

Комфорт и психологическое благополучие жителей как тренд проектирования жилых массивов мегаполиса

УДК 159.99 + 656.207:711

DOI: 10.25991/h3099-0065-9402-t

Аннотация

В статье обсуждается современный тренд трансформации архитектурно-строительного проектирования и застройки жилых массивов крупного города (мегаполиса), который предполагает переход от приоритета экономических моделей застройки к проектам, ориентированным на психологическое благополучие и комфорт жителей. Проведён сравнительный анализ трёх локаций Санкт-Петербургской агломерации: Мурино (депрессивный спальный район), Юнтолово (референтный проект нового типа) и Красногвардейский район (зона реновации советского наследия). Установлено, что успешные современные проекты фактически возвращаются к принципам ленинградской ансамблевой школы (периметральная застройка, пропилеи, световые ниши, иерархия дворов), в то время как депрессивные районы являются продуктом ультра-модернистской модели «свободной застройки» без пространственного каркаса. Предложены критерии оценки, позволяющие обозначить тренды проектирования и реновации жилых массивов с учетом психологического благополучия и комфорта жителей.

Ключевые слова: психологическое благополучие, комфортная городская среда, реновация, референтные проекты нового типа, ленинградская ансамблевая школа, депрессивные районы, ультра-модернистская модель.

Бешенцев И. Д.,

Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, студент,
Санкт-Петербург, Россия,
ivanbeshentsev@yandex.ru

Лобанова Ю. И.,

кандидат психологических наук, доцент,
Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет,
Санкт-Петербург, Россия,
gretta25@list.ru

Ivan D. Beshentsev

Saint Petersburg State University
of Architecture and Civil Engineering,
student,
Saint Petersburg, Russia,
ivanbeshentsev@yandex.ru

Yulia I. Lobanova

Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor,
Saint Petersburg State University
of Architecture and Civil Engineering,
Saint Petersburg, Russia,
gretta25@list.ru

Для цитирования:

Бешенцев, И. Д. & Лобанова, Ю. И.
(2026). Комфорт и психологическое
благополучие жителей как
тренд проектирования
жилых массивов мегаполиса.
*Психология человека и социальной
среды*, 1 (2), 21–30. doi:10.25991/h3099-
0065-9402-t

Resident comfort and psychological well-being as a trend in residential community design in megacities

Abstract

This article discusses the current trend of transforming the architectural and construction design and development of residential communities in large cities (megapolises), which involves a shift from the priority of economic models for infill development to projects focused on the psychological well-being and comfort of residents. A comparative analysis of three locations in the St. Petersburg agglomeration was conducted: Murino (a depressed residential area), Yuntolovo (a reference project of a new type), and Krasnogvardeisky District (a Soviet heritage renovation zone). It was found that successful contemporary projects essentially return to the principles of the Leningrad ensemble school (perimeter development, propylaea, light niches, courtyard hierarchy), while depressed areas are the product of an ultra-modernist “free development” model without a spatial framework. Evaluation criteria are proposed to define the design and renovation trends for residential areas, taking into account the psychological well-being and comfort of residents.

Keywords: psychological well-being, comfortable urban environment, renovation, reference projects of a new type, Leningrad ensemble school, depressed areas, ultra-modernist model.

Постановка проблемы, цели и задачи исследования

Современные архитекторы и строители, проектируя городскую застройку, ориентируются на установленные законом нормативы и прошедшие конкурс проекты. Принимаемые ими решения часто оказываются сугубо техническими (Лобанова, Малицкая, 2015), например, использование разных видов искусственно созданных строительных материалов — стекла, бетона, пластика. В результате человек оказывается окруженным высотными зданиями, шумными трассами и искусственно созданными материалами. Жизнь человека в современных городских условиях оказывается под влиянием стрессогенных факторов. В числе таких факторов специалисты называют социальную изоляцию, отсутствие чувства принадлежности к району, визуальный шум, нехватку зелёных зон и плохую экологию, хаотичную застройку, отсутствие инфраструктуры для отдыха и общения, а также высокую плотность населения (Литвинцев, Осьмук, 2019, 2020; Кияненко, 2026, Коркишко, 2025). Перечисленные стресс-факторы усугубляются факторами хронического транспортного стресса, планировочными решениями, связанными с застройкой жилых территорий.

