruttare piuttosto che da rispettare, condizionando il modello di relazione che gli esseri umani hanno stabilito con le altre specie, vegetali e animali (Torre, 2013; Venturi Ferriolo, s.d.; D'Angelo, 2023). La nascita della scienza moderna ha segnato la fine della concezione della natura quale madre benevola e nutrice, lasciando spazio a un riduzionismo meccanicista che l'ha manipolata come materia inerte e frazionata, riducendone la capacità di rigenerarsi e di rinnovarsi. Una scienza improntata alla sottomissione che, in poco tempo, è stata causa del depauperamento di terre fertili e dell'estinzione di migliaia di organismi viventi. Merchant (1888) in "La morte della natura" descrive questo processo di trasformazione: «l'immagine della terra come organismo vivente e come alma madre aveva esercitato un condizionamento culturale, ponendo dei limiti alle azioni degli esseri umani. Non è facile uccidere una madre, o scavare nelle sue viscere alla ricerca d'oro, o mutilarne il corpo, anche se le esigenze commerciali dell'industria mineraria lo avrebbero richiesto. Finché la terra fu considerata viva e sensibile, ogni atto distruttivo contro di essa poté essere condannato come una violazione delle norme di un comportamento etico» (Merchant, 2022, pp. 39–40).

Nel corso del XX secolo, con la crescente consapevolezza dell'impatto umano sull'ambiente, è emersa una nuova visione di questo rapporto: movimenti ambientalisti, filosofi e scienziati hanno cominciato a promuovere un approccio più sostenibile e rispettoso nei confronti degli ecosistemi naturali che ha portato alla nascita di politiche di conservazione, all'istituzione di parchi nazionali e riserve naturali e alla diffusione di pratiche agricole e industriali più ecocompatibili (Battaglia, 2002, 2002; Capra, 1989). Oggi, il ruolo della natura è riconosciuto come fondamentale non solo per la sopravvivenza, ma anche per il benessere individuale e collettivo, nella costante ricerca di un equilibrio tra progresso e sostenibilità (Lopez, 2015). Secondo alcuni studi il vero motivo del declino della salute umana risiede proprio in una separazione tra uomo e natura che, a sua volta, è causa di un profondo vuoto interiore che si cerca di colmare con beni materiali, lasciando, però, i bisogni reali insoddisfatti. È interessante infatti notare come si cerchi un rifugio dallo stress proprio in quei luoghi in cui è possibile ristabilire un contatto con gli ambienti e i paesaggi naturali; un bisogno inconscio, una predisposizione innata di connessione con l'ambiente naturale (biofilia). La mancanza di questo legame nella vita moderna è una delle cause principali di vari disturbi fisici e psicologici (Barbiero & Berto, 2016; Farnè et al., 2018). All'inizio del XX secolo, Aldo Leopold, meglio conosciuto per la sua idea di "etica della terra" indagando sulle cause di questo malessere, ha definito la *Wilderness* come una natura selvaggia da vivere piuttosto che da visitare, suggerendo un approccio basato sulla qualità dell'esperienza, non sulla quantità (Bartolommei, 1990). Questa visione si basa sulla convinzione che l'uomo debba considerarsi parte di una comunità ecologica più ampia, comprendente non solo gli esseri umani, ma anche la terra, l'acqua, le piante e gli animali. Secondo Leopold, l'etica ambientale impone all'uomo la responsabilità di conservare e rispettare l'equilibrio ecologico della terra considerano la natura non come qualcosa da sfruttare o solo da visitare per svago, ma come un'entità da vivere e proteggere, per consentire alle specie di sopravvivere e agli ecosistemi di mantenersi in equilibrio<sup>1</sup>. A partire dagli anni '60 e '70 del Novecento la nascita della psicologia ecologica, che emerge come campo specifico strutturato, sebbene le sue origini siano radicate in sviluppi teorici e pratici precedenti, in primis la

---

<sup>1</sup> L'opera più famosa di Aldo Leopold "A Sand County Almanac. 1949". (1970) New York, Ballantine. Una raccolta di saggi in cui si riflette sul rapporto tra uomo e natura secondo una prospettiva ecologica, che combina filosofia, scienza e poesia. Il libro è considerato un caposaldo della letteratura ambientale e ha influenzato generazioni di ambientalisti.

