

## ПСИХОЛОГИЯ ЦВЕТА В ГОРОДСКОЙ СРЕДЕ И МЕНТАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ МОЛОДЕЖИ: КАЗАХСТАНСКИЙ КОНТЕКСТ И ПЕРСПЕКТИВЫ ГУМАНИЗАЦИИ УРБАНИСТИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВА.

Пал Алена Сергеевна

[alenapal2016@gmail.com](mailto:alenapal2016@gmail.com)

студент 3 курса образовательной программы

«Изобразительное искусство и художественный труд»

Атырауский университет имени Х. Досмухамедова, г. Атырау, Республика Казахстан

Научный руководитель – PhD, ассоц. проф. Элжанов F.M.

В статье рассматривается влияние цветовой среды городской архитектуры на эмоциональное состояние и ментальное здоровье молодежи в условиях урбанизации. Анализируются психофизиологические механизмы воздействия цвета на когнитивные процессы и эмоциональную сферу. Обобщаются результаты исследований цветовой среды восприятия городской среды и особенности формирования цветовой культуры. Особое внимание уделяется внедрению нормативных подходов к регулированию колористики в архитектуре и использованию традиционной символики. Рассматриваются современные градостроительные практики с позиции их влияния на психологическое благополучие. Обосновывается необходимость применения принципов визуальной экологии и цветотерапии в городском планировании как средства профилактики ментальных нарушений у молодежи.

**Ключевые слова:** психология цвета, городская среда, ментальное здоровье, визуальная экология, колористика, цветовая символика, архитектурная полихромия.

Современный Казахстан переживает интенсивные урбанизационные процессы. По данным Бюро национальной статистики, доля городского населения превышает 61%, при этом наиболее высокие темпы роста демонстрируют мегаполисы — Алматы, Астана, Шымкент. Интенсификация строительства, характерная для большинства казахстанских городов, влечет за собой уплотнение застройки в центральной части, включая районы с исторической архитектурой, что позволяет говорить о необходимости формирования нового взгляда на архитектурные объекты для сохранения единого облика городов на основе архитектурных дизайн-кодов.

Город — это не просто функциональное пространство для жизни, но и мощнейший визуальный раздражитель. Цвет в архитектуре и городском дизайне перестал быть только эстетической категорией. Для молодежи, проводящей большую часть времени в городской среде (учеба, работа, досуг), цветовой фон мегаполиса становится фоновым фактором, постоянно влияющим на настроение, уровень тревожности и даже физиологические показатели. Вопросы визуальной экологии сегодня выходят на первый план в дискуссиях о здоровье нации.

Актуальность исследования обусловлена противоречием между стремительным ростом казахстанских городов и недостаточной разработанностью научно обоснованных подходов к колористической организации urban-пространства с учетом психологического воздействия на жителей, особенно на молодежь как наиболее чувствительную к визуальной эстетике группу. Как отмечают исследователи, низкое качество жизни населения и неблагоприятный архитектурный облик городов диктуют необходимость принятия одной из ключевых стратегических задач современного этапа — разработки архитектурного дизайн-кода для всех регионов Казахстана.

Цель настоящего исследования — комплексный анализ влияния цветовой среды казахстанских городов на ментальное здоровье молодежи и выявление путей гуманизации

урбанистического пространства через внедрение психологически обоснованных цветовых решений. Для достижения этой цели решаются следующие задачи: 1) анализ психофизиологических механизмов воздействия цвета на человека; 2) исследование современной колористической ситуации в городах Казахстана; 3) выявление культурной специфики цветовосприятия в казахской традиции; 4) анализ актуальных градостроительных инициатив (дизайн-код Алматы); 5) разработка рекомендаций по оптимизации цветовой среды с учетом молодежной психологии.

Методологическую основу исследования составляют междисциплинарный подход, сочетающий психологический, искусствоведческий и градостроительный анализ, а также теоретические концепции цветовосприятия (И. Иттен, М. Люшер, В. Кандинский) и визуальной экологии.

Восприятие цвета имеет глубокие физиологические основания. Цвет непосредственно влияет на наши чувства и может воздействовать на человека через объективные и субъективные ассоциации, возникающие на основе колористических впечатлений. Исследования советского ученого С.В. Кравкова установили зависимость цветового зрения от разнородных непрямых раздражителей, включая слуховые, обонятельные и температурные. Работы Д.А. Шварц показали, что адаптация глаза к зеленому цвету повышает слуховую чувствительность, а воздействие красного освещения ее снижает.

