

УДК 72.012:747:658

**И.С. Турло, А.С. Фурман, Е.А. Коротыш**

Белорусский национальный технический университет

Минск, Беларусь

## **ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРОВ ОФИСНЫХ ПРОСТРАНСТВ ДЛЯ СОЗДАНИЯ КОМФОРТНОЙ И ЭФФЕКТИВНОЙ СРЕДЫ**

**Аннотация.** Статья посвящена исследованию дизайна интерьеров офисных пространств и его влияния на создание комфортной и эффективной рабочей среды. Рассматриваются основные элементы дизайна, такие как эргономика, освещение, цветовые решения, а также их влияние на психологический климат и продуктивность сотрудников. В основу положен анализ современных трендов в офисном дизайне.

**I.S. Turlo, A.S. Furman, E.A. Korotysh**  
Belarusian National Technical University  
Minsk, Belarus

## **OFFICE INTERIOR DESIGN FOR CREATING A COMFORTABLE AND EFFICIENT ENVIRONMENT**

**Abstract.** This article explores office interior design and its impact on creating a comfortable and efficient work environment. Key design elements, such as ergonomics, lighting, and color schemes, are examined, as well as their impact on employee well-being and productivity. This research is based on an analysis of current office design trends.

### **Введение**

В условиях динамичного экономического развития и трансформации подходов к организации рабочего пространства офис становится не только местом выполнения обязанностей, но и фактором, влияющим на эффективность и благополучие сотрудников. В Беларуси, где растёт сервисно-информационный сектор, возрастает и значимость продуманного проектирования офисов. Современное рабочее пространство должно быть функциональным и обеспечивать комфорт, способствующий продуктивности и снижению стресса. Цель исследования — проанализировать современные тенденции создания комфортной и функциональной офисной среды и их влияние на эффективность работы сотрудников.

### **Основная часть**

Создание удобного и эффективного офисного пространства – это многогранный процесс, сочетающий архитектурные решения с учетом психологических факторов. Каждый компонент среды оказывает влияние на формирование рабочей атмосферы, которая способствует росту продуктивности и удовлетворенности персонала. Ниже рассмотрим основные элементы организации пространства и их воздействие на восприятие и результативность труда. Проведем исследование среди работников офиса.

### **Эргономика и комфорт рабочего места**

Главным аспектом проектирования офисных пространств является эргономика, напрямую влияющая на комфорт и продуктивность сотрудников [1]. В современном офисе создание таких условий становится ключевым фактором, снижающим утомляемость, стресс и укрепляющим здоровье работников. В опросе участвовали 25 сотрудников в возрасте от 18 до 42 лет: 56% — от 18 до 24 лет, 16% — от 25 до 30 лет, 16% — от 31 до 36 лет и 12% — от 37 до 42 лет.

Рабочее место должно быть оснащено эргономичным креслом, поддерживающим правильную осанку и уменьшающим нагрузку на позвоночник. Регулируемая высота, подлокотники и поясничная поддержка помогают избежать болей в спине. 68% респондентов считают регулируемый стул ключевым элементом комфортного рабочего места.

Опрос также показал значимость открытой планировки, которая заняла второе место по приоритетности — 64%. Немаловажным остается и правильное освещение: важность искусственного света отметили 44% участников [2].

Следовательно, продуманная организация рабочего пространства, устранение лишних элементов и рациональное размещение инструментов напрямую повышают продуктивность. Комфортные условия усиливают мотивацию, помогают справляться со стрессом и положительно влияют на умственную активность сотрудников [3].

### **Освещение и его влияние на продуктивность**

Правильное освещение — один из ключевых факторов комфортной рабочей среды. Исследование показало, что оно напрямую влияет на продуктивность: 40% опрошенных считают, что яркий холодный свет повышает эффективность, 36% отмечают пользу тёплого рассеянного света, а 24% считают продуктивным мягкий приглушенный свет. Некачественное освещение может вызвать преждевременную усталость, головную боль и снижение концентрации.

Естественный свет наиболее благоприятен для организма: он поддерживает биоритмы, улучшает эмоциональное состояние и способствует бодрости. Сотрудники, работающие при достаточном дневном освещении, реже испытывают переутомление. По данным опроса, 76% считают, что естественный свет снижает стресс и улучшает настроение, тогда как 12% не видят влияния и отмечают сонливость.

Для офиса рекомендуется нейтральный или холодный свет: тусклый вызывает усталость глаз, а чрезмерно яркий — дискомфорт. Оптимальная яркость зависит от задачи, а светодиодные лампы без мерцания помогают избежать зрительного напряжения. Освещение не должно создавать резких теней и бликов.

