

Человек и культура

*Правильная ссылка на статью:*

Трегубова О.В. Методика проектирования адаптивного дизайна интерьера комнат психологической разгрузки //

Человек и культура. 2025. № 2. DOI: 10.25136/2409-8744.2025.2.73983 EDN: KPANYT URL:

[https://nbpublish.com/library\\_read\\_article.php?id=73983](https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=73983)

## Методика проектирования адаптивного дизайна интерьера комнат психологической разгрузки

Трегубова Ольга Владимировна

ORCID: 0009-0000-6170-4296

преподаватель; Кировский филиал автономной некоммерческой организации высшего образования;  
Московский гуманитарно-экономический университет  
аспирант; кафедра дизайна; Институт Современного Искусства  
арт-директор; ООО дизайн-студия "Пять Звёзд"

г Киров, ул Чапаева, д 13, кв 120

✉ [olga\\_vladimirovna2811@mail.ru](mailto:olga_vladimirovna2811@mail.ru)



[Статья из рубрики "Архитектура и дизайн"](#)

### DOI:

10.25136/2409-8744.2025.2.73983

### EDN:

KPANYT

### Дата направления статьи в редакцию:

05-04-2025

### Дата публикации:

29-04-2025

**Аннотация:** Объект исследования — проектирование интерьеров комнат психологической разгрузки для профессиональной помощи. Предмет — методика создания адаптивной и многофункциональной среды. Цель — привлечь внимание к неадаптивному подходу в дизайне таких помещений. Большинство современных интерьеров комнат психологической разгрузки — монофункциональные, что не отвечает потребностям пользователей, сталкивающихся с различными стрессообразующими факторами. Профессиональное соучаствующее проектирование дизайнера и психолога позволяет создать адаптивное пространство под разные задачи. А предложенный комплекс проектных средств, включающий в себя «статичные» и адаптивные «сценарные» средства для создания трансформируемой среды, компенсирующей

негативные последствия стрессов. Принципы организации пространства направлены на оптимизацию выполнения его основной функции — нейтрализации стрессов. Адаптивное интерьерное пространство комнат психологической разгрузки помогает применять персонализированную терапию. В рамках настоящего исследования был применен комплексный методологический подход, включающий следующие методы: Эмпирический (сбор и анализ изображений интерьеров, комнат психологической разгрузки, из открытых источников); Теоретический (изучении научных публикаций и методологии проектирования интерьеров комнат психологической разгрузки); Средовой подход к организации предметно-пространственной среды; Компьютерное моделирование (визуализация и оптимизация проектных решений). Научная новизна исследования заключается в методике проектирования адаптивного многофункционального, управляемого интерьера для комнат психологической разгрузки, под различные задачи исходя из стрессобразующих факторов посетителей. Интеграция работы психолога с адаптивной предметно-пространственной средой, разработанной дизайнером интерьера, способствует эффективному снижению нервного напряжения и улучшению психосоматического состояния посетителей. Актуальность применения персонифицированного и многофункционального подхода к организации психологической помощи через предметно-пространственную среду особенно значима в реабилитационных центрах, расположенных по всей стране, где бойцы СВО восстанавливают своё здоровье. В результате исследования была проведена апробация предложенной методики в проектировании комнат психологической разгрузки в детском интернате в пос. Яр-Сале; в Орловском специальном учебно-воспитательном учреждении закрытого типа; в Талицком детском санатории КОГБУЗ «Областной клинический противотуберкулезный диспансер». Методика проектирования применена в интерьерах учреждений, различающихся по геоклиматическим условиям (Крайний Север, среднеевропейская часть России) и профильной специализации.

**Ключевые слова:**

методика проектирования, интерьер рекреационных помещений, адаптивное пространство, здоровьесберегающая среда, комнаты психологической разгрузки, средства дизайна, современные технологии, многофункциональное интерьерное пространство, персонифицированный подход, дизайн интерьера

В исследованиях по психологии, педагогике, медицине, социологии и других науках, как в России, так и за рубежом, доказана эффективность использования комнат психологической разгрузки с целью «оптимизации психологических процессов», восстановлении и поддержания «эмоционального здоровья» [\[3, 6\]](#). Вопросом организации комнат психологической разгрузки и её технического оснащения, занимались такие учёные как О.В. Богданов, О.В. Денисова, А.Г. Кириллов, П.А. Смирнов, Л.М. Филипова, А.Н. Яшкова и другие, которые широко раскрыли тему проведения реабилитационных и восстановительных мероприятий в сенсорных комнатах и комнатах психологической разгрузки, а также предложили использование комплекса профессионального оборудования для работы психологов [\[2, 6, 9, 11\]](#). Создание благоприятной эмоциональной обстановки в комнате психологической разгрузки является необходимым условием эффективной работы психолога. В вопросе создания предметно-пространственной среды в такого рода помещениях большинство учёных ссылаются на методические рекомендации Я.Н. Воробейчика «Комната психологической разгрузки», изданной в 1989 г., где описывается типовой набор средств, формирующих

комфортную предметно-пространственную среду [\[4\]](#). Выбор средств и приёмы формирования интерьера комнат психологической разгрузки в вышеуказанном источнике имеют рекомендательный характер для всех помещений, без учёта стрессобразующего фактора или множественности их характера.

