

## ВЛИЯНИЕ ИНТЕРЬЕРА НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА

Марина ЧЕРНЫЙ

*Технический Университет Молдовы, Факультет Градостроительства и Архитектуры, Департамент  
Градостроительства и Городского Дизайна, Группа DIN-172, г.Кишинёв, Молдова*

Научный руководитель унив. преподаватель: Владимир Епурян, [epureanvladimir@gmail.com](mailto:epureanvladimir@gmail.com)

**Summary:** *It has long been determined by psychologists and observant people that the interior in which a person is located has a great influence on him. That is, in the same way as a person changes the interior, adjusting it to his own way and to your taste, the same way the interior is able to exert the opposite effect on the person.*

**Ключевые слова:** *психологическое влияние, жилой интерьер, цвет, человек, темперамент*

**Интерьер** - это неотъемлемая часть архитектуры, внутреннее пространство здания, а также отделка помещений. Начало истории интерьера зародилось с истории поселений человека. Так интерьер является неотъемлемой частью нашей жизни. Дома и на работе, в магазинах и кинотеатрах, в домах отдыха и отелях, и даже в метро - везде нас окружает интерьер. Его задачи могут быть абсолютно разнообразными. Он может радовать, восхищать, шокировать или успокаивать, но главное, чтобы интерьер дарил людям эмоции. Хорошо продуманный, интересный, необычный интерьер никого не оставит равнодушным. Интерьер можно разделить на 2 основные группы — общественный и жилой.

Интерьер любого общественного учреждения - это отражение жизни современного человека. В отличие от жилых интерьеров, общественные интерьеры отличаются некоторыми особенностями. При проектировании квартиры владелец помещения, по возможности создает для себя комфортные условия. При проектировании общественных мест интерьер помещения содержит такую информацию, какой будет целевая аудитория учреждения. Индивидуальность человека отражается в интерьере его дома, а индивидуальность общества - в городской архитектуре и дизайне общественных пространств. Общественный интерьер создает определенное информационное пространство, которое можно увидеть сначала во внешнем виде помещения, а затем и в сознании человека. Это пространство создает эмоциональный и психологический фон, который еще называют атмосферой помещения.

Жилой интерьер - это своеобразный портрет человека, живущего в нем. Такой интерьер может многое рассказать о характере своего владельца, о его интересах и вкусах, социальном статусе и психологическом типе. Жилые интерьеры могут быть созданы самостоятельно, а могут быть выполнены профессиональным дизайнером. В этом случае главная задача дизайнера - максимально подробно выяснить пожелания, привычки, характер и тип заказчика. Психологи, в результате многочисленных исследований, давно пришли к выводу, что интерьер, в котором живет человек, оказывает серьезное влияние на его состояние. Поскольку, с точки зрения психологии, дом является аналогом материнской утробы, где нам в свою очередь должно быть тепло, сытно и безопасно, то есть дом должен удовлетворять основные потребности человека. Например, возьмем двух братьев-близнецов и поместим одного из них в классический интерьер, где все уложено, везде изящество и великолепные формы безупречной лепнины. А второй будет помещен в небольшую квартиру, где нет полного дизайна и все создано для того, чтобы создать беспорядок. Через пару лет дизайн окажет на них такое влияние, что эти два брата-близнеца будут иметь разное восприятие относительно порядка и самоощущения. В дальнейшем если им дать новые квартиры или дома и позволить создать интерьеры на свой вкус, то скорее всего они воссоздадут предыдущий уютным им интерьер.

По мнению психологов, при выборе и разработке интерьеров особое внимание следует уделять следующим факторам:

**1. Освещение** играет важную роль в формировании атмосферы так как еще может быть самостоятельной частью декора. Чем больше света в комнате, тем большей по размерам она кажется. Тусклое освещение может негативно влиять на психоэмоциональное состояние людей, погружая их в депрессивное состояние. Более того, постоянное нахождение в недостаточно освещенном помещении может способствовать развитию физиологических проблем.

Правильная организация света в квартире:

В **прихожей** свет должен быть достаточно ярким. Для этого достаточно потолочного освещения и яркой лампы рядом с зеркалом.

В **гостиной** рекомендуется построить многоуровневое освещение. Люстра на потолке может иметь несколько уровней интенсивности. Кроме того, лучше иметь специальные источники света для разных зон-торшеры, бра, светильники.

В **спальне**, помимо основного источника света на потолке, удобно иметь настольную лампу на прикроватной тумбочке, которую можно подстраивать под положение человека.

В **кухне** следует использовать дополнительные лампы дневного света, освещающие рабочее пространство.

**2. Дизайн межкомнатных дверей.** Модные тенденции в дизайне интерьеров все чаще предполагают формирование единого открытого пространства в домах. Это выражается в квартирах и домах-студиях, где почти нет дверей и перегородок. Но с этим видением не согласны психологи, которые считают, что человеку комфортнее создавать замкнутое пространство с помощью межкомнатных дверей, дающих ощущение собственной безопасности и спокойствия.

**3. Цветовые решения в интерьере.** Цвет стен вокруг нас определяет настроение и психологическое состояние на весь день. Ежедневное присутствие в комнате определенного цвета может формировать отношение к жизни и окружающим в целом. Теплые оттенки создают уют и комфорт, а холодные-ощущение чистоты и простора. Конечно, следует избегать ярких, насыщенных цветов в домашнем интерьере, чтобы не допустить появления тревожного или даже агрессивного настроения.