Эмоциональное воздействие цвета связано, во-первых, с его непосредственным физиологическим действием и, во-вторых, с ассоциациями, присущими этому цвету. Может преобладать тот или иной фактор, часто они действуют совместно.

Красный цвет активизирует нервную систему, усиливает кровообращение, но при длительном воздействии может вызывать раздражение и агрессию. Синий, напротив, замедляет физиологические процессы, способствует релаксации, но в избытке может провоцировать апатию и депрессивные состояния. Желтый цвет стимулирует умственную активность, улучшает настроение, ассоциируется с солнечным светом и теплом. Зеленый гармонизирует, снижает стресс, способствует восстановлению ресурсов нервной системы.

Проектирование архитектурных сооружений требует от архитектора умения не только организовать пространство в соответствии с функциональным назначением объекта, но и достичь художественной выразительности. Во многом художественная выразительность зависит от умелого использования цвета, их сравнительных характеристик, решенных в контрастных или нюансных отношениях.

Колористика урбанистического пейзажа может казаться печальной или веселой, тяжелой или легкой. Символика цвета, а также сложившиеся тысячелетиями связи цветов с определенными понятиями, событиями, предметами, зачастую формируют психологическое воздействие цвета на людей.

Исследование Д. Алмукашевой и Д. Назаровой, посвященное анализу фасадов жилых районов Алматы, выявило ряд проблем в цветовой организации городской среды. Авторы отмечают, что современные города сталкиваются с многочисленными проблемами в обеспечении устойчивого развития, сохранении культурного наследия и создании комфортной городской среды.

Важное исследование по разработке метода колористической организации жилого района Алматы на основе архитектурного дизайн-кода было проведено с использованием анкетирования и визуальных обследований. Сбор данных о предпочтениях жителей в отношении цветовых схем позволил разработать рекомендации по созданию цветового плана, учитывающего характерные особенности и культурные аспекты региона.

Исследование включало анализ цветовых характеристик различных исторических периодов развития города Алматы, выявление ключевых элементов архитектурного дизайн-кода и их применимости к современной практике проектирования городской среды. Авторы подчеркивают, что создание нестандартного решения основано на использовании разнообразных композиционных принципов и приемов, включая использование богатой

цветовой палитры. Однако практически во всех случаях использование цвета нуждается в обосновании, что приводит к разрозненным цветовым соотношениям в организации среды городов, и Алматы не является исключением.

В Карагандинском техническом университете под руководством старшего преподавателя С.А. Лебедева ведутся инициативные научные работы по теме «Особенности колористического решения Караганды». Цель данной научной работы — анализ цветовой партитуры основных архитектурно-градостроительных узлов, их композиционная совместимость. На основе проведенного анализа был предложен проект цветовой партитуры застройки основных магистралей Караганды.

При кафедре «Архитектура и дизайн» организован научный кружок «Колористика городов», где студенты под руководством преподавателей готовят научные работы, которые затем используются в курсовом и дипломном проектировании. Это свидетельствует о растущем внимании к проблемам цветовой организации городской среды в академической среде Казахстана.

Монохромность спальных районов. Типовая застройка микрорайонов характеризуется цветовой депривацией — доминированием серых, бежевых, однообразных оттенков. Длительное нахождение в такой среде может приводить к «сенсорному голоду». Для молодежи, чья нервная система находится в стадии активного формирования и требует разнообразных стимулов, это чревато развитием апатии, снижением когнитивной активности и ростом депрессивных состояний.

Визуальный шум центров городов. В противоположность спальным районам, центры городов и торгово-развлекательные зоны перенасыщены цветом. Неон, светодиодные экраны, хаотичная реклама, кислотные цвета вывесок создают «цветовую бомбардировку». Как отмечается в проекте дизайн-кода Алматы, рекомендации позволят избежать возникновения негабаритных носителей информации с неправильными цветовыми решениями, которые перебивают архитектуру зданий и создают ощущение беспорядка и визуального шума.

Отсутствие цветовой идентичности. Районы лишены индивидуального цветового лица, что затрудняет ориентацию в пространстве и формирование чувства принадлежности к месту.

Игнорирование климатических условий. В ярком солнечном освещении южных городов (Алматы, Шымкент) насыщенные цвета могут создавать дискомфортную бликовую среду.