Необходимость комнат психологической разгрузки в различных учреждениях объясняется в медицине и педагогике с целью снятия эмоционального напряжения, сформированного различными стрессобразующими факторами. Эти факторы могут быть связаны с профессией, с нервным эмоциональным трудом (например, профессия судьи); со спецификой возраста (например, дети в подростковом возрасте, пожилые люди в домах престарелых), с особенностями проживания (например, моряки, вахтовики, дети в интернатах); под воздействием геоклиматических условий (например, условия Крайнего Севера); с различными травмами, отклонениями в здоровье и другие факторы. Для компенсации негативных последствий каждого стрессобразующего фактора в психологии разрабатываются отдельные программы. Окружающая предметно-пространственная среда способна влиять на человека, взаимодействовать с ним и формировать эмоциональное состояние, что доказано в работах таких ученых как Е.В. Шакирова, М.Н. Гаврилова, Т.В. Пойдина, Питер Барретт и многими другими [\[1,5,7,12\]](#). Следовательно, предметно-пространственная среда комнат психологической разгрузки является действующим средством в формировании эмоционально-чувственного состояния посетителя данного помещения. Дизайна интерьера для помещений подобного функционала наиболее эффективно будет разработан в том случае, если «техническое задание» на проектирование будет выполнено при соучастии практикующего психолога, именно он сможет определить и выделить основные стрессобразующие факторы, в компенсации которых может помочь адаптивное интерьерное пространство. В практике разработке общественных учреждений техническое задание как правило составляется Заказчиком или инвестором, которые не могут без профессиональных психологов в полной мере осветить проблемы, над компенсацией последствий которых предстоит работать проектной команде с помощью создания дизайна предметно-пространственной среды, как одного из действующих инструментов, которые могут использоваться в работе психологами. Отсутствие соучаствующего проектирования (дизайнеров интерьера и психологов) при работе над разработкой дизайна комнат психологической разгрузки показал анализ фотографий и проектов, находящихся в свободном доступе. Проведенный автором визуальный анализ интерьерных пространств данной типологии был проведён в учреждениях различного функционала (Школа №50 г. Магнитогорска; в 133-й детской городской поликлинике г. Москвы; комната психологической разгрузки в Казанском федеральном университете) показал, что большая часть интерьеров комнат психологической разгрузки, независимо от стрессобразующих факторов, выполнены в унифицированном дизайне, с насыщением предметно-пространственной среды профессиональным сенсорным и другим оборудованием для работы психологов. То есть, большинство современных практикующих психологов не используют характеристики предметно-пространственной среды как средство эмоционально-чувственного воздействия [\[14-16\]](#). Назначение учреждений, в которых располагается комната психологической разгрузки, позволяет определить ведущий стрессобразующий фактор. При этом также предполагается, что в связи с различными жизненными обстоятельствами, обращение к помощи психолога может быть связано и с дополнительными факторами. Множественность стрессобразующих факторов создают необходимость в трансформируемом и адаптивном интерьерном пространстве с возможностью сценарного управления.

В реализации каждой функции предлагается использовать комплекс интерьерных средств, который может состоять из «статичных» и адаптивных («сценарных») средств, формирующих интерьерное пространство. К статичным средствам, формирующим предметно-пространственную среду, относятся: - объёмно-планировочные решения; - колористика; - текстурно-фактурный ряд; - визуально-концептуальный образ. Такие адаптивные средства интерьерного дизайна, как современные технологии позволяют создавать изменяемую и управляемую среду. Данные технологии способны усилить ведущую функцию дизайна в комнатах психологической разгрузки, направленную на компенсацию опорного стрессообразующего фактора. В случае комплексной работы нескольких функций (полифункциональный дизайн) «сценарные» средства интерьерного дизайна способны проявить дополнительную функцию в запланированный временной промежуток. Технологичные адаптивные средства позволяют психологу управлять средовым пространством, как режиссёру. К «сценарным» средствам интерьерного дизайна относятся: - световые технологии (световые сценарии); - акустические технологии (акустические сценарии); - видеотехнологии (визуальные проекции); - воздушно-климатические технологии (сценарии управления температурой, влажностью, составом воздуха, включая ароматы).