Однако есть и нюансы, которые необходимо отметить

**Белый** цвет - создает ощущение легкости, так что почти всем в нем комфортно.

**Желтый** цвет - обычно поднимает настроение, он дает ощущение тепла и простора.

**Красный** - самый горячий из всех цветов, он хорош как акценты в интерьере, но когда его слишком много, он может вызвать перевозбуждение нервной системы.

**Фиолетовый** цвет в интерьере поможет расслабиться после напряженного дня.

**Синий** цвет хорош для просторных комнат, так как создает ощущение спокойствия и умиротворения.

**Зеленый** цвет успокаивает, идеально подходит для спальни.

**Серый** цвет часто вызывает апатию и скуку.

**Коричневый**-очень "домашний" и "уютный" цвет. Он создает атмосферу тепла и семейного очага.

Интересный факт был выявлен исследованиями в области цвета, которые показали, что если положить букет желтых цветов на рабочий стол, человек начинает лучше соображать и его память улучшается. В старые добрые времена монастыри часто использовали эту технику на практике-для развития памяти. На коричневый (деревянный) стол клали несколько темно-вишневых переплетов и ставили вазу с желтым цветком, тем самым, активизируя долговременную память. В такой обстановке очень хорошо изучать новые материалы и готовиться к экзаменам.

Но надо быть осторожным: если повесить желтую картинку над рабочим столом, могут начаться провалы в памяти. Это потому, что речь идет не только о цвете, но и о форме и объеме.

#### **4. Форма предметов.**

**Прямоугольная форма**-привычная для человеческого восприятия, которая способствует комфортному пребыванию в помещении, создавая ощущение завершенности и защищенности.

**Круглая форма** способствует чувству внутренней гармонии. Объекты такой формы менее склонны привлекать к себе внимание и создавать атмосферу комфорта.

**Предметы необычной формы** менее пригодны для комфортной жизни, так как они постоянно акцентируют внимание на тех областях пространства, в которых расположены, а также создают атмосферу тревоги и таинственности.

Важную роль в оформлении интерьера для того, чтобы чувствовать спокойствие и гармонию играет темперамент хозяев дома. Существует четыре основных типа темперамента: *холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик*.

*Сангвиники* - самые энергичные, жизнерадостные и трудоспособные люди. Жилье для таких людей должно быть просторным, иначе они будут испытывать дискомфорт. Если комната слишком мала и не хватает свободного пространства для перемещения, то всю лишнюю мебель придется убрать. Настенные зеркала помогут оптически расширить помещение. Так как сангвиники очень энергичны, в дизайне интерьера должны преобладать яркие цвета, такие как желтый и оранжевый. Даже в сдержанном японском стиле или в "хай-тек" сангвиники обязательно добавят несколько ярких пятен.

*Холерики* всегда находятся в движении, постоянно что-то ищут и стремятся к новым открытиям. Единственное место, где холерик может умерить свой живой темперамент, - это его дом, поэтому домашняя обстановка должна успокаивать хозяина. Зеленый цвет обладает этим свойством, и многие дизайнеры выбирают именно этот цвет при оформлении интерьера в жилище холерика. В качестве стиля оформления можно выбрать "кантри" или "хай-тек".

Для *меланхоликов* дом - это еще и крепость, где можно защититься от внешнего мира. У человека такого типа обязательно должен быть "любимый уголок" в доме, а еще лучше если их будет несколько. В таких "уютных уголках" он может уединиться, даже если живет с шумными домочадцами. Рабочая зона в таком доме должна быть яркой и насыщенной, а остальное пространство в доме должно быть сдержанным. Меланхолики любят стиль интерьера с обилием деталей, таких как "Бидермейер" или "барокко".

Для *флегматиков* в этом мире главное-стабильность и надежность, поэтому такие люди, обычно предпочитают стабильную, большую мебель. Их основные цвета-спокойные оттенки серого, коричневого и синего. Рабочая зона для флегматиков должна быть оформлена в ярком стиле, например, в стиле "этно". А остальная часть дома может быть обставлена в экологическом стиле.

#### **Заключение**

Ощущение внутреннего комфорта человека, находящегося в комнате, является залогом его психологического равновесия и здоровья. Многие научные исследования подтверждают мнение, что даже гармония взаимоотношений между людьми, постоянно находящимися в этих помещениях, зависит от хорошо выстроенного интерьера. Неправильное размещение предметов мебели, кричащий цвет обоев или цвет стен могут значительно ухудшить психоэмоциональное состояние людей и даже ослабить их здоровье. Одним из важнейших для психологического состояния человека является обустройство его личного пространства в доме, то место, где интерьер подчеркивает личность человека, наилучшим образом отражается на его эмоциональном состоянии, так как это наиболее комфортно для него.

**Conducător:** lect. univ. Vladimir EPUREAN

**Литература:**

1. НЕСТЕРЕНКО О.И. *Краткая энциклопедия дизайна. Молодая гвардия*. Москва. 1994
2. БУЙМИСТРУ Т.А. *Колористика. Цвет - ключ к красоте и гармонии*. Ниола-Пресс, 2008
3. ЧИН Ф, БИНЖЕЛЛИ К. *Дизайн интерьера*. Издательство: Клуб семейного досуга, 2008

**Веб-ссылки:**

1. «Интерьер» [Интернет] Доступно: <https://www.bestreferat.ru/referat-108866.html>
2. *Влияние интерьера на психологическое состояние человека* [Интернет] Доступно: <https://vocabulary.ru/news/2016-10-31/vlijanie-interera-na-psihologicheskoe-sostojanie-cheloveka.html>