

УДК 658.512.23

ВЛИЯНИЕ ДИЗАЙНА ИНТЕРЬЕРА НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Ю. Прыткова, Н. Шкадина, Н. М. Качуровская
Астраханский инженерно-строительный институт,
г. Астрахань (Россия)

Вопрос правильно подобранного интерьера еще с древних времен интересовал человека. До нас дошли трактаты восточных ученых, описывавших искусство грамотного строительства домов и подбора внутренней обстановки, которое в настоящее время продолжается в ряде целого направления фэн-шуй.

Влияние интерьера на человека переоценить сложно. От дизайна интерьера зависит наше душевное состояние, здоровье. Поэтому нужно создать интерьер, в котором будет комфортно и приятно жить или работать, наполнить его гармонией и уютом.

Архитектор Ле Корбюзье, основоположник конструктивизма, придумал интересное определение человеческого жилья: идеальный дом должен быть «машиной для жизни», где все удобно, оптимально рассчитано и помогает максимальному раскрытию творческих способностей человека. Способов достижения подобного идеала достаточно много, но принцип, на котором они основаны, один: гармония цвета, формы и фактуры, которые

позволяют моделировать жилое пространство согласно желаниям его обитателей.

Наши предки, жившие в пещерах, не знали четких геометрических форм. Лишь с появлением способа обработки камня и дерева, а также с изобретением искусственных строительных материалов (таких как кирпич) комнаты приобрели привычную для нас форму – параллелепипед. Эти формы настолько вписались в нашу жизнь, что стали едиными для всех народов.

Благодаря такому единству восприятия форма оказалась определяющим элементом стиля. Сейчас стиль не навязывается экономическими процессами и политикой. Индивидуальность – вот основополагающая черта: от хай-тека до простого кантри, от классики до этнического стиля.

Мы можем выделить следующие принципы гармоничного композиционного сочетания форм и объектов в интерьере.

1. Простота

Простота облегчает восприятие. Знакомые формы и отдельные объекты воспринимаются легче, если четче отделены от общего фона.

2. Разделение по геометрической форме

Так, разные по форме предметы будут гораздо лучше смотреться на расстоянии друг от друга. Если же поставить рядом круглое кресло и квадратный журнальный столик, то они будут восприняты как единая композиция.

3. Законы симметрии

Элементы интерьера, размещенные по законам симметрии, воспринимаются единым целым.

Несмотря на то что форма остается основой интерьера, все же без фактуры и цвета она не будет оживлена. Есть правило, которое позволяет гармонично сочетать цвет и форму. Так, чем динамичнее интерьер, тем ярче в нем должны быть цвета, и наоборот. Верно и другое влияние: яркие элементы линейной формы на спокойном фоне делают интерьер более активным и подвижным.

Но и основными правилами использования цвета и формы нельзя пренебрегать. Так, например, пастельные тона будут неуместны в ночном клубе, а яркие вызывающие цвета – в спальне.

Также важно учитывать сочетаемость цветов и оттенков, чтобы их использование было гармоничным. Так, чтобы убрать «скудность» стен, выкрашенных в однотонный неярко цвет, достаточно добавить вертикальную узкую полосу, которая к тому же и увеличит высоту. Но вот 5–6 таких полос уже сделают интерьер вызывающим, излишне пестрым.

Темный контур усиливает цветовые эффекты, отделяет и объединяет цвета одновременно. Но здесь необходимо знать меру – этот цвет способен как выделить преимущества, так и подчеркнуть недостатки. Далее мы рассмотрим психологическое влияние цветов на человека.

Белый

Благотворный цвет. Означает чистоту и свободное пространство. Символ добра и справедливости. Придает бодрость, побуждает к действиям, концентрирует на себе внимание. В больших количествах не рекомендуется для спальни.

Черный

Любой цвет в сочетании с черным становится более ярким и выразительным, но обилие этого цвета в интерьере возможно только при отсутствии дефицита освещения.

Это цвет пустоты и отрицания. Внушает печаль, но может снимать усталость. Нежелательно увлекаться этим цветом.

Коричневый

Коричневый цвет в интерьере лучше всего подходит для мебели.

Успокаивает, снимает усталость, внушает чувство прочности и добротности, стимулирует фантазию. Лучше всего использовать его для активизации зоны богатства.

Серый

Серый спокоен и нейтрален, но сам по себе немного скучен, поэтому использовать в интерьере комнаты или дома только его нежелательно.

Цвет практичности и рассудительности, осторожности и недоверия. Для тех, кто любит уединяться и оставаться в тени. Гасит напряжение, но может внушать скуку.

