

# ПСИХОДИЗАЙН – ОСНОВА СОЗДАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНО-КОМФОРТНОГО ИНТЕРЬЕРА ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЙ

Док.арх., доцент Татьяна БУЙМИСТРУ, магистрант Екатерина ЖИРНОВА

Технический Университет Молдовы

***Abstract:** This article discusses the latest trend in the field of design – psycho-design. Psycho-design is an applied science that helps to design individually comfortable and emotionally safe environment subject. Modern comfortable interior living spaces that are based on psycho-design are the agreement of design solutions and psycho-physiological characteristics and needs of the individual.*

***Cuvinte cheie:** psycho-design, psychology, physiology, interior design, geomantik, ecology, personality type, architectural style*

Архитектуру иногда поэтически называют застывшей музыкой. И действительно, влияние внешнего облика здания, и, особенно, его внутреннего пространства - интерьера на человеческую психику сопоставимо с воздействием мелодии. «Музыка» интерьера способна стимулировать и разрушать, настраивать на радость и успех, покой или активность, снимать или усугублять внутренние проблемы человека, семьи, коллектива. Психоэмоциональное и физическое состояние человека нередко зависит от цвета и степени освещённости помещений, формы и фактур материалов, мебели и декора, качества воздуха и температуры и т.д. То есть, не только человек может влиять на интерьер, но и сам интерьер имеет такую же психологическую власть над человеком.

Создать индивидуальный дизайн-проект интерьера для конкретного человека можно только на основе объективной, научно-обоснованной информации и методики, объединяющей принципы психологии и дизайна. Психодизайн – это как раз и есть наука адаптации интерьеров, архитектурных и ландшафтных форм под конкретного человека, его психологические особенности и потребности. Известный французский архитектор Ле Корбюзье говорил: «Дом будет не только «машиной для жилья», но и станет поддерживать психическое здоровье его обитателей». Психологический дизайн является комплексным подходом, который рассматривает человека и его жизненное пространство, как неделимую целостную систему, развивающуюся по определённым закономерностям, оказывающую влияние на все аспекты жизни человека.

Психодизайном называют такое дизайнерское направление, которое позволяет создавать комфортные и эстетичные, эргономичные и экологичные интерьеры, которые бы не просто отражали определенный стиль или вкус, но подходили бы под психологический портрет одного конкретного человека или семьи в целом.

Использование основ психологии в дизайне интерьера известно давно. Наиболее известные практики пришли с востока – это довольно распространенные методики «фэн-шуй», «дзен», «васту-шастра». Но эти методики основываются даже не на психологии, а скорее на философии жилища, нашедшие среди европейцев много поклонников, однако они не совсем привычные для нашего образа жизни.

Основы европейского психодизайна заложил в 60-е годы XX века голландец Питер Ван Гог (дальний родственник знаменитого художника). Именно Питер Ван Гог был причастен к проекту города со «счастливым климатом», вместе с изрядным количеством европейских архитекторов, психологов, врачей, социологов. Этот оптимальный климат предлагали создавать сочетанием целого ряда параметров – физических, экономических, эстетических, социальных и психологических. Именно так собственно и появился психодизайн.

Большое влияние на внедрение психодизайна оказали российские ученые Института медико-биологических проблем и Института авиационно-космической медицины. Правда, сначала речь шла совсем не об «умных» домашних интерьерах, а о выживании человека в экстремальных условиях - в космическом корабле, на подводной лодке. А главной задачей было вписать человека в чуждую

ему среду, нейтрализовать ее негативное воздействие и сделать так, чтобы он чувствовал себя там максимально комфортно.

Специальная технология конструирования среды обитания в зависимости от психологических характеристик человека была запатентована в 2000 году и получила название «психодизайн». Создатели этого научного направления – Владимир Ружейников, доцент Института медико-биологических наук, исследователь и консультант в области создания интерьеров для экстремальных сред, и Игорь Попович, профессор Государственной Академии Театрального Искусства, мастер нейролингвистического программирования. Обобщив накопленный опыт, они пришли к выводу, что при разработке самых обычных интерьеров тоже неплохо было бы учитывать психологические типы их обитателей. Так появилась профессия психодизайнера — «переводчика» с языка психологии на язык проектирования интерьеров.