В создании эмоционально комфортной предметно-пространственной среды, направленной на компенсацию ведущих стрессообразующих факторов, участвует несколько функций дизайна. В целях компенсации ведущего стрессообразующего фактора определяется ведущая средовая функция, реализация которой происходит с помощью «статичных» средств создания предметно-пространственной среды. Эмпирический и теоретический метод исследования показал, что комнаты психологической разгрузки с рекреативной функцией предметно-пространственной среды наиболее востребованы. Далее рассмотрим комплексную работу «статичных» и «сценарных» адаптивных средств, в которых рекреативная функция является базовой и дополняется с помощью инструментов, предназначенных для реализации других функций организации предметно-пространственной среды. Рекреативная функция дизайна направлена на создание условий для отдыха и восстановления. Цель этой функции — обеспечить условия для восстановления и укрепления физического и духовного здоровья. Традиционно в комнатах психологической разгрузки доминирует функция рекреации «тихого» или спокойного характера. Для реализации рекреативной функции в основе композиционного решения лежит принцип гармонизации. Именно благодаря этому принципу комплекс применяемых средств формирует эмоционально-комфортную, способствующую к отдыху и восстановлению предметно-пространственную среду. Основы принципа гармонизации подробно описал В.Т. Шимко, выделив следующие его характерные аспекты: «повторяемость свойств; соподчинённость частей, их соразмерность пропорциональна и ритмическая; уравновешенность в отношении оси композиции; синтез предыдущих признаков в принципе единства визуальной организации объекта» [\[13, с.198\]](#). Далее рассмотрим, как работают статичные и адаптивные (сценарные) средства в комнатах психологической разгрузки.

«Статичные» средства формирования рекреационной функции в интерьере:

1. Визуально-концептуальный образ. Наиболее распространённым визуальным образом для комнат психологической разгрузки являются природные пейзажи. Гармонично воспринимаемыми будут те образы природы, с которыми посетители уже знакомы в реальности, и которые формируют положительный ассоциативный ряд. В идеале наиболее подходящими считаются пейзажи, которые посетители видели при непосредственном личном посещении или локация которых соответствует ассоциации с

отдыхом, с комфортом и уютом (рис. 1).



*Рис. 1.*

Рис. 1. Узнаваемые природные пейзажи. Проект комнаты психологической разгрузки.

Студия-дизайна «5 Звёзд». Источник: [\[17\]](#)

Гармоничность визуального образа формируется за счёт единства в деталях, материалах и формах. В природе большинство форм ассиметричны. Радиальные, плавные формы в отделке стен, потолков и мебели ассоциируются с естественностью природных форм. Выбранные ассиметричные формы поддерживаются и повторяются не только в поверхностях стен и потолка, но и в предметах мебели и декора. Приветствуются натуральные или стабилизированные растения, соответствующие выбранному пейзажному мотиву. Например, хвойный лес – стабилизированный мох, лесные ягоды и цветы и так далее. (рис. 2).



Рис. 2.

Плавные асимметричные формы. Проект комнаты психологической разгрузки. Студия-дизайна «5 Звёзд». Источник: [\[17\]](#)

2. Объёмно-планировочные решения. В целях достижения постепенного погружения в атмосферу отдыха необходимо смежное проходное помещение анфиладного типа, через которое посетители будут проходить, направляясь в помещение с рекреационной функцией. Вспомогательное помещение должно носить второстепенный характер, быть меньше по размеру, и выполнено в единой стилистике с основным помещением. Планировочное решение по размещению посадочных групп для посетителей должно быть выполнено таким образом, чтобы в зону визуального горизонта не попадали одновременно визуальные образы природных пейзажей и виды из окон. Необходимо выбрать одну природную доминанту.

3. Колористические решения. Желательна тёплая пастельная (не контрастная) колористическая палитра, из двух или трёх цветов, наиболее соответствующая природному сюжету в помещении, которая прослеживается в большинстве элементов интерьера.

4. Тектурно-фактурный ряд. Он должен соответствовать выбранному визуально-концептуальному образу. Например, если в основе дизайн-концепции лес, горы и другие природные пейзажи, то возможны следующие текстуры и фактуры: матовая древесина в предметах мебели или в отделке, декоративные штукатурки на стенах с эффектом песка, текстуры камня и другие.

«Сценарные» средства интерьерного дизайна, работающие в целях усиления или проявления действия рекреативной функции, в случае если рекреативная функция является дополнительной:

1. Световые сценарии. Управляемые по яркости и цветовой температуре источники света



позволят настроить соответствующее пейзажному сюжету освещение. В зависимости от времени года и суток потребность посетителей в сценариях по освещению может быть различной: в зимний период в средневропейской части России или на Крайнем Севере эффект летнего яркого солнечного освещения вызывает положительные эмоции. Для южных регионов или для офисных работников приглушённое освещение с эффектом «закатного солнца» доставляет больше удовольствия. Отражённый свет от скрытых источников света наиболее благоприятно воспринимается в контексте биофилического эффекта.

