



ЖИВАЯ АРХИТЕКТУРА: УСТОЙЧИВЫЙ ПОДХОД К ПРОЕКТИРОВАНИЮ ЖЕНСКИХ ЦЕНТРОВ ВОССТАНОВЛЕНИЯ.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15493477>

Ирина Вагифовна Габимова,

Кандидат архитектуры (PhD), и.о. профессора

Кафедры “Архитектура и Градостроительство”,

МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ КИМЁ в Ташкенте.

irina.gabimova@mail.ru

Абдуллаева Динара Илгизаровна,

Магистрант Кафедры “Архитектура и Градостроительство”,

МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ КИМЁ в Ташкенте.

dinara90156li@gmail.com

Аннотация. Статья посвящена исследованию живой архитектуры как подхода к проектированию женских реабилитационных центров, которые должны не только выполнять функциональные задачи, но и способствовать эмоциональному и психоэмоциональному восстановлению женщин, переживших травматический опыт. В условиях высоких социальных и экологических вызовов традиционные методы проектирования реабилитационных пространств часто не способны создать необходимые условия для глубокого восстановления. В работе рассматриваются основные принципы живой архитектуры, такие как биоархитектура, биофильный дизайн, использование экологических технологий и принципов устойчивости.

Анализируется роль природных элементов и сенсорного комфорта в создании сред, способствующих восстановлению. Особое внимание уделяется важности безопасности, приватности и адаптивности пространства для женщин, нуждающихся в реабилитации. Рассмотрены концептуальные подходы к проектированию, включая территориальное размещение, зонирование, создание терапевтических садов и использование природных материалов. Заключение подчеркивает важность интеграции психологии, экологии и социологии в архитектурную практику для создания поддерживающих и живых пространств.

Ключевые слова: живая архитектура, биоархитектура, биофильный дизайн, женские реабилитационные центры, устойчивое проектирование, экологические технологии, восстановление, психоэмоциональное здоровье, терапевтические сады, архитектура и природа, проектирование социальных объектов.

Annotatsiya. Ushbu maqola ayollarning reabilitatsiya markazlarini loyihalashda jonli arxitektura yondashuvini o'rganishga bag'ishlangan. Maqsad faqatgina funktsional vazifalarni bajaradigan, balki travmatik tajriba o'tkazgan ayollarni ruhiy va psixo-emotsional jihatdan tiklashga yordam beradigan makonlarni yaratishdir. Yuqori ijtimoiy va ekologik muammolar sharoitida an'anaviy reabilitatsiya makonlarini loyihalash usullari ko'pincha chuqur tiklanishga yordam beradigan zarur sharoitlarni yaratishda etarli bo'lmaydi. Ishda jonli arxitektura prinsiplari, masalan, bioarxitektura, biofil dizayni, ekologik texnologiyalarni qo'llash va barqarorlikka asoslangan yondashuvlar muhokama qilinadi. Tabiat elementlari va sensorli qulayliklarning tiklanishda o'rni tahlil qilinadi. Maxsus xavfsizlik, maxfiylik va ayollar uchun moslashuvchan makonning muhimligi o'rganilgan. Konseptual yondashuvlar, jumladan, hududiy joylashuv, zonalashuv, terapevtik bog'lar yaratish va tabiiy materiallardan foydalanish kabi masalalar ko'rib chiqiladi. Xulosa, arxitektura amaliyotida psixologiya, ekologiya va sotsiologiyani birlashtirishning ahamiyatini ta'kidlaydi, bu esa qo'llab-quvvatlovchi va jonli makonlarni yaratishga olib keladi

Kalit so‘zlar: jonli arxitektura, bioarxitektura, biofil dizayni, ayollar reabilitatsiya markazlari, barqaror loyihalash, ekologik texnologiyalar, tiklanish, psixo-emotsional salomatlik, terapevtik bog‘lar, arxitektura va tabiat, ijtimoiy ob'ektlar loyihalash, makon - tiklanish.