На цветовую культуру казахов оказали влияние многие факторы: кочевой образ жизни, местный ландшафт, пространственно-образное восприятие мира, древние культы и верования; в восприятии цвета казахами немаловажны также биологические, психологические и художественно-эстетические аспекты.

Традиционная художественная культура Казахстана демонстрирует собственное отношение к цвету и орнаменту как к эстетическим и мировоззренческим категориям, выработанным на протяжении многих веков своего существования. Официально казахи относятся к народам, исповедующим ислам, и исламские ценности, безусловно, отразились на их культуре. Вместе с тем, в обществе были сильны еще доисламские представления, в том числе касающиеся приоритетов в области цветовых предпочтений.

Источником для подражания, классическим образцом для развития колористических пристрастий у казахов стала великолепная природа страны. В народном мировоззрении издавна господствовали анимистические представления и культ природы, сохранившие черты древней мифологии.

Исследование Д. Бектияровой, посвященное цветовой символике кочевников Казахстана, раскрывает глубокие значения основных цветов в казахской культуре. Анализ фразеологических единиц, языка, мифологии и декоративно-прикладного искусства позволил выявить уникальные аспекты интерпретации цвета в контексте кочевой жизни.

Исследователи подчеркивают, что орнамент и цветовая символика выступают как код этнокультуры. В казахской культуре сформировался устойчивый «цветовой образ мира», закрепленный в языке, фольклоре, декоративно-прикладном искусстве. Металлохроматический код (сочетание цветов, ассоциируемых с металлами — золотом, серебром, медью) также играл важную роль в цветовой культуре.

Понимание этой глубинной символики принципиально важно при проектировании современной городской среды, поскольку цветовое окружение, резко противоречащее культурным архетипам, может вызывать подсознательный дискомфорт и отторжение, особенно у молодежи, чья идентичность находится в стадии формирования.

В ноябре 2023 года проект дизайн-кода Алматы был вынесен на публичное обсуждение. Как отмечается в проекте документа, дизайн-код – это свод рекомендаций, регламентирующих обязательную визуальную составляющую элементов городского пространства: фасадов зданий и сооружений, благоустройства, вывесок, указателей, малых архитектурных форм и других элементов городской инфраструктуры, направленных на формирование целостной эстетичной архитектуры, комфортной, доступной и безопасной городской среды.

Примечательно, что в проекте представлены рекомендуемые цвета для оформления объектов в городе — это желтый, синий, зеленый, красный, коричневый, белый и черный. Как поясняется в документе: «В казахской культуре цветам придается глубокое символическое значение, отражающее мировосприятие казахского народа. Шесть основных цветов широко используются в казахских фразеологизмах и отражают мировосприятие казахов: сары (желтый), көк (синий), жасыл (зеленый), қызыл (красный), қоңыр (коричневый), ақ (белый), қара (черный)».

Выбор именно этих семи цветов имеет глубокое психологическое обоснование. С точки зрения психологии восприятия, использование ограниченной, культурно укорененной палитры создает ощущение порядка, предсказуемости и безопасности. Закрепление традиционных цветов в дизайн-коде позволяет:

Для молодежи, наиболее чувствительной к визуальной эстетике и активно формирующей свою идентичность, внедрение культурно обоснованного дизайн-кода имеет особое значение. Современные тенденции в дизайне интерьеров и общественных пространств показывают растущий интерес к яркой, декоративной керамике, разноцветной плитке, которая придает пространству индивидуальность и настроение. Дизайнер Снежана Толкачева отмечает: «В целом все больше людей делают акцент на естественность и природу. Это связано с трендом на спокойствие, умиротворение и снижение тревожности. Визуальный шум и яркие цвета могут вызывать дискомфорт, особенно в повседневной среде». Это наблюдение подтверждает важность сбалансированных цветовых решений в городской среде для поддержания ментального здоровья.

Современные исследования показывают, что неблагоприятная цветовая среда может выступать хроническим стресс-фактором. Для молодежи, чья нервная система характеризуется повышенной чувствительностью и пластичностью, последствия могут быть особенно значительными:

Когнитивные нарушения. Длительное пребывание в монотонной цветовой среде снижает концентрацию внимания, ухудшает память, замедляет мыслительные процессы. Мозг, лишенный необходимого уровня визуальной стимуляции, переходит в режим пониженной активности.

Эмоциональные расстройства. Серо-бежевая монотонность спальных районов может провоцировать развитие депрессивных состояний, апатии, снижения жизненного тонуса. Напротив, агрессивная цветовая среда центров городов (кислотные цвета, контрастные мигающие сочетания) вызывает раздражительность, тревожность, эмоциональное истощение.