Ориентация на комфорт и психологическое благополучие жителей все же косвенно учитывается в архитектурно-строительных документах, регулирующих реализацию градостроительных проектов. В этих документах заложен принцип эффективности, но реализуется он преимущественно в экономическом плане (максимум результатов при минимуме вложений).

Но как такая эффективность может отражаться на психологическом благополучии жителей, на их здоровье?

Для ответа на этот вопрос и определения человеко-ориентированного тренда проектирования жилых массивов Санкт-Петербурга как города-мегаполиса нами было задумано и проведено сравнительное исследование.

Цель исследования: сравнительный анализ особенностей городского планирования и застройки трех современных жилых районов Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть на уровне теоретического анализа современные типовые модели жилищной застройки и градостроительные традиции прошлого.
2. Сформировать критерии оценки жилых массивов с позиций комфорта и психологического

благополучия жителей — как основания для описания человеко-ориентированного градостроительного тренда.

3. Применить сформированные критерии и оценить градостроительные тренды трех жилищных застроек Санкт-Петербурга и Ленинградской области — двух современных и одной реновационной.

Гипотезы в данном исследовании отсутствуют, поскольку исследование носит поисковый характер. Как известно, в поисковых исследованиях (exploratory research) отсутствие гипотезы — это нормальная практика, направленная на сбор первичных данных, выявление закономерностей и формирование базы для будущих теорий. Отличие заключается в том, что вместо проверки догадки ученые задаются открытыми вопросами.

В нашем исследовании в соответствии с поставленными задачами это вопросы о типовых моделях жилищной застройки, критериях анализа и оценки жилых массивов, характеристиках конкретных сравниваемых жилых территорий Санкт-Петербурга и Ленинградской области, оценки с человеко-ориентированной позиции трендов (моделей) проектирования этих территорий.

Методы исследования:

1. Теоретический анализ для выявления типовых моделей и критериев сравнения.
2. Метод кейсов (case-study) — применение выявленных критериев для анализа сравниваемых жилых массивов с последующей оценкой трендов их проектирования и застройки.

Результаты теоретического исследования типовых моделей городской застройки и формирование критериев сравнения

В исследовании Д. Д. Овчаренко «Наследование градостроительных традиций в проектировании жилой среды Ленинграда 1960–80-х гг.» (Овчаренко, 2014) представлены две типовых градостроительных модели — западный функционализм («Афинская хартия» Ле Корбюзье) и ленинградская школа ансамблевой застройки.

Автор подчеркивает, что ключевое различие этих моделей заключается в понимании роли уличной сети. Если на Западе магистралям отводится роль чистых транспортных артерий, то в Ленинграде prospect понимался как «центр социальной активности».

Ленинградская ансамблевая застройка предполагала ряд канонов:

- регулярную уличную сеть с кварталами 0,5–5 га,
- коридорный тип улиц, создающий чувство «комнаты под открытым небом»,
- силуэт с контрастом фоновой застройки и вертикальных доминант,
- приемы ориентации движения (пропилеи, угловые башни, перспективы).

На основании представленного описания можно сформировать первый критерий психологического комфорта жителей — улицы как центр социальной активности.

Московские градостроители исторически выделяли основные морфотипы застройки: периметральная, строчная, точечная, групповая.

В своей работе, посвященной основным морфотипам, А. Змеул (Змеул, 2024) квалифицирует застройку 1970–1980-х годов в Москве (массовые серии) как «несовместимую по композиционно-планировочным характеристикам» с исторической средой. Плотность кварталов такой застройки многократно превышает исторический «предел комфортности» и параметры традиционных морфотипов. Зная морфотип территории, можно установить нормативные пределы уплотнения, этажности и плотности, чтобы новое строительство не разрушало историческое своеобразие.