2. Акустические сценарии. Планировочные и конструктивные решения блокируют все источники внешнего звука. В комнате психологической разгрузки с функцией рекреации равномерно распределяются звуки природы в соответствии с пейзажным мотивом. Например, в случае интеграции в интерьер природного сюжета в виде интерьерного водопада акустическое сопровождение в данном случае – звуки журчания воды (рис. 3). В случае замены природного сюжета, например с помощью видеопроекции, аудио контент должен соответствовать видеоизображению. Что формирует эффект наибольшего погружения в природную среду



Рис. 3.

Природный сюжет в виде интерьерного водопада. Проект комнаты психологической разгрузки. Студия-дизайна «5 Звёзд». Источник: [\[17\]](#)

Современные видео технологии позволяют погружать в реалистичную проекцию природного сюжета, дополняя или изменяя пейзажные образы в интерьере. Изменяемые или визуально дополняемые изображения вызывают больше удовольствия, чем статичные сюжеты.

4. Воздушно-климатические сценарии. Они также должны быть приближены к

естественным, природным. Качество воздуха, насыщенность кислородом, влажность воздуха – 45 +/- 5%, природные ароматы – всё это поможет в формировании ощущения близости с природой. Современные умные технологии позволяют формировать различные климатические сценарии. Гармонично организованная комплексная работа «статичных» и «сценарных» средств формирования рекреативной среды способна вызывать эмоции и ассоциативный ряд, схожий с пребыванием в естественной природной среде, формируя чувство отдыха и удовольствия. Рекреационная функция как базовая в интерьерном пространстве комнаты психологической разгрузки поможет компенсировать негативные последствия стрессообразующих факторов для работников умственного труда и других профессий, представителей профессий с высокой психологической нагрузкой, для людей, проживающих на Крайнем Севере, или в иных сложных бытовых или геоклиматических условиях.

С помощью адаптивных «сценарных» средств рекреативную функцию можно дополнить такими функциями как: гедонистическая, коммуникативная, социализирующая, адаптивная и другими функциями дизайна. Рассмотрим пример реализации многофункциональной работы в сочетании рекреативной и гедонистической функций. Гедонистическая функция дизайна направлена на реализацию потребности, связанной с необходимостью «созерцать и осваивать прекрасное» [\[8, с.40\]](#). Цель данной функции – создать условия для гармоничного развития личности, поддержания духовного здоровья через положительные эмоции, полученные в результате созерцания прекрасного и участия в творческом процессе. Посещение музеев с различными видами искусства является одним из видов отдыха. Именно после созерцания прекрасного человек стремится к самореализации в творческом процессе, так как чужой успех как правило вдохновляет. Однако не все произведения искусства, которые мы видим, воспринимаются как эталон красоты, поскольку у каждого человека своё представление об идеале, что требует персонализированного подхода.

В практике психологов часто применяется арт-терапия, основанная на занятиях творчеством. В комнаты психологической разгрузки приходят люди с различным эмоциональным состоянием, что также является основанием для выбора персонализированного подхода с возможностью использования «сценарных» средств интерьерного дизайна, позволяющих адресно формировать мотивацию и вовлекать в творческий процесс. В основе композиционного решения дизайна комнаты психологической разгрузки с целью реализации гедонистической функции лежит принцип визуальной значимости. Благодаря этому принципу, адаптивные «сценарные» средства дизайна привлекают и сконцентрируют внимание к нужным визуальным образам, являющимся эталоном красоты и вызывающим удовольствие от созерцания этого образа у конкретных людей. Основы принципа визуальной значимости были описаны американским исследователем нейродизайна Дарреном Бриджером и включают в себя следующие аспекты: визуальный образ «якорного» изображения соответствует комплексу положительных ассоциаций; гармоничное композиционное решение, основанное на подчинении ведущему акценту; привлечение внимания к смысловому акценту с помощью приёмов, основанных на нейродизайне [\[3, с.19-25\]](#).