psicologia umanistica, pone l'accento sull'autorealizzazione e la crescita personale focalizzandosi proprio sull'importanza di creare un legame armonico con il contesto naturale (Marino Bonaiuto, 2017; Steg et al., 2019). Psicologi umanisti come Abraham Maslow e Carl Rogers considerano l'uomo come un essere in continua crescita e trasformazione, il cui benessere si lega al soddisfacimento dei bisogni fondamentali, compresi quelli legati all'appartenenza e alla connessione con la natura (Maslow, 1971; Rogers, 2014). Anche la psicologia ambientale ha posto le basi per la nascita della psicologia ecologica in particolare con gli studi di Roger Barker che tra i primi hanno contribuito a comprendere come l'ambiente influisce sul comportamento umano introducendo il concetto di "ambienti comportamentali"<sup>2</sup>. Negli anni '30 e '40, già Kurt Lewin aveva introdotto la sua teoria del campo psicologico, il cui intento era esplorare l'interazione dinamica tra individui e loro ambienti. Sebbene il lavoro di Lewin non fosse specificamente incentrato sulla psicologia ecologica, le sue teorie influenzarono profondamente la comprensione delle relazioni tra comportamento e ambiente (Lewin & Colucci, 2009). Uno dei pionieri della psicologia ecologica è James J. Gibson, noto psicologo per il suo lavoro sulla la teoria della percezione ecologica, nella quale enfatizza l'importanza dell'ambiente nella percezione e nell'interazione umana (Gibson & Santarcangelo, 2014). In *The Senses Considered as Perceptual Systems* (1966) evidenzia, infatti, come la percezione sia profondamente integrata con l'ambiente naturale. La psicologia ecologica inizia a prendere sempre più forma, come campo distintivo, negli anni '70 e '80. In questo periodo Edward O. Wilson nel suo libro *Biophilia* (1984) introduce il concetto di biofilia, sottolineando il legame innato tra essere umano e natura e la sua importanza per il benessere e su come la sua assenza possa causare disagio (Wilson, 1984). Negli anni '90, grazie al lavoro di psicologi come Theodore Roszak, Gregory Bateson e James Hillman si iniziano a esplorare le implicazioni psicologiche della crisi ecologica, suggerendo come la separazione tra gli esseri umani e la natura fosse alla radice di molte patologie moderne. Per lo psichiatra Hillman, l'alienazione dell'essere umano dal suo contesto naturale è un fattore centrale nel malessere moderno, una delle cause principali dei problemi psicologici e spirituali contemporanei. Secondo la sua visione la distruzione ambientale e la degradazione della natura non sono solo problemi ecologici, ma riflettono un disordine più profondo nella psiche collettiva. Pertanto, il benessere psicologico e la salute mentale non possono essere separati dal contesto naturale. Hillman riprende l'antica idea platonica che la Terra e l'universo abbiano un'anima propria, *Anima Mundi*, e che ogni cosa, dalla natura alle strutture sociali, sia dotata di una dimensione psichica (Hillman & Bottini, 2022). L'interconnessione tra la psiche individuale e il mondo naturale riflette un disordine nel mondo naturale, e viceversa. Questa visione si collega alla sua critica all'antropocentrismo e al bisogno di un approccio ecocentrico, dove l'uomo è parte integrante dell'ecosistema, non separato da esso. Hillman, come molti pensatori influenzati dalla psicologia archetipica e da un approccio olistico, riteneva, dunque che la natura avesse un ruolo curativo importante, non solo sotto forma di erboristeria o medicina naturale, ma come fonte di connessione spirituale e psichica. Il contatto con la natura, la bellezza naturale e i cicli della vita naturale sono per lui fondamentali per la guarigione dell'anima, come un luogo di riflessione, rigenerazione e riconnessione con la dimensione archetipica della psiche. Per quanto riguarda la società moderna riteneva che la crescita tecnologica e l'urbanizzazione avessero portato a una profonda disconnessione dall'ambiente naturale, contribuendo a un senso di vuoto e alienazione. Questo distacco non era solo esteriore, ma anche interiore, una perdita di connessione con l'anima profonda e collettiva. Dagli anni '90 a partire dagli studi di alcuni accademici americani dell'Università di Berkeley quali Elan Shapiro, Alan Kanner, Mary Gomes e Rober Greenway, l'ecopsicologia acquisisce una direzione più definita, ossia fornire un contributo alla gestione della crisi ecologica che affligge il mondo contemporaneo, contribuendo, in modo significativo, alla comprensione di come il legame con la natura influenzi la salute mentale e come la psicologia possa offrire soluzioni alla crisi ambientale globale. Il manifesto dell'Ecopsicologia è dato dal lavoro di Theodor Roszak, *The voice of the Earth*, (1992) che va a unirsi al gruppo di Berkeley, sottolineando l'alienazione dalla natura come una delle cause profonde del disagio psicologico moderno. Secondo l'autore, infatti, la psiche umana deve affrontare sollecitazioni e

---

<sup>2</sup> Il concetto di "ambiente comportamentale" aiuta a spiegare la relazione tra gli individui e l'ambiente, in particolare quello sociale, ossia la relazione tra il comportamento dinamico degli individui e la struttura sociale stabile in cui sono inseriti.

pressioni che la società le impone e che talvolta sono squilibrate alle esigenze della propria economia interna biologica e non si adattano a quello che è l'equilibrio interno della persona. Per Roszak la scienza occidentale ha frammentato la conoscenza e ha separato l'essere umano dalla natura, con l'effetto collaterale di creare una vera e propria crisi spirituale. La sua critica alla tecnocrazia, termine da lui utilizzato per descrivere il potere eccessivo del progresso nella società contemporanea, mette in luce come la modernità abbia ridotto l'essere umano a un consumatore passivo e invita a una nuova sintesi di sapere, dove scienza, arte, spiritualità e sensibilità ecologica si integrino per formare una visione del mondo più olistica e sostenibile. Con il mutamento del sistema sociale, anche i bisogni e i disagi dell'uomo si sono evoluti; è necessario affiancare alla medicina tradizionale, focalizzata sui sintomi fisici, una riflessione più profonda sulle dinamiche psicologiche e sociali (Mortari, 1998). In questo contesto, la natura può fungere da terapeuta, soprattutto contro stress e depressione, verso le quali le cure tradizionali spesso risultano inefficaci. In questa prospettiva una possibile soluzione riguarda il miglioramento del verde pubblico, compreso quello ospedaliero; un'area verde che si adatta alle esigenze del paziente, a supporto delle convenzionali cure mediche, con lo scopo di migliorarne la qualità di vita, sempre in un'ottica di tutela dell'ambiente e aumento della biodiversità (Botta, 2023; Cellucci & Di Sivo, 2023). Negli *healing gardens* l'individuo non si limita a ricevere i benefici della natura, ma si prende cura di essa, instaurando un rapporto di reciproco scambio e rigenerazione.

## Esplorando gli Healing Gardens

Il giardino curativo o giardino che guarisce, noto anche come Healing Garden, è uno spazio verde (giardini, spazi per l'orticoltura, giardini meditativi e di riabilitazione) appositamente progettati all'interno di ospedali e strutture socio-assistenziali sia per supportare il benessere psicofisico dei pazienti, come strumenti di cura complementari a quelli tradizionali, sia per offrire un sollievo al personale medico e paramedico (Burton, 2014).

La loro funzione terapeutica si esercita attraverso due differenti meccanismi:

- un meccanismo d'interazione, stimolato dall'atmosfera distensiva creata dalle piante che con la loro bellezza e presenza calmante, invitano i pazienti a uscire dai loro spazi personali e interagire con gli altri. Questa interazione può avvenire in modo informale, attraverso passeggiate condivise, momenti di pausa su una panchina, o partecipazione a attività di gruppo come la cura del giardino stesso; la vicinanza alla natura diminuisce il senso di isolamento che molti pazienti provano, migliorando il loro benessere sociale e incoraggiando la connessione con altre persone (Astell-Burt et al., 2014; Nieberler-Walker et al., 2023).
- un meccanismo di reazione legato al riflesso di natura emotiva generato nell'inconscio del fruitore: la vista delle piante, il contatto con la terra e l'ascolto del suono dell'acqua o del vento tra gli alberi attivano reazioni positive a livello emotivo e psicologico. Questi stimoli sensoriali, spesso associati a esperienze positive o a un senso di tranquillità, possono suscitare emozioni profonde, che a loro volta influenzano la guarigione. Un "ritorno alla natura" in grado di attivare processi di introspezione e guarigione emotiva che difficilmente si verificano in ambienti più sterili e stressanti (Bratman et al., 2021).