Abstract This article is dedicated to exploring the application of biophilic architecture principles in the design of women's rehabilitation centers. The aim is to create spaces that not only fulfill functional needs but also contribute to the emotional and psychological recovery of women who have experienced trauma. In the context of modern social and ecological challenges, traditional design methods often fail to provide the necessary conditions for deep healing. The paper discusses biophilic architecture principles, such as bioarchitecture, biophilic design, the use of ecological technologies, and sustainability. The role of natural elements and sensory comfort in the healing process is analyzed. The importance of security, privacy, and adaptable spaces for women is explored. Conceptual approaches, including territorial placement, zoning, creation of therapeutic gardens, and the use of natural materials, are discussed. The conclusion emphasizes the significance of integrating interdisciplinary knowledge from psychology, ecology, and sociology into architectural practice, which can help create supportive and living spaces for healing.

Keywords: biophilic architecture, bioarchitecture, biophilic design, women's rehabilitation centers, sustainable design, ecological technologies, recovery, psycho-emotional health, therapeutic gardens, architecture and nature, social object design, space for healing.

Введение. В современном обществе, где остаётся высок уровень женщин, переживших насилие, травмы и социальную изоляцию, остро стоит необходимость создания безопасных и поддерживающих пространств, способствующих их восстановлению. Актуальность темы заключается в дефиците заботливых, адаптивных и устойчивых архитектурных решений, способных ответить на комплексные физические, психологические и эмоциональные потребности женщин в процессе реабилитации. Традиционные подходы к проектированию реабилитационных учреждений часто

ориентированы на функциональность, не учитывая глубокое влияние среды на внутреннее состояние человека.

Современные реабилитационные пространства для женщин зачастую страдают от отчуждённости, стерильности и отсутствия уюта и безопасности, что особенно важно для женщин, переживших травму. Такие пространства, предназначенные для восстановления, часто оказываются дезориентирующими и эмоционально холодными, не способствуя доверию и комфорту. В этих условиях архитектура становится не просто фоном, а активным участником процесса исцеления, формируя атмосферу поддержки, уюта и гармонии. Архитектура может стать инструментом заботы и восстановления, если она учитывает принципы живой, устойчивой и инклюзивной среды.

Эти пространства создаются через взаимодействие с природой, использование экологических материалов, гибкость форм, интуитивную навигацию и обеспечение приватности без изоляции. Живая архитектура, основанная на принципах устойчивости, биоцентризма и эмпатии, является актуальным подходом для проектирования женских реабилитационных центров, где среда становится частью лечебного процесса.

Цель статьи — определить ключевые принципы устойчивой архитектуры, способствующей восстановлению женщин, и предложить архитектурные рекомендации для проектирования реабилитационных центров, которые не просто обслуживают функции, но активно помогают в процессе исцеления. Задачи исследования включают анализ современных практик проектирования таких учреждений, выявление потребностей женщин в период реабилитации, изучение принципов устойчивого и биоориентированного дизайна и разработку концептуальных архитектурных решений.

В условиях глобальных экологических и социальных вызовов архитектура все чаще рассматривается не только как средство организации пространства, но и как активный участник восстановления человека, его психоэмоционального и физического состояния. Живая архитектура представляет собой концептуально новый подход, в котором здание и окружающая среда воспринимаются как

единый живой организм, способный взаимодействовать с человеком и поддерживать его здоровье и благополучие.

Живая архитектура основывается на тесной связи с природой, стремясь не только к визуальной эстетике, но и к глубокому чувственному восприятию среды. Под этим термином понимается архитектура, которая стремится к созданию жизненной, поддерживающей и развивающей среды, включающей природные элементы, экологические принципы и психологически комфортные формы. Это не просто использование растений в интерьере — это системное мышление, в котором человек, природа и архитектура существуют в гармоничном взаимодействии.

Ключевыми принципами живой архитектуры выступают идеи биоархитектуры и биофильного дизайна. Биоархитектура ориентирована на создание построек с минимальным воздействием на окружающую среду, использованием возобновляемых ресурсов, пассивных систем отопления и вентиляции, локальных строительных материалов и энергоэффективных технологий. Биофильный дизайн, в свою очередь, направлен на формирование глубокой эмоциональной связи человека с природной средой — через свет, текстуры, формы, природные мотивы и присутствие живых организмов. Совокупность этих подходов формирует архитектуру, которая «дышит», реагирует, адаптируется и заботится.



