

Натурпсихотерапия — лечебное влияние природы в качестве фактора психотерапевтического процесса. В качестве лечебных факторов при общении человека с природой выступают, прежде всего, ее положительное влияние на организм человека, позитивное эмоциональное воздействие; седативный, отвлекающий, активизирующий и катарсический эффекты (под катарсисом при этом понимается не фрейдовское погружение в бессознательное, а «расширение границ индивидуального сознания до всеобщего... которое по-новому освещает индивидуальный опыт, прошлое человека, помогает ему увидеть свои отклонения и пагубные последствия» — Т. В. Флоренская, 1978). Главное же — эстетическое воздействие природы на человека, возвышающее, гармонизирующее его личность.

Н. Д. Творогова