Pertanto, a partire da queste riflessioni, è possibile individuare in questi luoghi un processo benefico che porta a un miglioramento dello stato di salute complessiva attraverso:

- la riduzione dello stress grazie all'effetto calmante della natura che, con il passare del tempo, può ridurre i livelli di ansia, migliorare l'umore e la concentrazione (Dinu Roman Szabo et al., 2023);
- recupero accelerato: numerosi studi indicano che la presenza di spazi verdi può contribuire a velocizzare la guarigione fisica dei pazienti, grazie a un aumento del benessere generale (Jimenez et al., 2021);
- supporto emotivo: i giardini offrono un luogo di ristoro per i familiari e il personale medico, aiutandoli a gestire l'impatto emotivo del lavoro o della malattia di un proprio caro (Yeo et al., 2020).

I primi giardini con finalità curative risalgono alle prime civiltà del mondo antico (Egitto, Grecia e Roma) che utilizzavano questi ambienti come spazi di riposo e riflessione, per la meditazione e la guarigione (Grimal, 2005; Gerlach-Spriggs & Healy, 2019; Giorgetti, 2019). Durante il Medioevo, i monasteri europei erano noti per il loro *hortus conclusus*, ossia uno spazio chiuso, protetto, dove i monaci coltivavano piante medicinali, quali lavanda, salvia, camomilla ecc. per le loro proprietà terapeutiche e utilizzate per preparare rimedi per i malati. Durante il XIV e XV secolo, le periodiche carestie e epidemie portarono al declino dei monasteri, e, di conseguenza, alla concezione del giardino come luogo di meditazione e ristoro. Con l'affermarsi del Romanticismo si ha un progressivo riutilizzo degli spazi aperti in ambito ospedaliero in quanto componente intrinseca dell'ambiente curativo. Il concetto di giardino terapeutico inizia a prendere forma nel periodo moderno, specialmente con lo sviluppo degli ospedali psichiatrici nel XIX secolo, dove vengono utilizzati come parte del trattamento per i pazienti con problemi mentali. Tuttavia, la funzione terapeutica dei giardini ha subito un forte declino con l'urbanizzazione e la modernizzazione delle strutture sanitarie nel XX secolo. Nella seconda metà del secolo, infatti, il boom della costruzione di ospedali a blocchi pluripiano ha comportato una significativa riduzione degli spazi aperti all'interno degli ambienti ospedalieri. In queste nuove strutture, l'attenzione rivolta alla funzionalità e alla densità di posti letto, ha relegato i giardini e gli spazi verdi, considerandoli meno importanti rispetto alle cure farmacologiche e tecnologiche. Questo processo ha portato a un allontanamento dall'idea che il contatto con la natura fosse parte integrante del recupero del paziente e percepiti come accessori non essenziali rispetto ai nuovi strumenti diagnostici e terapeutici. Sebbene la funzione rigeneratrice dei giardini sia stata trascurata, a partire dagli anni '80 del Novecento, grazie agli studi di Roger Ulrich un pioniere nella ricerca sugli effetti terapeutici degli spazi verdi, ne viene dimostrata la valenza scientifica. Nel suo studio *View Through a Window May Influence Recovery from Surgery* pubblicato nel 1984 sulla rivista *Science*, ha dimostrato, durante la fase di monitoraggio nel post-operatorio, come pazienti che avevano trascorso la degenza in camere con accesso/vista ad un prato o un albero guarivano più velocemente e con minore bisogno di antidolorifici rispetto a quelli alloggiati in stanze le finestre affacciavano su muri e condomini (Ulrich, 1984).

Nel corso degli anni Novanta, i coniugi Rachel e Stephen Kaplan, rinomati a livello mondiale nel campo della psicologia ambientale per le ricerche relative al rapporto uomo-ambiente e agli effetti della natura sulla salute delle persone, formulano la *Attention Restoration Theory* (ART) (Basu et al., 2019) secondo la quale l'esposizione a determinati ambienti naturali può aiutare a ripristinare la capacità di concentrazione e di attenzione, affaticata dall'eccessivo uso dell'attenzione diretta, tipica delle attività cognitive intensive (Kaplan & Kaplan, 1989; Kaplan; 1995).

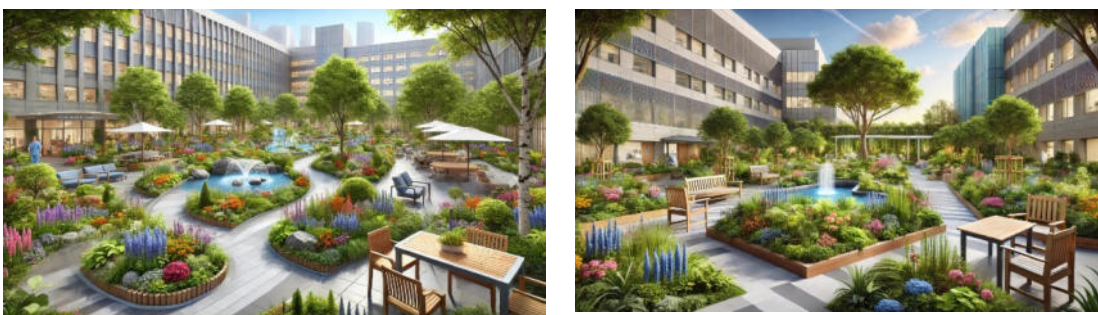


Figura 1 e 2 Elaborazione IA di un healing garden

Negli ultimi decenni, soprattutto dagli anni '90, si è verificato un cambiamento importante nell'approccio al trattamento ospedaliero, con un passaggio dall'attenzione esclusiva alla malattia verso una visione più olistica della cura della persona. Anche il concetto di umanizzazione delle strutture ospedaliere si fonda sulla epocale transizione dal tradizionale approccio biomedicale alla salute, secondo cui curare la malattia voleva dire trattare l'organo malato, a quello bio-psico-sociale che ne ha introdotto una visione multidimensionale e olistica, spostando il focus dall'organo malato all'individuo nella sua totalità considerato nell'ambiente fisico e relazionale in cui viene curato. Ciò ha permesso di riproporre