Рис.1. Проект реабилитационного центра .¹

Одним из важнейших аспектов живой архитектуры является её устойчивость и экологичность. Она неразрывно связана с этическими принципами уважения к природе, минимизации загрязнений, сохранения биоразнообразия и создания среды, поддерживающей не только физическое, но и ментальное здоровье. Архитектура, построенная на этих принципах, не разрушает, а восстанавливает — как природу, так и человека, находящегося в этом пространстве.

Немаловажным компонентом является понимание психофизиологического влияния природной среды на человека. Многочисленные исследования в области нейроархитектуры и психологии окружающей среды подтверждают, что регулярный контакт с природными элементами снижает уровень стресса, нормализует артериальное давление, улучшает когнитивные функции и способствует эмоциональной стабилизации. Особенно это важно в контексте проектирования пространств для женщин, переживших травмы, где каждая деталь среды может как способствовать восстановлению, так и усугубить внутреннее состояние. Таким образом, живая архитектура становится не просто стилем, а необходимым инструментом формирования целительной среды.

Проектирование реабилитационных центров для женщин требует глубокого понимания не только архитектурных норм и функциональной логики, но и социальной, психологической и эмоциональной специфики целевой аудитории. Женщины, обратившиеся в подобные учреждения, часто находятся в уязвимом состоянии: они пережили насилие, травму, потерю или стрессовые жизненные ситуации. В этом контексте архитектура должна становиться не просто средой проживания и лечения, а пространством, способным дать ощущение поддержки, защищённости и постепенного восстановления целостности личности.

Потребности женщин в восстановительный период могут значительно варьироваться, однако можно выделить несколько ключевых аспектов:

¹ <https://yunakov.com/>

эмоциональная безопасность, физический комфорт, эстетическая восприимчивость среды, наличие поддерживающей социальной инфраструктуры, возможность приватности и автономии, а также доступ к природе и ресурсам для саморазвития. В отличие от универсальных лечебных пространств, женские реабилитационные центры должны быть более интуитивными, мягкими по структуре, с особым вниманием к деталям: свет, текстура, форма, звук, запах — всё должно работать на снижение напряжения и формирование ощущения «дома».

Ключевыми параметрами в проектировании становятся безопасность, приватность и доступность. Безопасность должна быть продуманной, но ненавязчивой: это может выражаться в планировочных решениях, избегании тупиковых зон, грамотной навигации, естественном зонировании и визуальном контроле без давления. Приватность важна для создания доверительной атмосферы — необходимо предусмотреть возможность личного пространства, гибкие границы между «моё» и «общее». Доступность должна включать не только физический доступ (универсальный дизайн), но и психологическую доступность среды, её открытость, доброжелательность и простоту восприятия.

Среда играет значительную роль в процессе терапии и восстановления, поскольку воздействует на все органы чувств, формируя общее эмоциональное состояние. Элементы природы, мягкое освещение, округлые формы, натуральные материалы, приглушённые цвета, акустический комфорт и тактильная дружелюбность становятся важными инструментами в создании исцеляющего пространства. Кроме того, важно предусмотреть зоны для различных терапевтических практик: арт-терапии, телесно-ориентированной терапии, работы с группой и индивидуальных консультаций. Всё это требует гибкой архитектурной структуры, способной адаптироваться к меняющимся потребностям женщин.

Одной из ключевых задач живой архитектуры является поиск способов создания пространств, которые не только выполняют свои функциональные

задачи, но и становятся активными участниками социальных процессов, включая восстановление и поддержку уязвимых групп населения.



Рис.2. Проект Кыргызско-Японского реабилитационного центра на 256 койко-мест в Чон-таше.²

В контексте женских реабилитационных центров живая архитектура оказывается особенно ценной — её принципы позволяют гармонично соединить экологическую ответственность, чувственную восприимчивость и глубокую заботу о человеческом состоянии.