Сегодня специалистам - психодизайнерам, на вооружении которых новейшие технологии и достижения психологии, медицины, лингвистики, экологии, эргономики, вполне по плечу задача спланировать для заказчика практически идеальное жилище, то есть, индивидуально комфортное жилище для конкретного человека или целой семьи.

Являясь полисемантическим термином, психодизайн интерьера объединяет в себе множество аспектов, таких как: психология, физиология, дизайнерское проектирование, геомантика, экология и прочее.

**Психология.** Большинство людей, обустроявая своё жилище, следует исключительно собственным вкусам, привычкам и пристрастиям. Поэтому каждый дом – это психологическое отражение хозяина, отпечаток его характера, темперамента, мировоззрения. За много лет существования психологии было предпринято множество попыток классифицировать человечество по различным признакам, в последние же годы эти классификации были успешно соотнесены и с типами дизайна.

Четыре ярких психотипа личности или темперамента описал ещё древнегреческий философ Гиппократ. Это - холерики, сангвиники, меланхолики и флегматики. Они настолько особенные, что комфортными считают совершенно разные обстановки.

**Холерик** – это человек, которому свойственны: высокий уровень психической активности, энергичность действий, резкость, стремительность, сила движений, их быстрый темп, порывистость. Данный темперамент характеризуется сильными, быстро возникающими чувствами, ярко отражающимися в речи, жестах и мимике. Холерики способны принимать смелые решения и не боятся экстравагантности. Атмосфера их дома должна способствовать «охлаждению» этого безудержного темперамента. В стремлении постоянно что-то менять, обновлять, преодолевать инерцию жизни холерик часто меняет свой интерьер.

**Сангвиник** – это человек, которому свойственны: высокая психоаналитическая активность, энергичность, работоспособность, быстрота и живость движений, разнообразие и богатство мимики, быстрый темп речи. Эмоции у сангвиника преимущественно положительные, они быстро возникают и быстро сменяются. Они обладают ровным жизнерадостным характером, всё время заняты полезным делом, любознательны, общительны, всегда готовы прийти на помощь. Сангвиники предпочитают в своём интерьере яркие цвета и изобилие красок. Они не боятся смелых и сочных сочетаний, так как им комфортно в любом цветовом окружении. Просторное помещение, малое количество мебели, яркие краски, много стекла и зеркала – жилище наиболее комфортное для данного типа характера.

**Флегматик** – это человек, обладающий низким уровнем психической активности, медлительностью, невыразительностью мимики. Он редко выходит из себя, не склонен к аффектам. Однако ему свойственны: ровность, спокойствие, выдержка, иногда вялость, безучастность к окружающим, лень. Люди с данным типом характера спокойны и невозмутимы, уравновешены и неэмоциональны. Тепло и домашний уют – главные качества интерьера для флегматика. Флегматики уважают традиции, неохотно расстаются со старыми вещами, пытаются украсить пространство предметами, которые являются частью воспоминаний. Тёплые и пастельные тона, стекло, мрамор, натуральное дерево – приживутся в этом доме. Современный чересчур эксцентричный дизайн не для флегматиков.

**Меланхолик** – это человек, легкоранимый, склонный глубоко переживать даже незначительные неудачи, но внешне вяло реагирующий на окружающее. Для меланхоликов характерен: низкий уровень психической активности, замедленность движений, сдержанность моторики и речи, а также быстрая утомляемость. Их отличают высокая эмоциональная чувствительность, глубина и устойчивость эмоций при слабом внешнем выражении, причём преобладают отрицательные эмоции. Свой дом для них – это крепость, убежище от внешнего угрожающего мира. Но в то же время они очень эмоциональны. Эти люди внешне отличаются задумчивостью, погружённостью в себя, их взгляд

обращён внутрь. Но, несмотря на это они романтичны и сентиментальны. В их доме спокойно и комфортно. В доме меланхолика много разных уютных уголков и зон для собственного расслабления и комфорта.