Далее, как пример, предложен комплекс адаптивных средств, базирующийся на терапии, связанной с изобразительным искусством (рисованием). Визуально-концептуальный образ интерьера: помещения, воспроизводящие образ музейного зала; экспозиции или помещения личного характера (дома, квартиры) ценителей искусства, с экспозицией произведений искусства в интерьере; а также образы творческих мастерских. Все эти помещения объединяет изначально заложенный функционал выставочного пространства,



в котором, согласно определённому сценарию, представлены образцы искусства для осмотра и оценки увиденного гостями или посетителями. Привлечение акцентирующего внимания, вызывающего интерес и формирующего положительные эмоции, возможно с помощью следующих «сценарных» средств:

1. Световые сценарии. Реализация потребности в создании первой визуальной коммуникации с помощью привлечения внимания за счёт акцентированного, направленного источника света. Приглушённое основное освещение и более яркий, чем основное, с тёплой цветовой температурой, направленный источник света на картину или иллюстрацию. С целью обеспечения эффекта новизны для новых сессий терапии созерцания и реализации через творчество. Эффект новизны вызывает положительные эмоции при первом знакомстве с изображением [\[3, с. 32\]](#). Наибольшую визуальную салиентность вызовут пейзажные сюжеты, близкие к месту проживания посетителя. Использование направленных источников света в зоне реализации творческого процесса и на изображении с одинаковыми техническими характеристиками (яркость и цветовая температура) при приглушённом основном освещении позволит создать визуальную и эмоциональную связь между источником вдохновения и изображением, создаваемым посетителем.

2. Акустические технологии. Созданный под конкретное изображение и транслируемый в предметно-пространственную среду с помощью акустической системы аудио ряд, способен сформировать необходимые ассоциации и мотивирующий настрой на творческий процесс.

3. Видео технологии. Интеграция в интерьер широкоформатных интерактивных панелей или экранов позволит выполнить связанную с производством искусства сюжетную видеотрансляцию. Подвижные изображения (оживающие картины и другие сюжеты), видеотрансляция про историю создания картины и другие сюжеты создадут необходимый творческий настрой для работы.

4. Воздушно-климатические технологии. Ароматерапия с помощью воздушно-климатической системы с использованием запахов, ассоциативно связанных с изображением, позволит задействовать обоняние посетителей. С помощью «сценарных» средств возможно задействовать максимальное количество чувств человека, вызвать палитру разнообразных положительных эмоций и вдохновить на творческий процесс. Реализация гедонистической функции дизайна предметно-пространственной среды может быть осуществлена с помощью «сценарных» адаптивных средств, при необходимости включенных в интерьер, созданный с использованием основных «статичных» средств формирования дизайна комнаты психологической разгрузки.

Обобщая вышесказанное, можно сделать вывод, что предметно-пространственная среда комнат психологической разгрузки является эффективным инструментом в компенсации стрессообразующих факторов. Интерьер таких комнат наиболее результативен как средство, дополняющее возможности работы профессионального психолога, если он адаптивен, способен подстраиваться под конкретные задачи и становится многофункциональным. Чёткое определение возможного многофункционального назначения исходя из выделенных стрессообразующих факторов возможно при соучастующем проектировании, особенно на этапе формирования «технического задания».

Возможность выбора и использования различных функций дизайна в рамках одного помещения повышает эффективность работы психолога. Адаптивные «сценарные»

интерьерные решения позволяют создавать персонализированные условия для работы психолога с различными стрессовыми факторами. Применение данной методики в проектной деятельности при разработки интерьерных пространств нескольких детских учреждениях (в детском интернате в пос. Яр-Сале; в Орловском специальном учебно-воспитательном учреждении закрытого типа; в Талицком детском санатории КОГБУЗ «Областной клинический противотуберкулезный диспансер»), в помещениях комнат психологической разгрузки, дала положительный отклик от профессиональных психологов, соучаствующих совместно с творческой группой в разработке дизайна интерьера данных учреждений.