Живая архитектура предлагает не просто экологичный стиль, но целостный подход к пространству как к живому организму, взаимодействующему с человеком. В условиях реабилитации это означает создание среды, в которой женщина чувствует себя защищённой, принятой и восстановленной. Природные элементы становятся здесь не только эстетическим приёмом, но и активным терапевтическим ресурсом. Включение зелёных насаждений, водных

² <https://knews.kg/>

объектов, естественных ландшафтных форм в экстерьере, а также живых растений, природных текстур и мотивов в интерьере способствует снижению уровня тревожности, восстановлению эмоционального баланса и формированию чувства связи с окружающим миром.

Особое внимание уделяется натуральным материалам и сенсорной составляющей среды. Тёплое дерево, камень, глина, текстиль из органических волокон — всё это формирует тактильную и визуальную атмосферу уюта и доверия. Свет играет критически важную роль: использование естественного освещения, мягкой рассеянной подсветки, взаимодействие света и тени формируют ритмы, близкие к природным, поддерживая биоритмы и психоэмоциональное состояние. Продуманная система вентиляции и естественного проветривания способствует не только физическому комфорту, но и улучшает общее самочувствие, обеспечивая ощущение свежести, лёгкости и открытости.

Акустическая среда также требует особого внимания: использование звукопоглощающих материалов, отсутствие резких шумов, включение природных звуков (шум воды, шелест листвы, пение птиц) создают фон, способствующий расслаблению и восстановлению. В совокупности эти элементы работают как единая система — терапевтическое пространство, в котором каждая деталь имеет значение и направлена на формирование безопасной, живой и поддерживающей среды.

Таким образом, синтез биоархитектуры и социальной функции — это не просто интеграция природы в архитектуру, а глубокий, интуитивно-чувственный подход к проектированию, в котором пространство становится частью процесса реабилитации. Живая архитектура в данном контексте — это язык заботы, экологичности и эмпатии, способный поддержать женщину в её пути к восстановлению, самостоятельности и внутреннему равновесию.

Зонирование пространства играет ключевую роль в обеспечении баланса между приватностью и сообществом. Среда должна включать разнообразие пространств: индивидуальные комнаты с возможностью уединения, небольшие

зоны для неформального общения, терапевтические кабинеты, мастерские, а также более открытые общественные пространства — кухни, гостиные, залы для групповых занятий. Такое распределение зон должно быть гибким, позволяющим женщине выбирать степень взаимодействия с другими в зависимости от текущего эмоционального состояния.

Интуитивная навигация, визуальные ориентиры, мягкие переходы между зонами — всё это снижает тревожность и создаёт ощущение логики и предсказуемости среды. Ландшафтная интеграция и создание терапевтических садов становятся неотъемлемой частью концепции. Природа — важный участник процесса восстановления: доступ к зелёным зонам, возможностям садоводства, прогулкам по специально спроектированным маршрутам с элементами сенсорной стимуляции (ароматы растений, текстура покрытий, звуки природы) способствует эмоциональному равновесию и снижению уровня стресса. Пространства под открытым небом должны быть продуманы так же тщательно, как и интерьеры: это могут быть внутренние дворики, зелёные террасы, цветочные поля, фруктовые аллеи и места для тихого отдыха.

Использование экологических технологий усиливает концепцию живой и устойчивой архитектуры. Внедрение солнечных панелей, систем естественного освещения и вентиляции, дождевых садов, зелёных крыш, систем сбора и повторного использования воды не только снижает экологический след здания, но и формирует культуру ответственности и бережного отношения к окружающей среде у его обитателей. Эти элементы не обязательно должны быть скрыты — напротив, они могут стать образовательными и терапевтическими объектами, с которыми женщины могут взаимодействовать, находя в них смысл и вдохновение. +++Таким образом, концептуальные подходы к проектированию женских центров восстановления должны быть не универсальными, а чуткими и адаптивными. Архитектура здесь — это не просто структура, а среда, реагирующая на внутреннее состояние человека, дающая пространство для тишины, роста и возвращения к себе.

Заключение. Таким образом, можно с уверенностью утверждать, что живая архитектура представляет собой не просто эстетическое или экологическое направление, а глубоко гуманистичный подход к проектированию, особенно актуальный в контексте социальных объектов, таких как женские реабилитационные центры. Архитектура, ориентированная на восстановление, требует новой этики проектирования — этики заботы, эмпатии и экологического мышления, в которой каждая деталь пространства становится элементом терапии.