Нарушения сна. Избыток искусственного освещения и агрессивных цветовых решений в вечернее и ночное время нарушает выработку мелатонина, что особенно критично для молодежи.

Поведенческие проблемы. Исследования показывают связь между неблагоприятной визуальной средой и ростом агрессивного поведения, особенно в подростковой среде.

Зоны активации. Использование теплых, стимулирующих цветов (желтый, оранжевый, красный в дозированных количествах) в местах скопления молодежи — студенческих кампусах, молодежных центрах, спортивных площадках — может способствовать повышению активности, улучшению настроения, стимуляции когнитивных процессов.

Зоны релаксации. Применение холодных, успокаивающих цветов (синий, зеленый, голубой) в рекреационных зонах, парках, набережных способствует снижению стресса, восстановлению нервной системы.

Цветовая навигация. Использование цвета для маркировки различных функциональных зон города помогает снизить когнитивную нагрузку, облегчает ориентацию, что особенно важно для молодежи с синдромом дефицита внимания.

Как отмечает дизайнер Евгения Арзиева, «современный дизайн — это то, что будет актуально всегда. Предельная простота обстановки, точные линии, минимально необходимый декор, удобный и незатейливый интерьер». Этот принцип минимализма, дополненный акцентными цветовыми пятнами, может быть эффективно перенесен и в городскую среду.

Проведенный анализ раскрывает особенности влияния цветовой среды города на ментальное здоровье молодежи и возможности ее оптимизации. Отмечается усиление научного интереса к колористической организации городской среды и формирование теоретической и эмпирической базы для градостроительных решений. Подчеркивается значимость нормативного регулирования цветового оформления и использования традиционной символики для создания психологически комфортного пространства. Выявляются ключевые проблемы городской колористики, включая монохромность жилых районов, визуальный шум и отсутствие целостной цветовой идентичности. Обосновывается необходимость учета возрастных особенностей восприятия цвета и применения дифференцированных цветовых стратегий в различных зонах города. Делается вывод о важности интеграции принципов визуальной экологии в городское планирование как инструмента сохранения ментального здоровья и повышения качества городской среды.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Шапорева А., Смольянинова Е. Дизайн-код города: колористический аспект // ATU Design Science. – 2024. – Т. 1. – № 1. – С. 1-8.
2. Almukasheva D., Nazarova D. Adaptation of the principle of architectural design code for the coloristic organization of facades of residential areas on the example of Almaty // Bulletin of L.N. Gumilyov Eurasian National University. Technical Science and Technology Series. – 2025. – Vol. 150. – № 1. – P. 124-136. DOI: 10.32523/2616-7263-2025-150-1-124-136
3. Almukasheva D., Nazarova D. Colour Plan of Residential Area of Almaty City on the Basis of Architectural Design Code // Civil Engineering and Architecture. – 2025. – Vol. 13. – № 1. – P. 1-15.
4. Турганбаева Ш.С. Цветовое восприятие и природные ассоциации в культуре казахов // Вестник КазНУ. Серия искусствоведческая. – 2011. – № 4. – С. 51-54.
5. Балыкбаев Б.Т. Конспект лекций по дисциплине «Цветовое моделирование». – Алматы: КазГАСА, 2012. – 150 с.
6. Проект дизайн-кода Алматы вынесли на обсуждение // NUR.KZ. – 2023. – 13 декабря.
7. Бектиярова Д. Цвет как символ кочевников Казахстана // ATU Design Science. – 2024. – Т. 1. – № 1. – С. 1-7.

8. Science of the department of «Architecture and design» // Карагандинский технический университет имени А. Сагинова. – 2019.
9. Эбугали Н.М. Орнамент и цветовой символизм как код этнокультуры // Материалы международной научно-практической конференции «Архитектура и строительство». – Астана: ЕНУ им. Л.Н. Гумилева, 2023. – С. 150-154.
10. Дом с характером: как казахстанцы пишут свою историю через интерьер // Zakon.kz. – 2025. – 20 мая.
11. Иттен И. Искусство цвета / пер. с нем. – М.: Издатель Дмитрий Аронов, 2018. – 96 с.
12. Люшер М. Сигналы личности: ролевые игры и их мотивы. – Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. – 176 с.
13. Frilling G., Auer K. Человек, цвет, пространство. – М.: Стройиздат, 1972. – 118 с.