Данные четыре типа темперамента выделяют современные психологи. Однако они настаивают на том, что в людях часто сочетаются черты нескольких типов, один из которых выражен сильнее, а другой слабее.

Создание интерьера, в котором человек чувствует себя максимально комфортно, требует проведения ряда тестов и психологических исследований. Например, существует стандартный цветовой психологический тест Люшера, методика семантического дифференциала и другие исследования, которые позволяют составить психологический портрет человека: определить темперамент, особенности мышления и личности.

Для создания комфортного интерьера необходимо учитывать также множество других психологических аспектов. Таких, как: гендерный признак, состав семьи, род деятельности человека.

У мужчин и женщин различное восприятие мира. Женский мозг отличен от мужского в восприятии пространства. Как известно у женщины лучше развито периферическое зрение. Мужчине важно, чтобы все необходимые предметы были на виду, женщине же свойственно зонировать помещения так, чтобы жилище выглядело более чистым и открытым. В связи с тем, что мужчины и женщины по-разному относятся к окружающему пространству, необходимо учитывать в интерьере эти особенности психики.

Иногда под одной крышей в доме живут разные поколения – дети, родители, бабушки с дедушками, то есть – люди разного возраста. Их различные типичные психологические характеристики также необходимо учитывать в создании психологически комфортного интерьера для всех и каждого в отдельности.

Есть и еще одна классификация, старая как мир. Это - «физики» и «лирики». Аналитический склад ума у «физиков» побуждает их уделять внимание каждой мелочи – оттенкам цвета, деталям декора. Идеал же «лириков» — пресловутый «художественный беспорядок», образующийся стихийно. Необходимость жить посреди застывших дизайнерских изысков, невозможность что-либо изменить в раз и навсегда заведенном порядке, внесет в душу «лирика» немалый дискомфорт.

Классификация людей по различным признакам, в том числе в соответствии с предпочтительным каждому индивидууму типом дизайна – одна из наиболее успешных находок современной психологической науки последних лет.

**Физиология.** Психология и физиология человека взаимосвязаны. Они «идут по жизни рука об руку» и ведут за собой человека. Проявление любой болезни на физиологическом уровне - результат психологического состояния, отклонение от нормы психики человека. Профессиональный психодизайнер никогда не посоветует выполнить интерьер спальни в холодных синих тонах человеку, у которого проблемы с почками, зная также, что он склонен к частым депрессиям. Учет физиологического состояния человека очень важный аспект при создании психодизайна интерьера, благотворно влияющего на здоровье человека.

**Дизайнерское проектирование интерьера.** Дизайн интерьера начинается с планировки помещений, с создания определенной объемно-пространственной структура внутреннего пространства. Варианты пространственной планировки можно свести к двум основным типам: закрытый и открытый интерьер. Интерьер закрытого типа подразумевает четкое и фиксированное деление единого целого на несколько изолированных комнат, каждая из которых выполняет определенную функцию. Открытый интерьер, напротив, является дизайнерским воплощением концепции доступного общества, демонстрирующего своего рода жизнь напоказ, активный, динамичный и коммуникабельный стиль поведения. Тем, кто предпочитает уединение, избегает шумных компаний и социальных контактов, подойдет интерьер закрытого типа, а у людей, привыкших постоянно находиться в центре внимания и стремящихся к максимальному расширению круга знакомств, подобный выбор нередко ассоциируется с психологической камерой-одиночкой.

Немаловажными аспектами в создании интерьера является также учет высоты потолков, размеры и расположение окон и др.

Архитектура здания так же подразумевает архитектурный стиль, который влияет на стиль интерьера и должен соответствовать предпочтениям будущего владельца жилья. Здания, выполненные в исторических традициях или связанные с этнокультурным наследием, обладают рядом характеристик, влияющих и на интерьер. Это могут быть арочные окна, высокие дверные проемы с фрамугами, большие пространства с высокими потолками. Современные стили также обладают рядом характеристик. Это, в основном, прямые строгие формы, ленточное или витражное остекление. При

создании дизайн-проекта следует учесть то, что различные психологические типы предпочитают различные виды стилей. Если же они сами не могут сформулировать свои предпочтения, психодизайнер при помощи соответствующих тестов и опросников определяет стили, в которых человек будет себя чувствовать более гармонично.