lo spazio verde annesso alle strutture di cura come spazio utile, se non fondamentale, al benessere delle persone, e non un mero accessorio all'edificio. Il giardino curativo è quindi sia un luogo, sia un processo dinamico: la dimensione trasformativa incide aiutando i fruitori a seguire il corso del tempo attraverso i cicli naturali, trovandone potenzialmente rassicurazione. Le teorie sul rapporto benefico tra uomo e natura sono state ulteriormente approfondite da numerosi studi che hanno anche mirato a identificarne la rilevanza dal punto di vista pratico, definendone le conseguenze progettuali. Nella fine del secolo scorso negli Stati Uniti, ma anche in Canada e Nord Europa, architetti paesaggisti, sociologi ambientali, psicologi, medici e amministratori, hanno potuto appurare, attraverso una serie di ricerche scientifiche all'interno di strutture per la sanità, che la natura e il giardino aiutano a curare. Secondo l'American Horticultural Therapy Association (ATHA), i benefici ottenuti del verde (Cooper Marcus & Barnes, 1999; Borghi, 2007; Botta, 2012; Leggero & Gavinelli, 2020), sono riconducibili agli ambiti cognitivi, psicologici, sociali e fisici delle persone. Pertanto, questi spazi, oltre a essere accessibili a tutti, hanno effetti benefici sulla maggior parte degli utenti che li fruiscono.

Nel corso degli anni sono state messe in atto una serie di riflessioni con l'intento di distinguere o meno processi e esiti di progetto specifici per il tipo di patologie curate. L'Evidence-Based Design (EBD) è una metodologia fondamentale per la progettazione di questi spazi la cui finalità è migliorare gli esiti terapeutici e razionalizzare i costi del sistema sanitario. Il processo EBD considera la complessità degli ambienti di cura, coinvolgendo attivamente stakeholder principali, come lo staff medico e paramedico, affinché il progetto risponda alle esigenze reali degli utenti. Per sostenere la diffusione di questa metodologia, Health Design ha sviluppato la certificazione EDAC (Evidence-Based Design Accreditation and Certification), creando una comunità di professionisti accreditati in grado di promuovere progetti che incorporano l'EBD. L'approccio olistico proposto dal concetto di Integrated Healthcare Strategies (IHS) amplia la visione progettuale, collocando ogni intervento in un contesto ecologico più vasto che comprende variabili culturali, tecnologiche e operative. Un'applicazione concreta dell'EBD è rappresentata dai giardini terapeutici, che uniscono funzione e trasformazione, offrendo ai pazienti spazi rassicuranti legati ai cicli naturali. Tali ambienti non solo supportano il percorso terapeutico, ma possono essere costantemente migliorati tramite la Post Occupancy Evaluation (POE), che analizza come i pazienti percepiscono e utilizzano lo spazio, per adattarlo meglio alle loro necessità. Le ricerche di Cooper Marcus, Barnes e Sachs hanno delineato linee guida progettuali riconosciute a livello internazionale, che includono la promozione del movimento, la privacy, l'aggregazione sociale, il controllo della visibilità, la tranquillità, la distrazione offerta dalla natura e la familiarità del luogo. Infine, una riflessione importante riguarda la possibilità di differenziare i progetti in base alle specifiche patologie trattate, per rendere gli spazi ancora più mirati e funzionali. Questo ha permesso di individuare una serie di scuole di pensiero:

1. la scuola dello Healing Garden, dove gli effetti salutari sono soprattutto derivati dall'esperienza stessa del giardino e dal suo contesto;
2. la Scuola della Terapia Orticolturale, dove gli effetti salutari sono soprattutto derivati dalle attività nel giardino;
3. la Scuola Cognitiva, dove gli effetti salutari derivano da entrambi i tipi di esperienze (Stigsdotter & Grahn, 2002).

Ad oggi possiamo individuare diverse esperienze all'interno delle diverse scuole<sup>3</sup>:

---

<sup>3</sup> Alcune delle immagini inserite, a titolo di esempio, sono state elaborate con l'intelligenza artificiale per tutelare i diritti di copyright.

The Terrace Garden (figura 3) presso il Legacy Emanuel Medical Center (USA), uno spazio verde sospeso di 6500 piedi quadrati collegato al Family Birth Center, nonché all'unità di terapia intensiva cardiovascolare e alle sale d'attesa per famiglie; è accessibile 24 ore su 24 a tutti i pazienti, visitatori e dipendenti dell'ospedale e offre un'esperienza unica in cima agli alberi. È stato progettato per adattarsi a un'ampia gamma di condizioni fisiche, abilità ed esigenze. Tra le sue quattro stagioni, una serie di piante in continua evoluzione, ci sono panche, sedie e tavoli configurati per ospitare gruppi o fornire privacy;



Figura 3 Elaborazione IA del The Terrace Garden<sup>4</sup>

I Maggie's Centres sono una rete di strutture con sedi a Edimburgo, Glasgow, Dundee, Londra, Fife, Nottingham, progettate per i malati di cancro con l'intento di trasmettere, anche mediante stimolazione sensoriale (colori, texture e profumi) un senso di accoglienza e serenità, ma anche fornire supporto, informazioni e consigli pratici agli utenti;



Figura 4 Il Maggie's Centre a Kirkcaldy, Fife, di Zaha Hadid<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> [https://naturesacred.org/sacred\\_place/the-terrace-garden/](https://naturesacred.org/sacred_place/the-terrace-garden/)

<sup>5</sup> [https://www.maggies.org/our-centres/?gclid=CjwKCAiA3ZC6BhBaEiwAeqfvyqG8vss865eWnxfQzwN9haTrHACILm77d0qNSsAzxbZEEG6NV3qKuhocXfwQAvD\\_BwE](https://www.maggies.org/our-centres/?gclid=CjwKCAiA3ZC6BhBaEiwAeqfvyqG8vss865eWnxfQzwN9haTrHACILm77d0qNSsAzxbZEEG6NV3qKuhocXfwQAvD_BwE)