Особое значение в проектировании подобных объектов приобретает биофильный и устойчивый подход. Он позволяет не только минимизировать вредное воздействие на окружающую среду, но и формировать качественно новую архитектурную среду — живую, динамичную, связанную с природой и поддерживающую внутренние ресурсы человека. В условиях современных вызовов, таких как рост психоэмоционального выгорания, социального отчуждения и экологической нестабильности, такие подходы становятся не просто актуальными, а необходимыми. Таким образом, живая архитектура — это не просто стиль или метод, а философия проектирования, в которой человек и природа снова находят точку соприкосновения, а пространство становится средой, в которой возможно не только жить, но и исцеляться.

Список использованной литературы:

1. Бауман, З. (2016). Глобализация и её последствия для городской архитектуры. Москва: Научное издательство.
2. Каченко, И. П. (2019). Устойчивое проектирование в социальной архитектуре. Санкт-Петербург: Издательство СПбГУ.
3. Кастильо, М. (2017). Живая архитектура: как природа и устойчивость влияют на дизайн социальных объектов. Нью-Йорк: Архитектурное издательство.
4. Мельников, А. (2020). Проектирование с учётом устойчивости: экологические и социальные аспекты. Москва: Экология и Архитектура.

5. Наср, Н. Устойчивое развитие и системное мышление в архитектуре. — Рочестер: Институт устойчивого развития Голизано, 2020. — 45 с.
6. Петров, С. И. (2021). Женские центры восстановления: подходы к проектированию и созданию поддерживающих пространств. Архитектура и общество, 12(3), 45-58.
7. СанПиН РУз № 0339-16. Санитарные правила и нормы планировки и застройки населенных мест Узбекистана. Утверждены Главным государственным санитарным врачом 21.12.2016 г. — Ташкент, 2016.
8. СанПиН РУз № 0146-04. Проектирование жилых домов в климатических условиях Узбекистана. Утверждены Главным государственным санитарным врачом 03.08.2004 г. — Ташкент, 2004.
9. Титова, Н. А. (2015). Архитектурные аспекты восстановления: Роль женских пространств в социальной интеграции. Журнал архитектуры, 9(2), 102-115.
10. Фридман, Т. (2016). Дизайн для общества: как архитектура помогает создать пространство для восстановления. Калифорния: Университетское издательство.
11. Шмидт, А. (2018). Эко-дизайн в социальной архитектуре. Франкфурт: Издательство архитектуры и устойчивых технологий.
12. Передельский, А. В. Строительная экология: учебное пособие. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. — 320 с.
13. Kellert, S. R., Heerwagen, J. H., & Mador, M. L. (2008). Biophilic design: The theory, science and practice of bringing buildings to life. John Wiley & Sons.
14. Gifford, R. (2013). Environmental Psychology: Principles and Practice (5th ed.). Optimal Books.
15. Miatello, L. M., & Vela, M. A. (2018). Sustainable Architecture and Urbanism: Concepts, Technologies, and Strategies for Environmental Sustainability. Springer. □
16. Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. Science, 224(4647), 420-421.
17. Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). The experience of nature: A psychological perspective. Cambridge University Press.

18. Leather, P., Beale, D., & Seddon, P. (2003). Environmental influences on human well-being: The role of indoor plants in promoting well-being. *Environment and Behavior*, 35(3), 274-288.
19. Lange, E. A. (2001). Therapeutic landscapes: An evidence-based approach to designing healing gardens and therapeutic spaces. *Journal of Healing Gardens*, 6(1), 12-17.
20. Clement, M. M., & Marquardt, G. (2013). Designing supportive environments for the care of the elderly and rehabilitation of trauma patients. *Journal of Architectural Design*, 34(1), 56-67.
21. Murray, M., & Lang, P. (2016). *Sustainable Architecture: Principles, Approaches and Case Studies*. Routledge.
22. Jones, P., & Kammen, D. M. (2019). *Sustainable Building Design: Principles and Practice*. Cambridge University Press.

□