## Библиография

1. Барретт П., Дэвидсон Р., Гросс Дж. Влияние дизайна классной комнаты на обучение учащихся: окончательные результаты целостного многоуровневого анализа // Здание и окружающая среда. - 2015. - Т. 89. - С. 118-133.
2. Богданов О. В. Методические рекомендации по проведению комплекса лечебно-восстановительных и реабилитационных мероприятий в Сенсорной комнате Snoezelen фирмы Rehab and Medical // Сенсорные комнаты Снузлин. Сборник статей и методических рекомендаций. - М., 2001. - С. 39-47.
3. Бриджер Д. Нейродизайн: идеи нейромаркетинга для повышения вовлеченности и прибыльности. - Kogan Page Publishers, 2017.
4. Воробейчик Я. Н. Комната психологической разгрузки (Метод. рекомендации) / Разраб. Я.Н. Воробейчик и др. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Б. и., 1989. - 45, 1 с.; 22. - (Библиотечка физкультурного работника России).
5. Гаврилова М. Н. Образовательная среда детского сада как условие развития регуляторных функций и понимания эмоций у детей дошкольного возраста: автореферат дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.07 / Гаврилова Маргарита Николаевна; Место защиты: ФГБОУ ВО "Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова". - Москва, 2021. - EDN: MCVVRW.
6. Денисова О. В. Психологическое сопровождение в комнате психологической разгрузки как среда эмоционального здоровья личности // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. - 2019. - № 1. - С. 42-48. - EDN: USXSSC.
7. Пойдина Т. В. Этническая традиция как стилеобразующая категория в региональном дизайне / Т. В. Пойдина // Вестник Томского государственного университета. Культурология и искусствоведение. - 2018. - № 29. - С. 133-140. - DOI 10.17223/22220836/29/12. - EDN YTYZQT.
8. Свешников А. В. Искусство как потребность. - Логос, 2011. - С. 40.
9. Стрижнёва М. А., Смирнов П. А. Проектирование освещения для комнаты психологической разгрузки и отдыха // Инновационная светотехника России. - 2022. - С. 118-121. - EDN: NAQTZF.
10. Тарабакина Л. В. Эмоциональное здоровье как предмет социально-психологического исследования // Теория и практика общественного развития. - 2015. - № 8. - С. 250-252. - EDN: TWSHQH.
11. Филиппова Л. М., Ковалёва Е. А. и др. Применение сенсорной комнаты и кабинета психологической разгрузки в комплексной реабилитации детей // Здравоохранение Чувашии. - 2013. - № 1. - С. 73-77. - EDN: TWHVYB.
12. Шакирова Е. В., Белкина В. Н. Развивающая предметно-пространственная среда детского сада: содержание и подходы к организации // Ярославский педагогический вестник. - 2018. - № 3. - С. 40-45. - DOI 10.24411/1813-145X-2018-10065. - EDN XSCGRV.
13. Шимко В. Т. Основы теории (средовой подход) Архитектурно-дизайнерское

проектирование. - М.: Архитектура-С, 2012.

14. Cit-rus: сайт. Екатеринбург. URL: <https://cit-rus.net/nashi-raboty/sensornaya-komnata-v-shkole-50-gmagnitogorska/> (дата обращения: 05.04.2025).

15. Казанский Федеральный Университет: сайт. Казань. URL: <https://kpfu.ru/psihologicheskie-treningi-10314.html> (дата обращения: 05.04.2025).

16. Государственное бюджетное учреждение здравоохранения города Москвы: сайт. Москва. URL: <https://dgp133.ru/relaxroom/> (дата обращения: 05.04.2025).

17. Студия дизайна "5 Звезд": сообщество [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [https://vk.com/wall-76913733\\_1162](https://vk.com/wall-76913733_1162) (дата обращения: 27.04.2025).

## Результаты процедуры рецензирования статьи

*В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.*

*Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).*

Предметом исследования в представленной для публикации в журнале «Человек и культура» статье, как автор отразил в заголовке («Методика проектирования дизайна интерьера комнат психологической разгрузки»), является методическая ценность проектирования дизайна интерьера комнат психологической разгрузки. Объект исследования автор не уточняет, но из общего контекста статьи становится очевидным, что автор рассматривает в качестве объекта такую часть объективной реальности как практику оказания психологической помощи в России для снижения влияния на качество жизни людей различных стрессообразующих факторов. Эту догадку, в частности, подтверждает обобщение полученных автором результатов в итоговом выводе («Обобщая вышесказанное, можно сделать вывод, что предметно-пространственная среда комнат психологической разгрузки является действующим инструментом в компенсации стрессообразующих факторов»). Вместе с тем, рецензент отмечает, что если бы автор определил объект исследования на этапе его планирования, то, вероятно, обнаружил бы существенный для актуализации выбранной темы вопрос: почему в российской психологической практике снижения влияния на качество жизни людей различных стрессообразующих факторов не используется терапевтический потенциал проектирования дизайна интерьера комнат психологической разгрузки? Возможно, по мнению рецензента, случайная выборка автором негативных примеров не позволила обратить внимание на положительные примеры эффективного терапевтического использования предметно-пространственной среды в корпоративной культуре крупных предприятий и супермаркетов, правда не для снижения воздействия стрессообразующих факторов, а для их усиления с дальнейшим использованием травмированной психики сотрудников и клиентов с целью увеличения прибыли. Соответственно, не методическая безграмотность практикующих психологов является причиной невостребованности терапевтических эффектов предметно-пространственной среды, а распространенный стиль управления персоналом, исключаящий заботу о нем. Поэтому психологи и вынуждены довольствоваться минимумом подручных средств, обеспечивающих не столько терапевтический результат, сколько отвлечение внимания клиента от его действительно серьезных проблем. Рецензент отмечает также, что подобное расширение проблемного поля обусловлено, в том числе, отсутствием разъяснения автором объекта своего внимания и места исследуемого предмета в нем. К примеру, уточнить объект исследования можно было бы не только путем формального его определения, но и сопоставления негативных (на них строится обоснование актуальности темы) и позитивных примеров терапевтической практики. Свою методическую цель (отраженную в заголовке и обосновании актуальности темы

исследования) автор, тем не менее, достигает. Приведенные им в аналитической части статьи аргументы, основанные на типологии статичных и динамичных терапевтических решений дизайна пространственной среды помещений, в достаточной мере обосновывают итоговые выводы автора. Но вместе с тем остаются вопросы, о практической и теоретической пользе достигнутых результатов: как использовать высказанные автором теоретические соображения в реальной практике (практическая значимость) или для продолжения научного исследования актуальной темы (теоретическая значимость) из итогового вывода неясно. Что существенно снижает теоретическую ценность запланированной публикации.