Figura 5 Maggie's Centre, Ninewells, progetto di Frank Gehry



Figura 6 Maggie's Centre di Edimburgo, progettato da Richard Murphy



Figura 7 Maggie's Centre, Hong Kong, progetto di Ronald Lu and Partners

Singapore General Hospital (figura 8) (Singapore) uno dei più grandi giardini terapeutici asiatici. Si estende su circa 1,5 ettari e combina elementi di un giardino tradizionale con piante medicinali, creando un ambiente che educa i visitatori sui loro benefici per la cura e la salute. Il giardino è diviso in aree tematiche, ognuna delle quali rappresenta diversi aspetti della guarigione e del relax. Gli spazi verdi sono accessibili ai pazienti, ai visitatori e al personale, e offrono un rifugio dal caos dell'ospedale, contribuendo a ridurre l'ansia e promuovere la serenità;



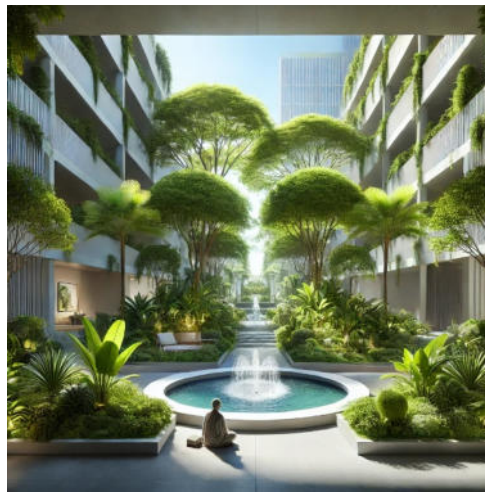


Figura 8 Elaborazione IA delle aree verdi del Singapore General Hospital<sup>6</sup>

Il Freiburg University Hospital (figura 9) (Germania) ha integrato un giardino curativo per i pazienti di lunga degenza e per coloro che sono sottoposti a trattamenti come la chemioterapia. Il Klinikgarten, progettato secondo principi di biofilia, offre un ampio spazio con percorsi naturalistici (laghetti, piante e fiori) favorendo una connessione profonda con la natura. Oltre ai benefici emotivi, il giardino è stato pensato per fornire stimoli sensoriali positivi ai pazienti, aiutando nella riabilitazione fisica e nella riduzione del dolore percepito;



Figura 9 Esterno del giardino del Freiburg University Hospital<sup>7</sup>

Il Royal Children's Hospital – Melbourne (figura 10) (Australia) ospita uno dei più innovativi giardini terapeutici pediatrici. Il giardino include un ampio spazio verde con diverse zone tematiche, tra cui un'area gioco per i bambini e un giardino sensoriale. L'obiettivo è fornire ai bambini e alle loro famiglie un luogo dove potersi allontanare dallo stress o distrarsi dai trattamenti, spesso invasivi e dolorosi. Il giardino ha anche una forte componente educativa e offre percorsi arricchiti da pannelli informativi che invitano a riflettere sull'importanza della sostenibilità e biodiversità;

---

<sup>6</sup> <https://www.sgh.com.sg/>

<sup>7</sup> <https://www.uniklinik-freiburg.de/de.html>

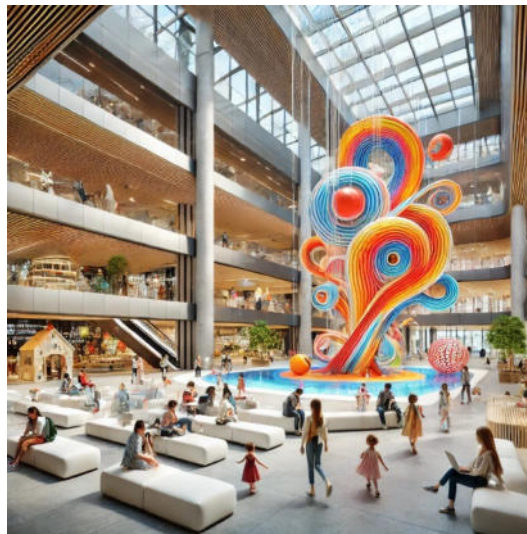


Figura 10 Elaborazione IA del Royal Children's Hospital – Melbourn<sup>8</sup>

Il Chelsea and Westminster Hospital beneficia di spazi verdi sia all'interno che all'esterno dell'edificio principale dell'ospedale. All'interno, il giardino *Greenhaven*, progettato dalla paesaggista Jinny Blom, conferisce un'atmosfera tropicale all'ospedale e offre un santuario verde, con posti a sedere e capsule per dormire, per il personale, i pazienti e i visitatori. Il tetto trasparente dell'ospedale riempie l'area di luce naturale, creando una sorta di gigantesca serra. Visibile da più piani, Greenhaven abbellisce lo spazio interno dell'ospedale ed è utilizzato dal personale medico come sito per condurre sessioni di fisioterapia, oltre a ospitare attività per i pazienti come arte, danza e spettacoli musicali.



Figura 11 Chelsea and Westminster Hospital London<sup>9</sup>

Le principali esperienze di giardini terapeutici condotte in Italia dal 1989 ad oggi hanno evidenziato risultati significativi, come riportato in relazione medica dal Dipartimento Oncologico dell'Ospedale di Carrara (MS) (Bonati & Valla, 2000; Pacetti, 2013).

La casa di riposo Fondazione Grimani Butteri di Osimo (An) ha implementato l'utilizzo di piante e aromi per i pazienti affetti da Alzheimer, osservando un significativo miglioramento cognitivo. I pazienti hanno mostrato una stimolazione dei ricordi, una riduzione dei problemi comportamentali e una diminuzione della tendenza a vagare senza meta.

