

Архітектурні засоби в інтер'єрі для компенсації дефіциту уваги

Нікіта Тимошук, бакалавр¹ (ORCID:0009-0005-6398-5489),
Тетяна Кашенко, доцент, кандидат архітектури¹(ORCID: 0000-0002-8535-8399)
Володимир Король, доцент,¹(ORCID: 0000-0001-5474-5321)

¹ Київський національний університет будівництва архітектури, м. Київ, Україна

АНОТАЦІЯ

У статті розглянуто проблему дефіциту уваги у сучасного суспільства та можливості архітектурних і дизайнерських рішень для її подолання. Особлива увага приділяється освітнім закладам, бібліотекам, музеям та офісам, де концентрація є ключовим фактором ефективної діяльності. Проаналізовано сучасний стан архітектури у цьому аспекті, наведено існуючі методи інтер'єрних рішень, розглянуто зарубіжний та український досвід. Запропоновано рекомендації щодо впровадження архітектурних засобів, що сприяють підвищенню рівня уваги та концентрації.

Ключові слова: архітектура інтер'єру, дефіцит уваги, психологія в архітектурі, громадські будівлі.

1. ВСТУП

У сучасному світі проблема дефіциту уваги стає все більш актуальною. За даними досліджень Microsoft[1] та багатьма новішими джерелами, середній *attentionspan* людини скоротився приблизно у 1,5-3 рази упродовж ХХІ сторіччя і наразі навіть менше, ніж у золотої рибки. Середовище цифрової багатозадачності, постійні інформаційні стимули та швидкий темп життя формують покоління, якому важко зосередитись на навчанні чи роботі.

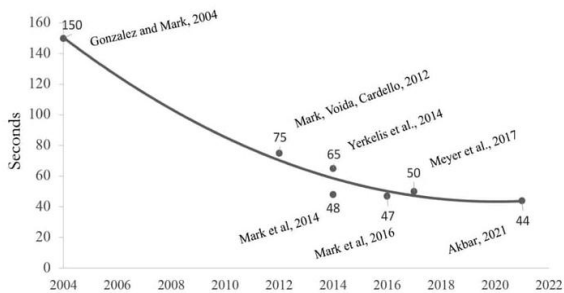


Рис. 1. Падіння середнього *attentionspan*з часом

Архітектура, як дисципліна, що створює умови для пізнавальної та професійної діяльності, виявляється неготовою до цього виклику. Багато будівель, зведених ще у ХХ столітті, не враховували потреби у підтримці концентрації. Натомість у сучасному будівництві ця проблема лише починає усвідомлюватися, але практичних рішень поки що небагато. Саме тому постає необхідність переосмислення архітектурних та інтер'єрних рішень крізь призму психології уваги.

Традиційно архітектура розглядалася з погляду форми, конструкції, ергономіки — але в останні десятиліття розвивається *нейроархітектура*, міждисциплінарний напрямок, який аналізує, як простір впливає на роботу мозку та сприйняття людьми. Зокрема, дослідження показують, що дизайн просторів може стимулювати увагу[7] і що існують архітектурні стратегії, які прямо націлені на підвищення уваги та "усвідомленості" користувачів[6],[9].

2. МЕТА РОБОТИ

Метою даного дослідження є привернути увагу до проблеми дефіциту уваги як нового соціально-культурного виклику в галузі архітектури; дослідити архітектурні та інтер'єрні засоби, що можуть сприяти концентрації; проаналізувати зарубіжний та український досвід у цій сфері; та запропонувати практичні рекомендації для застосування в першу чергу в навчальних закладах, бібліотеках, музеях та офісах.

3. ОСНОВНА ЧАСТИНА

3.1. Стан проблеми в сучасній архітектурі

Переважаюча більшість архітектурних рішень ХХ століття орієнтувалася на функціональність та економічність, але не на когнітивні процеси людини. Відкриті офісні планування, надмірна кількість візуальних стимулів, шум та відсутність зон для ізоляції створюють середовище, що лише підсилює дефіцит уваги [2].

3.2. Архітектурно-інтер'єрні методи боротьби з дефіцитом уваги

Сучасна архітектура дедалі більше усвідомлює, що сприйняття простору не обмежується зором: сенсорні модальності взаємодіють (освітлення впливає на відчуття тепла, звук — на відчуття безпеки)[10]. На сьогодні можна виділити наступні відомі аспекти:

- **Освітлення і тіні.** Дослідження показують, що локальне освітлення допомагає фокусувати увагу, тоді як рівномірне яскраве світло розсіює її [3];
- **Колір та фактура.** Нейтральні тони сприяють зниженню когнітивного навантаження, тоді як акценти у вигляді яскравих елементів виділяють ключові зони;
- **Візуальна навігація, семіотика.** Система впізнаваних знаків, стрілок і табличок, до яких легко звикнути, допомагає швидко орієнтуватися у просторі та мінімізує втрату концентрації [4];
- **Секторизація простору.** Використання перегородок, ніш, акустичних рішень створює "зони тиші" та сприяє зосередженню на роботі;
- **Біофільний дизайн.** Природні елементи (рослини, деревина, вода) знижують рівень стресу та підвищують стійкість уваги [5];

- Спеціалізовані шрифти для людей із СДВ (синдром дефіциту уваги). Такий шрифт допомагає збільшити швидкість читання у 2-3 рази. Використовується принцип біонічного читання: початок слова чи окремі склади виділяються, що допомагає швидко додумати слово, не читаючи його цілком.