Таким образом, предмет исследования (методическая ценность проектирования дизайна интерьера комнат психологической разгрузки) в целом автором раскрыт, но под сомнением остается научная новизна полученного результата и его ценность.

Методологии исследования автор не уделяет отдельного внимания. Вполне очевидно, что ведущим методом изложения методической ценности проектирования дизайна интерьера комнат психологической разгрузки является авторская типология терапевтического функционала отдельных дизайнерских решений. Возможно, автор считает, что обоснование функциональных ценностей отдельных дизайнерских решений действительно заинтересует практикующих психологов и они с огромной благодарностью автору начнут активно переоборудовать комнаты психологической разгрузки. Рецензент позволит себе в этом усомниться и рекомендует автору указать конкретную цель исследования в вводной части статьи, а в заключении дать оценку степени достижения поставленной цели путем решения конкретных научно-познавательных задач конкретными научными методами.

Актуальность выбранной темы автор аргументирует тем, что проведенный им визуальный анализ интерьерных пространств специализированных кабинетов «в различных учреждениях (Школа №50 г. Магнитогорска; в 133-й детской городской поликлинике г. Москвы; комната психологической разгрузки в Казанском федеральном университете) показал, что большая часть интерьеров комнат психологической разгрузки, независимо от стрессообразующих факторов, выполнены в унифицированном дизайне, с насыщением предметно-пространственной среды профессиональным сенсорным и другим оборудованием для работы психологов», из чего следует, что «большинство современных практикующих психологов не используют характеристики предметно-пространственной среды как средство эмоционально-чувственного воздействия». Хотя, как отмечает автор в представленной статье, существуют хорошо зарекомендовавшие себя практики статичных и динамичных решений терапевтического дизайна оформления интерьеров комнат психологической разгрузки с учетом конкретной специфики стрессообразующих факторов.

Научная новизна исследования, заключающаяся в логике обоснования терапевтической значимости проектирования дизайна интерьера комнат психологической разгрузки, заслуживает теоретического внимания, но конкретный оригинальный вклад автора в науку и применимость на практике достигнутых результатов остались непроясненными.

Стиль текста автор в целом выдержал научный, требуют исправлений: 1) стиль оформления кавычек в тексте (см. редакционные требования); 2) не относящееся к теоретическому содержанию выделение буквы «Я» в различных словах («использования», «восстановления», «условия», «предметно-пространственная», «средовая», «Гедонистическая функция» и др.); 3) точное грамотное употребление одного из ключевых терминов: в одних случаях у автора «стрессообразующих факторов», в других «стрессообразующих факторов» — какова же норма словоупотребления в отрасли? 4) подписи к иллюстрациям не отражают их содержания (что это: примеры дизайнерских проектов или фото уже реализованных проектов, кто

автор и пр.?).

Структура статьи формально соответствует логике изложения результатов научного исследования, но содержание введения и заключения, как отмечено выше, требуется теоретически усилить.

Библиография в целом раскрывает проблемную область исследования, но её оформление нуждается в корректировке согласно требованиям редакции и ГОСТа.

Апелляция к оппонентам в тексте статьи неочевидна: автор избегает теоретических дискуссий с коллегами или критического анализа литературы.

Тема исследования автора, безусловно, представляет интерес для читательской аудитории журнала «Человек и культура», но статья нуждается в теоретической доработке с учетом высказанных рецензентом замечаний.

## **Результаты процедуры повторного рецензирования статьи**

*В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.*

*Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).*

В журнал «Человек и культура» автор представил свою статью «Методика проектирования адаптивного дизайна интерьера комнат психологической разгрузки», в которой проведен анализ приемов и средств оформления помещений психологической разгрузки для максимально эффективного выполнения предназначенных им функций.