Второй критерий комфортности жителей можно сформулировать как соответствие композиционно-планировочных характеристик историческому «пределу комфортности». Но в такой формулировке этот критерий важен при наличии исторической среды, традиционно присущей данному району. Тогда на территории появляются знаки культурного наследия. В иных случаях роль культурных компонентов комфортности могут играть современные конструкции и формы.

Исследователи Л. О. Беляева и К. И. Стрельец (Беляева, Л. О., & Стрелец, К. И., 2023) выделяют выделить три уровня психологического благополучия и комфорта жителей, которые должны быть заложены в проект. Эти уровни — это еще три критерия комфорта и психологического благополучия жителей:

1. Уровень планировочного каркаса (борьба с транспортным стрессом и барьерами),
2. Уровень морфологии квартала (формирование дворов-садов и полужамкнутых пространств),
3. Уровень социального обслуживания (доступность школ, садов и «третьих мест» в пешей доступности).

К этим пяти критериям можно добавить ряд очевидных критериев:

- высотность застройки;
- материалы, используемые для возводимых зданий;

- особенности используемых конструкций и технологий (например, панельное домостроение, монолитное или кирпично-монолитное);
- благоустроенность территории и развитость ее инфраструктуры, наличие зеленых зон;
- развитость сети дорог и транспортной сети.

Высотная застройка (выше 7 этажей) создает стрессовые (с биологической точки зрения) условия для ее жителей. Как показано в ряде исследований (Коркишко, 2025; Литвинцев, Осьмук, 2019, 2020) при проживании в квартирах, расположенных выше седьмого этажа, у людей часто возникают проблемы — как с соматическим, так и с психическим здоровьем. На физическом уровне жители многоэтажек сталкиваются с негативным воздействием загрязненного воздуха, шумов, вибрационных нагрузок. Проживание «на высоте» усиливает и без того существующий у городского человека разрыв с природной средой, что может вызывать негативные переживания как из-за отсутствия важных для человека ощущений, возникающих при взаимодействии с природными материалами (земля, древесная кора, природный камень), так и из-за неудовлетворения эстетических потребностей, связанных с наблюдением за объектами природы. С психологической точки зрения в высотных многоквартирных домах людям сложнее выстраивать социальные связи, у них сильнее проявляется чувство изолированности и одиночества, то есть может возникать коммуникативный стресс. В результате многоэтажное жилье порождает страхи, тревожные состояния, которые разрушают психическое здоровье человека.

Дешевые материалы, используемые для возводимых зданий (бетон, пластик, стекло) являются скорее сигналами открытости, которые подходят для общественных зданий, предназначенных для открытого взаимодействия большого количества людей. Но жилой дом — это место приватности, частичка безопасного пространства. Это уютное небольшое пространство, созданное из природных материалов (дерево, натуральная ткань) с природными элементами (растения, цветы), транслирующие «сердечные» сигналы. (Люшер Макс, 1996, «Сигналы личности»)

Городское планирование с чрезмерной ориентацией на экономические приоритеты создает дополнительно транспортный стресс, который при аккумулированности высотных многоэтажных зданий на сравнительно небольшой территории многократно усиливается — дороги «не выдерживают» транспортные потоки, которые были бы адекватны запросам, проживающим в зданиях людей (Коркишко, 2025; Литвинцев, Осьмук, 2019, 2020; Kaskad Family).

По данным исследований (например, анализ уровня кортизола у жителей спальных районов), длительный транспортный стресс ведёт к повышению тревожности, снижению удовлетворённости жизнью и даже к росту сердечно-сосудистых заболеваний

(Алексеева, Слепцова, Портнягина, 2021).

Надо заметить, что с помощью подобных критериев застройщики и продавцы недвижимости неофициально определяют класс жилья (нормативных документов по данному вопросу не существует). Максимально негативное сочетание критериев характерно для жилья эконом-класса.

Обобщая перечисленные угрозы психическому здоровью, добавим к пяти выше сформулированным критериям еще важных два:

- снижение биологического и коммуникативного стресса в условиях низковысотности зданий, использовании качественных материалов возводимых зданий, их индивидуального

дизайна отделки, а также благоустройства территории,

- снижение транспортного стресса при развитии транспортной инфраструктуры.