Грамотно организованное искусственное освещение в сочетании с достаточным количеством естественного света играет важную роль в поддержании здоровья сотрудников, улучшает их эмоциональное состояние и способствует более высокой продуктивности в офисной среде.

### **Зонирование и организация пространства**

Зонирование и организация офисного пространства заметно влияют на эффективность работы и удовлетворённость сотрудников. Исследования подтверждают важность продуманной планировки. Открытые офисы становятся популярнее благодаря улучшенной коммуникации: 32% респондентов предпочли полностью открытую зону, 48% выбрали гибрид открытых и закрытых пространств, а 20% — полностью изолированные кабинки.

В open space особенно важно предусматривать зоны тишины и использовать звукопоглощающие материалы, поскольку шум является одной из главных причин стресса и снижения продуктивности. По данным опроса, 48% сотрудников считают эффективными ковры и акустические панели, 60% отмечают пользу стеклянных перегородок, а 12% полагают, что открытые потолки уменьшают акустическое воздействие. Такие решения помогают снизить уровень шума и создают более комфортную рабочую атмосферу.

Качественная акустика способна уменьшить когнитивный стресс на 15% и улучшить общую рабочую среду, положительно влияя на поведение и взаимодействие сотрудников.

Современные офисы всё чаще превращаются в многофункциональные пространства с зонами для общения, совместной работы и отдыха. Такая гибкая инфраструктура помогает адаптировать среду под разные задачи и повышает общий комфорт сотрудников.

## Цветовые решения и психологический комфорт

Цветовое оформление офиса влияет не только на эстетику, но и на психологическое состояние сотрудников [2]. На вопрос о его воздействии 64% опрошенных ответили, что цвет может вызывать стресс или расслабление; 20% считают, что он не оказывает влияния; 8% уверены, что визуальная композиция может заменять освещение; остальные выбрали собственные варианты.

Для создания спокойной атмосферы 48% участников предпочли бежевый цвет, 40% — белый, 8% — синий и 4% — жёлтый. Исследования подтверждают, что оттенки способны влиять на эмоции и работоспособность сотрудников.

Работа японских специалистов из Университета Хиого показывает, что взаимодействие с комнатными растениями снижает уровень стресса и улучшает самочувствие офисных работников. Психолог Ангела Райт в книге «The Beginner's Guide to Colour Psychology» отмечает, что решающее значение имеет не сам цвет, а его интенсивность. Она также утверждает, что синий воздействует на ум, жёлтый — на эмоции, красный — на тело, а зелёный помогает удерживать баланс.

Подбор подходящей цветовой палитры способен улучшить настроение коллектива, сформировать комфортную среду и повысить продуктивность.

## Другие факторы, влияющие на комфортную среду обитания сотрудников

Сотрудникам был задан вопрос: «Чтобы Вы добавили в офис для комфортной работы?». Многие из них, а именно 72%, предложили ничего не добавлять. 8% выбрали добавить зону отдыха и массажное кресло. 12% предложили свой вариант ответа. Обобщённые результаты всех проведённых опросов представлены ниже на рис. 1.



Рис. 1 - Сводная диаграмма ключевых факторов комфортного офиса

## Заключение

Оформление офисного интерьера существенно влияет на создание комфортной и продуктивной рабочей среды. Грамотно организованное пространство, включающее эргономичную мебель, продуманное освещение и гармоничную цветовую гамму, повышает эффективность сотрудников и улучшает психологический климат. Исследования подтверждают, что удобство и эстетика рабочего места напрямую связаны с удовлетворённостью персонала, поэтому создание функциональной среды является важным фактором развития бизнеса. По результатам опроса сотрудников был сформирован образ офисного пространства, отвечающий ключевым требованиям: регулируемый стул, яркое холодное и естественное освещение, комбинированная планировка, стеклянные перегородки, бежевые стены и наличие растений для уюта. Итоговое изображение представлено на рис. 2.



**Рис. 2 - Сгенерированное изображение офисного пространства**

## Список использованных источников

1. Панюкова Ю. Г., Александрова Е. С. Психологическое благополучие сотрудников офиса... // Современная зарубежная психология. 2025. Т.14, №2. С.141–152. Режим доступа: <https://psyjournals.ru> (дата обращения: 18.11.2025).
2. Психологические аспекты дизайна интерьера // Scilead.ru. 2024. Режим доступа: <https://scilead.ru> (дата обращения: 18.11.2025).
3. Павлова М. В. и др. «Здоровый» офис как фактор благополучия работников // Организационная психология. 2025. Т.15, №1. С.9–29. Режим доступа: <https://orgpsyjournal.hse.ru> (дата обращения: 18.11.2025).