Красный

У многих этот цвет ассоциируется с богатством, роскошью и красотой. Он имеет свойство возбуждать и поднимать настроение.

Очень активный цвет, означает радость, веселье и страсть, придает человеку силы, хорошо стимулирует и помогает проявить решительность.

Оранжевый

Этот цвет раскрепощает как в физическом, так и в духовном плане. Он располагает к общению, создает доверительную атмосферу и способствует гармонизации отношений.

Насыщает энергией и поднимает настроение, дарит уверенность и помогает плодотворно работать.

Желтый

Желтый цвет хорошо подходит для тех, кто ведет активный образ жизни, добавляет бодрости и оптимизма.

Символ радости, гармонии и веселья. Считается цветом-антидепрессантом, помогает добиваться успеха.

Зеленый

Действует успокаивающе, нейтрализует агрессивные эмоции.

Зеленый хорошо использовать в оформлении больших и светлых помещений.

Синий и голубой

Визуально светлые оттенки синего могут увеличить пространство, поэтому дизайнеры часто выбирают их для оформления маленьких помещений.

Очищает мышление, освобождает от тревог и страхов, позволяет услышать внутренний голос и принять правильное решение.

Фиолетовый

Считается, что это самый загадочный цвет. В жилых помещениях лучше использовать светлые его тона, так как слишком темные оттенки этого цвета утомляют.

Помогает найти гармонию, развивает сострадание.

Розовый

Это цвет заботы и любви, мягкий, сострадательный, жертвенный и дарящий добро. Снижает агрессию, расслабляет. Вызывает чувство комфорта, избавляет от навязчивых мыслей, помогает в кризисе.

На основе анализа изученного материала по влиянию дизайна интерьера на психоэмоциональное здоровье человека мы вывели некоторые правила, которых необходимо придерживаться при создании интерьера.

Правило 1. Использовать только экологически чистые материалы

Экологическая чистота дома определяется еще на этапе строительства. Лучше всего использовать такие материалы, которые приближают дом к периоду «пещерных людей»: дерево, солому, необожженную глину и т.д.

Следующими по экологичности являются природные камни осадочного происхождения. Об остальных материалах – стекле, металле, бетоне, пластике, смесях – и говорить не приходится. Не стоит «наряжать» свое жилье в новейшие изобретения человечества. Намного престижнее будет обустроить его с помощью материалов, подаренных нам самой природой. Существуют такие отделочные камни, которые не только украшают дом, но еще и положительно влияют на организм человека.

Правило 2. Озеленение интерьеров – лучший доктор

Многие женщины занимаются выращиванием цветов, причем делают это с удовольствием. Но практически никто не знает, какое влияние комнатные растения оказывают на здоровье. Базилик, кардамон, спатифиллум обладают обеззараживающим действием. Герань и лаванда помогают избавиться от головной боли, приводят в норму кровообращение. Такие растения, как драцена душистая, ройциссус и пиперомия, хорошо забирают из воздуха токсические вещества.

Лавр и хлорофитум улучшают пищеварение; последний вдобавок поглощает запахи и очищает воздух.

Но почти все эти растения обладают не только целебными свойствами. Приятный запах – еще одно достоинство комнатных цветов. И естественно, нужно помнить об «аптечке», которая должна быть в каждом доме. В нее входят алоэ, помогающее при воспалениях, каланхоэ, спасающее от простуды, и золотой ус, избавляющий от многих болезней.

Правило 3. Вещи в доме тоже должны быть целебными

Используем опять же принцип натуральности. Отличной альтернативой пластиковым контейнерам станут плетеные корзины, синтепоновые подушки лучше сменить на перьевые, металлические жалюзи – на плетеную циновку, а в текстильном оформлении хорошо бы отдать предпочтение простым тканям: льну, мешковине, ситцу.

Правило 4. Атмосфера творчества в интерьере квартиры

Отлично влияют на душевное состояние человека и результаты домашнего творчества: салфетки и наволочки, вышитые вручную, нарисованные своими руками картины, собранные букеты из сухоцветов, расписанные матрешки. Хотите более серьезное увлечение? Пожалуйста. Занимайтесь профессиональной художественной фотографией, обработкой камня, резьбой по дереву.

Правило 5. Не нанеси вреда

Это, пожалуй, наиважнейшее правило в дизайне интерьера квартиры. Вред от вашего интерьера может быть не меньшим, чем вред от неправильно принятого лекарства.

Для того чтобы ваше жилище было комфортным, постарайтесь избежать острых углов, темных и слишком ярких цветов, большого количества мелких или пестрых деталей, не стоит устанавливать в доме множество зеркал, а также лучше избегать прямого и резко направленного света, не допуская при этом недостаточной освещенности комнат.