

**Влияние интерьера на психологическое и физиологическое состояние  
индивида**

**Акишин А.В.<sup>1</sup>, Борисова М.Д.<sup>2</sup>**

*1 - Государственный университет - Высшая школа экономики, Факультет  
психологии, 2 - Государственный университет - Высшая школа экономики,*

*Факультет психологии, Москва, Россия*

*E-mail: akishin.alex@gmail.com*

Сегодня такое направление как дизайн развивается очень динамично, но иногда весьма непродуманно. Далекое не всегда дизайнерами учитываются особенности восприятия тех, кто будет находиться в помещении, зачастую недооценивается влияние цвета на психологическое и физиологическое состояние индивидов. Проблема восприятия цвета исследуется давно, также как и влияние цвета на физиологическом уровне, однако исследование влияния на психологическое состояние человека затруднено из-за индивидуальных различий и сложности психического аппарата. Если отвлечься от физиологической терминологии, которая превалирует в исследованиях о влиянии цвета, то можно опираться на одну из базовых шкал, более свойственную психологии, чем физиологии. Это шкала «тепло-холод», введенная в *художественный* обиход Кандинским [2]. Многочисленные наблюдения выявили общее влияние каждого цвета на человека, относящихся к тому или иному полюсу этих шкал. Г. Фрилинг и К. Ауэр [1] классифицировали цвета в зависимости от их психологического воздействия на человека:

1. Стимулирующие цвета («теплые»). Основное свойство этих цветов – вызывать возбуждение. К ним относится весь спектр цветов по хроматическому тону от красного до желтого и по светлоте (яркости) – в сторону белого. Эта часть спектра включает в себя яркие, насыщенные и светлые цвета. Они действуют раздражающе и возбуждающе, стимулируя интерес человека к внешнему миру, общению и деятельности.

2. Дезинтегрирующие цвета («холодные»). Основное свойство этих цветов – вызывание торможения. К ним относится весь спектр цветов от фиолетового до сине-зеленого. Это холодные, успокаивающие и снимающие возбуждение тона. Они увеличивают дистанцию, растягивают время, снижают эмоциональность и вносят в поведение человека рассудочность, рациональность.

Однако эти выводы были сделаны на основе наблюдений, экспериментальные же данные различаются в разных исследованиях, что позволяет нам обозначить проблему данного исследования как отсутствие согласованности экспериментальных данных с результатами теоретических работ в данной области.

Цель работы: исследование физиологического и психологического влияния цвета интерьера на человека.

Под физиологическим влиянием мы подразумеваем изменение давления и пульса, а под психологическим – изменение самочувствия, активности, настроения и уровня субъективного комфорта.

Гипотезы исследования:

1. «Теплые» цвета вызовут изменения в симпатической нервной системе, что должно отразиться в повышении уровня кровяного давления и пульса;

2. «Холодные» цвета понизят давление и пульс;

3. Красный цвет приведет нервную систему в состояние гипертонуса и понизит уровень активности и субъективного комфорта;

4. Синий введет человека в состояние пониженного тонуса, что вызовет снижение значений настроения и активности;

5. Желтый цвет вызовет повышение по шкале настроение;

6. Влияние цвета интерьера будет большим в отношении женщин.

Объект исследования: студенты московских ВУЗов.

Предмет исследования: влияние интерьера на психологическое и физиологическое состояние индивида.

В ходе исследования были реализованы следующие задачи:

- Изучены и проанализированы отечественная и западная научная литература, а также периодика для изучения общей разработанности вопроса о влиянии интерьера и цвета на человека;

- Разработан методический инструментарий для изучения взаимосвязи цветовой характеристики интерьера с психологическим и физиологическим состоянием человека;

- Разработана схема эмпирического исследования, позволяющая проверить гипотезу;

- Проверено предположение о наличии связи между преимущественным цветом интерьера и изменениями в психологических и физиологических характеристиках индивида;

- Проверено предположение о том, что различные цвета по-разному влияют на психологическое и физиологическое состояние индивида.

В данном эксперименте приняло участие 59 человек, 19 мужчин и 40 женщин в возрасте от 17 до 24 лет (средний возраст – 19,7 года). Все испытуемые являются студентами различных московских ВУЗов. Выборка была составлена на основе добровольного набора на участие в эксперименте. Разбиение испытуемых на группы происходило в порядке их зачисления в список участников и автоматическом перенесении в группу по цвету по следующей схеме: 1 – белый, 2 – желтый, 3 – зеленый, 4 – красный, 5 – синий, 6 – контрольная группа. Таким образом, была применена схема рандомизации.

Испытуемый приглашался в комнату, где располагались пять цветных кабинок (белая, желтая, зеленая, красная и синяя). Измерялось его кровяное давление и пульс, далее он заполнял опросники САН (Самочувствие-Активность-Настроение) и ИСК (Индекс Субъективного Комфорта), после заполнения опросников, испытуемый садился в цветную кабинку, где приступал к выполнению математических задач. Таким образом, математические задачи являлись моделью трудовой деятельности, на которой было сосредоточено сознание индивида, отвлекая тем самым от независимой переменной – цвета кабинки, в которой он находился. Это позволило нам создать необходимый временной интервал для того, чтобы произошло цветное воздействие. После решения задач, проводилось повторное измерение по методикам САН и ИСК, а также измерялись уровень кровяного давления и пульс.

В ходе работы были получены следующие результаты:

1. Были получены данные о значимых различиях в индексе субъективного комфорта до и после воздействия красного цвета в интерьере на человека. Была частично подтверждена гипотеза о направлении влияния красного цвета на психологическое состояние человека.

2. Частично была подтверждена гипотеза о влиянии синего цвета на человека. Наличие значимых различий по шкале «настроение» и отсутствие таковых по другим параметрам свидетельствует о специфичном влиянии синего цвета.

3. Не было выявлено значимых изменений в физиологических параметрах у двух групп испытуемых, выделенных по психологической температуре цвета, воздействовавшего на них.

4. Две другие гипотезы не подтвердились.

В качестве перспектив исследования можно ориентироваться на увеличение экологической валидности.

### **Литература**

1. Исаева М.В. Цветоведение и основы колористики. – Нижневартовск.: 2006.
2. Кандинский В.В. О духовном в искусстве. – М.: 1992.