Варто зазначити, що це далеко не повний перелік, адже проблематика дійсно нова і впроваджувати архітектурні рішення із вираженим психологічним впливом, не будучи певними у позитивному значенні ефекту, просто небезпечно.

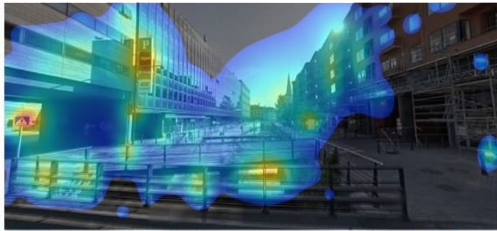


Рис. 2. Розподілення уваги в архітектурному середовищі. Аналітичне зображення, отримане у VisualAttentionSoftware

3.3. Практика застосування у світі та в Україні

У багатьох країнах (США, Нідерланди, Японія) активно впроваджуються принципи нейроархітектури: школи проєктують із врахуванням природного освітлення та зон відпочинку, бібліотеки — з компактними індивідуальними нішами, музеї — з чіткими маршрутами перегляду експозицій. У ряді сучасних архітектурних проєктів акцентується увага на візуальній навігації, лініях сприйняття та когнітивній архітектурі [8]. Зокрема, у Nestlé Headquarters (Вевей, Швейцарія, реконструкція 2016 року, Brönnimann et Gottreux Architectes SA) створено офісні простори з "капсулами уваги" (маленькі окремі кімнати-кабінки), в яких співробітник може усамітнитися для зосередженої роботи.

В Україні подібні практики лише набирають обертів. Так, у нових бібліотечних просторах Києва та Львова застосовуються принципи зонування та комбінованого освітлення, проте системний підхід ще не склався.

4. РЕКОМЕНДАЦІЇ

При проєктуванні нових будівель для закладів, де увага відвідувачів є критичною, а також при реконструкції таких закладів, бажано вживати наступних заходів:

- використовувати комбіноване освітлення: акцентне для робочих зон та м'яке фонове.
- забезпечувати візуальні орієнтири: кольорові акценти, символи на кшталт дорожніх знаків, направляючі лінії та форми (як рельєф інтер'єру, так і проста графіка на стінах, стелі та підлозі), спеціальні шрифти на табличках.
- впроваджувати компактні ізольовані зони для "глибокої" роботи, передбачати акустичні рішення для зменшення шуму.

5. ВИСНОВКИ

У дослідженні було показано, що дефіцит уваги є реальною та актуальною проблемою. Архітектура відіграє важливу роль у формуванні середовища, здатного або посилювати, або послаблювати цей виклик. Сучасні інтер'єрні рішення можуть стати ефективними засобами підтримки концентрації. Подальший розвиток архітектури має враховувати психологічні аспекти уваги, що робить цю сферу перспективною для досліджень та впроваджень.

Список літератури

- [1] Microsoft. Attention spans research report. Microsoft Canada, 2015. 52 p.
URL: <https://research.microsoft.com/en-us/u...>
- [2] Goldhagen S. W. Welcome to Your World: How the Built Environment Shapes Our Lives. New York: HarperCollins Publishers, 2017. 348 p. ISBN 978-0-06-195780-8.
- [3] Sternberg E. Healing Spaces: The Science of Place and Well-Being. Cambridge, MA: Harvard University Press, 2009. 336 p. ISBN 978-0-674-03217-7.
- [4] Kaplan R., Kaplan S. The Experience of Nature: A Psychological Perspective. New York: Cambridge University Press, 1989. 340 p. ISBN 978-0-521-34139-4.
- [5] Kellert S. R., Heerwagen J., Mador M. (eds.) Biophilic Design: The Theory, Science and Practice of Bringing Buildings to Life. Hoboken, NJ: Wiley, 2008. 432 p. ISBN 978-0-470-16334-4.
- [6] Thampanichwat C., Wongvorachan T., Bunyarittikit S., Chunjajinda P., Phaibulphitpong P., Wongmahasiri R. The Architectural Design Strategies That Promote Attention to Foster Mindfulness: A Systematic Review, Content Analysis and Meta-Analysis. Buildings, 2024. Vol. 14, № 8, article 2508. 25 p. DOI: 10.3390/buildings14082508.
- [7] Thampanichwat C. et al. A Systematic Review of Architecture Stimulating Attention. Sustainability, 2024. Vol. 16, № 15, article 6371. 30 p. DOI: 10.3390/su160156371.
- [8] Ro, B. R., Huffman, H. Architectural design, visual attention, and human cognition: exploring responses to federal building styles. Planning Practice & Research. 2025. Vol. 40, № 3, pp. 447-486. DOI: 10.1080/02697459.2024.2342755.
- [9] Coburn A., et al. Psychological and neural responses to architectural interiors. Journal of Environmental Psychology / Cognitive Neuroscience, 2020. Cortex, 2020, Vol. 126, pp. 217-241, DOI 10.1016/j.cortex.2020.01.009
- [10] Spence C. Senses of place: architectural design for the multisensory mind. Cognitive Research: Principles and Implications, 2020. Vol. 5, article 43. pp. 1-18. DOI: 10.1186/s41235-020-00243-4.