<sup>8</sup> [https://www.rch.org.au/info/az\\_guide/Outdoor\\_spaces/](https://www.rch.org.au/info/az_guide/Outdoor_spaces/)

<sup>9</sup> <https://www.chelwest.nhs.uk/>

L'allestimento di un giardino pensile, l'Oasi, per i bambini ricoverati nel reparto di pediatria dell'ospedale Cà Foncello di Treviso ha portato a risultati sorprendenti. L'uso di analgesici si è dimezzato e le convalescenze si sono accorciate in modo significativo (Tartarini, et al. 2011).

All'Istituto regionale Rittmeyer per ciechi di Trieste è stato realizzato un giardino sensoriale, un'oasi del tatto, dei suoni, dei colori e dei profumi. Il giardino, dotato di un ruscello e di un labirinto di pannelli mobili, è stato progettato specificamente per i non vedenti. L'esperienza ha dimostrato un miglioramento delle capacità di movimento e un recupero più rapido da ansia e forme depressive.

In particolare, l'esperienza delle Terrazze oncologiche condotta nel 2007 presso il Dipartimento Oncologico dell'Ospedale di Carrara (MS) ha previsto una fase iniziale di partecipazione attiva dei pazienti. Durante questa fase, sono state raccolte le esigenze e le preferenze dei degenti riguardo all'ambiente da creare. Successivamente, la sperimentazione ha dimostrato quantitativamente una diminuzione dell'uso di antidolorifici, farmaci antinfiammatori, antiemetici e ansiolitici nei pazienti ricoverati (Cooper Marcus & Valente, 2015).

## **Il ruolo degli Healing Gardens per lo sviluppo di competenze professionali: una riflessione pedagogica**

L'ospedale è il luogo della guarigione, ma questo ambiente, a volte, ne è l'antitesi: caotico, intimidatorio, stressante per i pazienti e le loro famiglie, per gli operatori sanitari, per il personale. Il sovraccarico sensoriale negativo (luci intense, rumore o anche la mancanza di privacy), per tutti coloro che lo vivono, può aumentare lo stress percepito i cui effetti sono documentati a livello fisico (aumento della frequenza cardiaca, della frequenza respiratoria e della pressione sanguigna (Ulrich et al., 1991); a livello psicologico (paura, rabbia, depressione e isolamento) (Marcus & Barnes, 1999); a livello comportamentale (insonnia, rabbia, passività) (Ulrich, 1999). Ma un ambiente ospedaliero, che è pensato per essere un ambiente di guarigione, non dovrebbe offrire soluzioni alternative rispetto al passato? (figura 12).



Figura 12 Elaborazione IA di uno spazio comune in un healing garden

In questa prospettiva, come precedentemente approfondito, l'introduzione degli *Healing Gardens* rappresenta un'opportunità per migliorare non solo il benessere psico-fisico, mentale e sociale dei pazienti, ma l'interazione passiva, attiva e sensoriale con la natura li rende strumenti essenziali per la crescita e il miglioramento delle soft skills di chi opera in questi luoghi, contribuendo alla creazione di un ambiente di lavoro più sano e collaborativo (Cordoza et al., 2018; Copeland, 2021). I paesaggi naturali, con la loro complessità e bellezza, offrono uno spazio ideale per la riflessione e l'autoconsapevolezza, elementi chiave nello sviluppo della competenza emotiva e relazionale. La capacità di comprendere e gestire le proprie emozioni, così come quelle degli altri, è fondamentale per chi opera in questi contesti, dove l'empatia, la comunicazione e la relazione sono pilastri del lavoro quotidiano. L'esperienza immersiva nella natura consente, infatti, di staccarsi dalle pressioni e dallo stress della vita lavorativa, favorendo un processo di introspezione che può portare a una maggiore consapevolezza delle proprie reazioni emotive e comportamentali. Il benessere personale, influenzato in parte anche dall'ambiente in cui si lavora, si riflette nel rapporto con i pazienti: il contatto con la

natura infatti amplifica la capacità di ascolto e la disponibilità, qualità fondamentali per una relazione terapeutica efficace. Oltre all'aspetto emotivo, la natura, con le sue dinamiche complesse e spesso imprevedibili, incoraggia i professionisti a sviluppare soluzioni innovative, stimolando un pensiero critico, creativo e flessibile, a migliorare la concentrazione e la lucidità, a gestire situazioni di emergenza con maggiore calma e precisione. Questo non solo migliora la salute psicofisica, ma riduce anche il rischio di errori clinici, favorendo decisioni più ponderate.

Pertanto, un ambiente in cui le esperienze naturali sono parte integrante della formazione e della pratica quotidiana professionale può avere un impatto profondo e multidimensionale sulle loro competenze e sulla qualità dell'assistenza fornita. Nello specifico possiamo individuare:

Riduzione del burnout;

Miglioramento della concentrazione;

Approccio olistico alla cura del paziente: la connessione con la natura può aiutare i professionisti a sviluppare un approccio più empatico e centrato sulla persona. Questo contatto rafforza l'importanza di considerare il paziente nella sua interezza, non solo dal punto di vista fisico, ma anche mentale e emotivo.

Miglioramento del benessere psicosociale: i luoghi di lavoro che incorporano esperienze naturali tendono a promuovere un migliore equilibrio tra vita professionale e personale.

Gli spazi verdi si configurano anche come luoghi di incontro e scambio di informazioni tra diverse figure professionali, incoraggiando la collaborazione e la relationship.