Автор исходит в изучении данного вопроса из того, что предметно-пространственная среда комнат психологической разгрузки является эффективным инструментом в компенсации стрессообразующих факторов. Интерьер таких комнат наиболее результативен как средство, дополняющее возможности работы профессионального психолога, если он адаптивен, способен подстраиваться под конкретные задачи и становится многофункциональным. Чёткое определение возможного многофункционального назначения исходя из выделенных стрессообразующих факторов возможно при соучастующем проектировании, особенно на этапе формирования технического задания. Возможность выбора и использования различных функций дизайна в рамках одного помещения повышает эффективность работы психолога. Адаптивные «сценарные» интерьерные решения позволяют создавать персонализированные условия для работы психолога с различными стрессовыми факторами.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью создания эффективного средства релаксации для сотрудников организаций, чья деятельность связана с повышенной стрессогенностью.

Практическая значимость исследования может заключаться в возможности применения его результатов и описанного опыта при разработке технического задания или оформлении комнат психологической разгрузки.

Соответственно, цель исследования заключается в рассмотрении и систематизации основных современных дизайнерских приемов и сценариев, которые применяются при оформлении предметно-пространственной среды помещений психологической разгрузки. Для достижения цели автором поставлены следующие задачи: анализ изображений помещений психологической разгрузки, имеющих в свободном доступе, рассмотрение комплексной работы «статичных» и «сценарных» адаптивных средств, в которых рекреативная функция является базовой и дополняется с помощью инструментов, предназначенных для реализации других функций организации предметно-пространственной среды.

В ходе исследования были использованы общенаучные методы: анализ и синтез,



описание, систематизация и классификация. Теоретическим обоснованием послужили труды таких исследователей как Я.Н. Воробейчик, Е.В. Шакирова, М.Н. Гаврилова, О.В. Богданов, О.В. Денисова и др. Эмпирическим материалом явились изображения различных современных пространств, выполняющих в российских образовательных и социальных учреждениях рекреационную функцию.

На основе анализа научной обоснованности проблематики автор отмечает достаточный объем трудов, посвященной проблеме создания помещений эмоционально-психологической разгрузки. Научная новизна данного исследования заключается в разработке рекомендаций по применению комплексных методов дизайнерского оформления среды подобного назначения.

Как отмечает автор, при разработке технического задания заказчики предметно-пространственной среды в такого рода помещениях ссылаются на методические рекомендации Я.Н. Воробейчика «Комната психологической разгрузки», изданной в 1989 г., где описывается типовой набор средств, формирующих комфортную предметно-пространственную среду. Выбор средств и приёмы формирования интерьера комнат психологической разгрузки в вышеуказанном источнике имеют рекомендательный характер для всех помещений, без учёта стрессобразующего фактора или множественности их характера.

Проведенный автором визуальный анализ интерьерных пространств данной типологии был проведён в учреждениях различного функционала показал, что большая часть интерьеров комнат психологической разгрузки, независимо от стрессобразующих факторов, выполнены в унифицированном дизайне, с насыщением предметно-пространственной среды профессиональным сенсорным и другим оборудованием для работы психологов. То есть, большинство современных практикующих психологов не используют характеристики предметно-пространственной среды как средство эмоционально-чувственного воздействия.

Автор предлагает использовать комплекс интерьерных средств, который может состоять из «статичных» и адаптивных («сценарных») средств, формирующих интерьерное пространство. К статичным средствам, формирующим предметно-пространственную среду, им отнесены объёмно-планировочные решения, колористика, текстурно-фактурный ряд, визуально-концептуальный образ. К сценарным средствам интерьерного дизайна автор относит световые технологии (световые сценарии), акустические технологии (акустические сценарии), видеотехнологии (визуальные проекции), воздушно-климатические технологии (сценарии управления температурой, влажностью, составом воздуха, включая ароматы).

В заключении автором представлен вывод по проведенному исследованию, в котором приведены все ключевые положения изложенного материала.

Представляется, что автор в своем материале затронул актуальные и интересные для современного социогуманитарного знания вопросы, избрав для анализа тему, рассмотрение которой в научно-исследовательском дискурсе повлечет определенные изменения в сложившихся подходах и направлениях анализа проблемы, затрагиваемой в представленной статье.

Полученные результаты позволяют утверждать, что изучение приемов и средств оформления индивидуализированных комнат психологической разгрузки с учетом стрессогенных факторов предприятий представляет несомненный теоретический и практический культурологический интерес и может служить источником дальнейших исследований.

Представленный в работе материал имеет четкую, логически выстроенную структуру, способствующую более полноценному усвоению материала. Этому способствует также адекватный выбор соответствующей методологической базы. Библиография

исследования состоит из 17 источников, что представляется достаточным для обобщения и анализа научного дискурса по исследуемой проблематике. Текст статьи выдержан в научном стиле, но нуждается в корректорскую правке.

Автор выполнил поставленную цель, получил определенные научные результаты, позволившие обобщить материал. Следует констатировать: статья может представлять интерес для читателей и заслуживает того, чтобы претендовать на опубликование в авторитетном научном издании.