Важнейшим аспектом является и цветовое решение, так как у каждого цвета своё влияние не только на психофизиологическое состояние человека, но и визуальное изменение пространства. Иногда помещение необходимо визуально увеличить или уменьшить, сделать длиннее или короче, выше или ниже, и правильные цветовые сочетания могут в этом помочь. Светлые и холодные цвета расширяют и открывают помещение, а теплые цвета имеют противоположное действие. Акцентные стены обеспечивают зонирование пространства и привлекают взгляд.

Важным аспектом является также и освещенность помещений. С точки зрения психодизайна самый благоприятный спектр - дневной свет и тот, который дает лучина. Существуют механизмы, которые могут смешивать различные цвета, добиваясь света, близкого по спектру к естественному, и распределять источники света малыми группами.

**Геомантика.** Психодизайн интерьера - это планирование практически идеального жилища, где предусмотрена нейтрализация отрицательных влияний среды для создания гармоничной атмосферы обитания. Например, в каждой квартире "прячутся" силовые линии и линии магнитного поля Земли. Размещенные на этих линиях предметы интерьера, как правило, подвержены большому износу, поломкам. А длительное нахождение человека в этой зоне также не добавляет ему здоровья. Чтобы избежать плохих последствий, достаточно просто передвинуть мебель, прежде всего - спальные места.

Психодизайнер владеет знаниями по определению и нейтрализации геопатогенных зон (магнитное излучение Земли, энергетических и водных потоков) в жилых помещениях, которые очень сильно влияют на самочувствие их хозяина.

**Экология.** Все более актуальными становятся и вопросы экологии при проектировании жилых помещений. Как известно, человек чувствует себя лучше в окружении экологически чистых материалов и близких к природе форм. Поэтому каждый человек старается обустроить свой маленький мир с максимальным комфортом и природной чистотой. Использование экологически чистых материалов не только защищает организм от вредных воздействий пластмасс и синтетических тканей, но и создает комфортные условия для проживания.

Зачастую психодизайн является единственным способом нейтрализовать негативное воздействие среды. Проводя большую часть времени в "дружелюбных" помещениях, можно добавить 5–10 лет жизни. Вряд ли они покажутся кому-либо лишними.

Психодизайн пока молод, но быстро развивается. Это направление приобретает все большую популярность у людей, которые следят за своим здоровьем и новациями в этой области. Так же, как привычка ходить к психологу незаметно входит в нашу жизнь, привычка приводить психодизайнера в пустую, еще необставленную квартиру скоро войдет в наш дом.

Карим Рашид - один из ведущих мировых дизайнеров интерьера, профессор Университета Искусств в Филадельфии, говорил о том, что лучшее, что создается сейчас в мире, не имеет материального измерения - это свободное время, стиль жизни, адаптация к окружающей среде. Поэтому роскошь в интерьере - еще не показатель гармонии и удовлетворения жизнью, а пройденный этап. Технология психодизайна позволяет, создавать индивидуально комфортную и эмоционально благополучную предметную среду для любого человека или целого коллектива. А она, в свою очередь, создаст наилучшие условия для достижения успеха, гармоничных отношений с окружающими, здоровой и полноценной жизни.

## Литература

1. Буймистру Т.А. *Колористика, Цвет – ключ к красоте и гармонии.* – М., «Ниола – Пресс», 2008.
2. Буймистру Т. А. *Цвет – ключ к здоровью и долголетию.* – Кишинев, «JR- MEDIA», 2010.
3. Сельченко К. *Конструирование счастья. Руководство по психодизайну* - М.,Харвест,2006.
4. Шляпникова И.А. *Проективные методы психодиагностики.*- ЮУРГУ,2005.