Figura 13 Elaborazione IA di uno spazio comune in un healing garden

L'interesse crescente per l'integrazione della natura nei luoghi per la salute e nei centri socio-sanitari ha portato allo sviluppo di nuove aree di studio e formazione. I professionisti che scelgono di approfondire l'uso terapeutico degli spazi verdi possono acquisire nuove competenze specialistiche che non solo arricchiscono il loro profilo professionale, ma rispondono anche a una crescente domanda di terapie alternative e complementari che guardano al paziente nel suo insieme, considerando tanto la dimensione psico-fisica quanto quella emotiva e ambientale (Fogliani & Mottura, 2013; Delendi, 2015; Bergonzoni & Guerra, 2024). Ad esempio, la terapia orticolturale, che prevede l'introduzione del giardinaggio come parte della terapia, è utilizzata in contesti di riabilitazione per anziani, pazienti con disturbi cognitivi o persone affette da disabilità fisiche. I professionisti, imparando a utilizzare queste tecniche, sviluppano competenze aggiuntive che li rendono più versatili e in grado di rispondere alle esigenze di un numero maggiore di pazienti. Quali sono dunque le opportunità che il giardino può offrire sul versante della relazione con l'altro? L'affettività è, certamente, la struttura portante di ogni diversa forma di cura perché in essa sono coinvolte le emozioni di chi cura e quelle di chi è curato (Borgna, 2001, 2019). L'agire riflessivo che consente al professionista di costruire nuove forme di sapere, a partire dalla pratica dell'esperienza, anche mediante l'attenzione, l'ascolto empatico e il coinvolgimento emotivo vissuto per l'altro e con l'altro «alimentare il contesto di quei sentimenti positivi, come la fiducia e la speranza, che aiutano a vivere il tempo della sofferenza» (Mortari, 1998, p. 87). In questo senso, il giardino, l'orto e la natura inserita in un contesto di cura rappresentano una occasione di incontro in cui le capacità di ascolto dell'altro possono essere espresse e rese manifeste che la sola conoscenza scientifica, privata del richiamo alla componente emozionale e espressiva, non riesce a

raggiungere. Si tratta in sostanza di avere cognizione della continuità che il bello proietta sulla nostra esistenza e sui diversi modi di porsi e di relazionarsi da parte dell'uomo, essendo quella forma che concorre, insieme al bene e al vero, a dare consistenza e spessore al nostro modo di essere nel mondo (Musaio, 2007). Come dimensione propria e appartenente all'educabilità umana, ci spinge a indagare e a investire la persona di un'attenzione sia sul piano del sentire, sia sul piano delle interazioni più ampie che essa è in grado di instaurare con la sfera relazionale.

## Conclusione

I giardini curativi sono progettati per evocare un senso di bellezza e armonia, stimolando emozioni positive e promuovendo il benessere psicofisico. L'organizzazione estetica di questi spazi—che include colori, forme, suoni e profumi—diventa un modello tangibile di "ordine" e "armonia", rendendo il bello non solo percepibile ma anche terapeutico, stimolando un senso di pace e rispetto per l'ambiente e rafforzando la connessione tra estetica ed etica. Per i professionisti l'interazione con i giardini curativi diventa una forma di apprendimento esperienziale; il bello non è solo percepito, ma anche interiorizzato come valore, insegnando il rispetto per le emozioni e i bisogni altrui. Gli studi sugli *healing gardens* mostrano risultati positivi sulla salute dei pazienti e sull'efficienza delle strutture sanitarie. Questi giardini, progettati con attenzione, offrono un supporto terapeutico per diverse patologie. Le linee guida per la loro progettazione si basano su prove scientifiche, ma ulteriori ricerche sono necessarie per approfondire l'analisi quantitativa dei benefici. Il percorso di riflessione pedagogica intorno alle componenti estetiche e al concetto del bello risulta dunque particolarmente rilevante in un'epoca in cui spesso si tende a ridurre l'estetica a schemi superficiali o estetizzanti. Un approccio autentico sul tema invita a una considerazione più profonda e complessa, che riguarda la dimensione dell'educabilità umana in senso ampio. La ricerca del e verso il bello può delinearci in questa direzione come uno dei possibili percorsi per esplorare le possibilità dell'essere educabile e accrescerne la dimensione significativa della propria esistenza (Bonometti, 2023; Mortari, 2024). La capacità di percepire e apprezzare il bello educa l'essere umano non solo a un senso estetico, ma anche a un orientamento etico: il bello evoca un ordine, una struttura armoniosa che richiama il rispetto, la giustizia, e in ultima analisi, il bene.

## Bibliografia

- Astell-Burt, T., Mitchell, R., & Hartig, T. (2014). The association between green space and mental health varies across the lifecourse. A longitudinal study. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 68(6), 578–583. <https://doi.org/10.1136/jech-2013-203767>
- Barbiero, G., & Berto, R. (2016). *Introduzione alla biofilia: La relazione con la natura tra genetica e psicologia*. Carocci.
- Bartolommei, S. (1990). L'«etica della terra» di Aldo Leopold. *Global Bioethics*, 3(10), 61–70. <https://doi.org/10.1080/11287462.1990.10800555>
- Basu, A., Duvall, J., & Kaplan, R. (2019). Attention Restoration Theory: Exploring the Role of Soft Fascination and Mental Bandwidth. *Environment and Behavior*, 51(9–10), 1055–1081. <https://doi.org/10.1177/0013916518774400>
- Battaglia, L. (2002). *Alle origini dell'etica ambientale: Uomo, natura, animali in Voltaire, Michelet, Thoreau, Gandhi*. Dedalo.
- Bonometti, S. (2023). Prendersi cura di chi cura: arte e natura come mediatori per la formazione degli operatori sanitari. *Education Sciences & Society*, 2, 169-178. Doi: 10.3280/ess2-2023oa16366
- Borghini, C. (2007). *Il giardino che cura: il contatto con la natura per ritrovare la salute e migliorare la qualità della vita*. Giunti
- Botta, M. (2023). Design of natural places for care: strategies and case studies. In *Therapeutic Landscape Design: Methods, Design Strategies and New Scientific Approaches* (pp. 33-46). Springer
- Borgna, E. (2001). *L'arcipelago delle emozioni*. Feltrinelli.
- Borgna, E. (2019). *Le parole che ci salvano* (6. ed). Einaudi.



- Botta, M. (2023). Design of Natural Places for Care: Strategies and Case Studies. In S. Capolongo, M. Botta, & A. Rebecchi (A c. Di), *Therapeutic Landscape Design* (pp. 33–46). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-031-09439-2\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-031-09439-2_4)
- Bratman, G. N., Olvera-Alvarez, H. A., & Gross, J. J. (2021). The affective benefits of nature exposure. *Social and Personality Psychology Compass*, 15(8), e12630. <https://doi.org/10.1111/spc3.12630>
- Burton, A. (2014). Gardens that take care of us. *The Lancet Neurology*, 13(5), 447–448. [https://doi.org/10.1016/S1474-4422\(14\)70002-X](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(14)70002-X)
- Capra, F. (1989). *Il punto di svolta: Scienza, società e cultura emergente* (4a ed). Feltrinelli.
- Cellucci, C., & Di Sivo, M. (2023). *Spazi terapeutici di prossimità: Un approccio multiscale alla riabilitazione, prevenzione e benessere*. Pisa University Press.
- Cooper Marcus, C., & Valente, R. (2015). Healing gardens: Design processes and realizations of beneficial environments. *TECHNE - Journal of Technology for Architecture and Environment*, 180-190 Pages. <https://doi.org/10.13128/TECHNE-16120>
- Cooper Marcus, C. & Barnes, M. (1999). *Healing gardens: therapeutic benefits and design recommendations*. John Wiley & Sons.
- Copeland, D. (2021). Brief Workplace Interventions Addressing Burnout, Compassion Fatigue, and Teamwork: A Pilot Study. *Western Journal of Nursing Research*, 43(2), 130–137. <https://doi.org/10.1177/0193945920938048>
- Cordoza, M., Ulrich, R. S., Manulik, B. J., Gardiner, S. K., Fitzpatrick, P. S., Hazen, T. M., Mirka, A., & Perkins, R. S. (2018). Impact of Nurses Taking Daily Work Breaks in a Hospital Garden on Burnout. *American Journal of Critical Care*, 27(6), 508–512. <https://doi.org/10.4037/ajcc2018131>
- D'Angelo, P. (2023). *Estetica della natura: Bellezza naturale, paesaggio, arte ambientale*. edigita.
- Delendi, M. L. (2015). *Il progetto di paesaggio come dispositivo terapeutico*. Gangemi Editore spa.
- Dinu Roman Szabo, M., Dumitras, A., Mircea, D.-M., Doroftei, D., Sestras, P., Boscaiu, M., Brzuszek, R. F., & Sestras, A. F. (2023). Touch, feel, heal. The use of hospital green spaces and landscape as sensory-therapeutic gardens: A case study in a university clinic. *Frontiers in Psychology*, 14, 1201030. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1201030>
- Farnè, R., Bortolotti, A., & Terrusi, M. (2018). *Outdoor education: Prospettive teoriche e buone pratiche*. Carocci.
- Fogliani, L.B.S., & Mottura, G. (2013). *Coperture verdi*. Maggioli Editore. [https://doi.org/10.1016/0272-4944\(95\)90001-2](https://doi.org/10.1016/0272-4944(95)90001-2)
- Gerlach-Spriggs, N., & Healy, V. J. (2019). Rehabilitation and Gardens. *A Journal of Place*, 15(1), 15-19.
- Grimal, P. (2005). *L'arte dei giardini. Una breve storia*. Donzelli Editore.
- Gibson, J. J., & Santarcangelo, V. (2014). *L'approccio ecologico alla percezione visiva*. Mimesis.
- Hillman, J., & Bottini, A. (2022). *Il codice dell'anima carattere, vocazione, destino* (17a ed). Adelphi.
- Jimenez, M. P., DeVille, N. V., Elliott, E. G., Schiff, J. E., Wilt, G. E., Hart, J. E., & James, P. (2021). Associations between Nature Exposure and Health: A Review of the Evidence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4790. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094790>
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: a psychological perspective*. Cambridge University Press.
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: toward an integrative framework. *Journal of environmental psychology*, 15,169-182.
- Leggero, R., & Gavinelli, S. (Eds.) (2020). *Salus in horto: il giardino come cura*. DeriveApprodi.
- Mortari, L. (2024). La formazione dei professionisti dell'educazione. *SCUOLA & FORMAZIONE*, 3, 20-24.
- Lewin, K., & Colucci, F. P. (2009). *La teoria, la ricerca, l'intervento*. Il mulino.
- Lopez, A. G. (2015). *Scienza, genere, educazione*. Angeli.
- Marcus, C. C., & Barnes, M. (A c. Di). (1999). *Healing gardens: Therapeutic benefits and design recommendations*. Wiley.

- Marino Bonaiuto. (2017). La psicologia ambientale in Italia: Evoluzione storica e prospettive di sviluppo. *Giornale italiano di psicologia*, 1, 9–50. <https://doi.org/10.1421/86901>
- Maslow, A. H. (1971). *Verso una psicologia dell'essere* ([2. ed.]). Astrolabio.
- Merchant, C. (2022). *La morte della natura: Donne, ecologia e rivoluzione scientifica* (P. Savoia, A c. Di; L. Sosio, Trad.). Editrice Bibliografica.
- Mortari, L. (1998). *Ecologicamente pensando: Cultura ambientale e processi formativi* (1. ed). Unicopli.
- Musaio, M. (2007). *Pedagogia del bello: Suggestioni e percorsi educativi*. FrancoAngeli.
- Nieberler-Walker, K., Desha, C., Bosman, C., Roiko, A., & Caldera, S. (2023). Therapeutic Hospital Gardens: Literature Review and Working Definition. *HERD: Health Environments Research & Design Journal*, 16(4), 260–295. <https://doi.org/10.1177/19375867231187154>
- Rogers, C. R. (2014). *Terapia centrata sul cliente*. La Meridiana.
- Steg, L., Berg, A. E. : van den, & De Groot, J. I. M. (2019). *Manuale di psicologia ambientale e dei comportamenti ecologici*. Edizioni F.S.
- Torre, S. (2013). *Dominio, natura, democrazia: Comunità umane e comunità ecologiche*. Mimesis.
- Ulrich, R. S. (1984). View Through a Window May Influence Recovery from Surgery. *Science*, 224(4647), 420–421. <https://doi.org/10.1126/science.6143402>
- Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201–230. [https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(05)80184-7)
- Venturi Ferriolo, M. (s.d.). Etiche del paesaggio. In *Oltre il giardino: Le architetture vegetali e il paesaggio / a cura di Gabriella Guerci, Laura Pelissetti, Lionella Scazzosi*. Leo S. Olschki. Recuperato 12 settembre 2024, da <https://doi.org/10.1400/185968>
- Yeo, N. L., White, M. P., Alcock, I., Garside, R., Dean, S. G., Smalley, A. J., & Gatersleben, B. (2020). What is the best way of delivering virtual nature for improving mood? An experimental comparison of high definition TV, 360° video, and computer generated virtual reality. *Journal of Environmental Psychology*, 72, 101500. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101500>