Результаты сравнительного исследования

Для сравнительного анализа были выбраны три жилищных массива Санкт-Петербурга и Ленинградской области: кейсы двух районов современной застройки — Мурино и Юнтолово и кейс Красногвардейского района — как района реновации.

Параметр	Мурино (Антитренд)	Юнтолово (Тренд)	Красногвардейский р-н (Реновация)
Тип зонирования	Дисперсный, без центра	Компактный с выявлением центра	Переход от дисперсного к компактному
Планировочный каркас	Тупиковые вводы, радиальные шоссе	Живые улицы + хорды (трамвай)	Сетка жилых улиц (регулярная)
Морфотип	Точечный + хаотичная строчная	Групповая + смешанная	Периметральная + групповая
Вертикальный силуэт	Монотонный (однородная высота)	Контрастный (доминанты 20–25 эт.)	Однородный фон + редкие доминанты
Ориентация движения	Потерянность (нет ориентиров)	Осевые доминанты / пропилеи	Воссоздание исторических осей
Транспортная доступность	Высокая нагрузка, барьеры	Вынос паркингов, обособленный трамвай	Умеренная, реконструкция проездов
Реализация идеи «Афинской хартии»	Максимальный разрыв с традицией	Наследование ленинградской школы	Компромиссный вариант
Площади квартир	Маленькие	Средние или выше средних	Средние
Высотность застройки	Большая	Разнообразие	Средняя высотность
Благоустройство территории	Плохо развитая инфраструктура	Развитая	Развитая
Используемые технологии и материалы	Дешевые и средние по стоимости	Средние по стоимости, больше разнообразие	Средние
Экологические факторы	Неблагоприятные: КАД и ЛВЭП в непосредственной близости	Благоприятные: Юнтоловский заказник, озеро	Благоприятные: парк

Табл. 1. Сравнительный анализ кейсов трех районов Санкт-Петербурга

Результаты сравнения трех кейсов представлены в Табл. 1.

По классу жилье в трех сравниваемых районах города кардинально не отличается. Однако стоимость его (при близких площадях) разная: наименьшая в Мурино, самая высокая — в Юнтолово. Следовательно, можно говорить о том, что степень благополучия (и переживаемого стресса, соответственно) возникающие у жильцов, проживающих в соответствующих условиях, действительно отражается на востребованности на рынке и экономической стоимости жилья одного класса в разных районах Санкт-Петербурга с разным типом городского планирования и отличающимся транспортным обеспечением.

Прокомментируем информацию, представленную в таблице.

Начнём с рассмотрения так называемого «депрессивного» спального района — жилищного массива Мурино (Всеволожский район Ленинградской области). Надо признать, что Мурино не напрасно считают «полигоном боли» современной урбанистики (Коммерсант, 2026). Формально здесь используется групповая и смешанная застройка, но на практике она мутировала в точечно-барьерную.

Такая застройка преподносит для жителей целый ряд проблем:

- транспортный коллапс: Мурино практически не имеет прямых въездов в Санкт-Петербург, и в соседние поселения; помимо транспортного стресса это создаёт также и хронический стресс доставки (commuter stress);
- эффект «колодца»: застройка кварталов велась без учёта петербургского принципа периметральности; высотные «свечки» (30+ этажей) поставлены сплошной стеной, создавая аэродинамическую трубу и акустический коридор от КАД; отсутствуют «световые ниши» и разрывы для проветривания;
- дефицит идентичности: следуя тезису Д. Д. Овчаренко об ансамбле, в Мурино утерян принцип вертикальной доминанты (Овчаренко, 2014); застройка однородна по силуэту (везде 22–25 этажей); житель не может визуально сориентироваться, что повышает его тревожность.
- дефицит «сердечных» сигналов при чрезмерности общественных (и это в районе, где люди отдыхают после рабочего дня, а не работают);
- депривация эстетических потребностей (мало и слабо развитые зоны отдыха, дефицит озеленения и культурных символов, монотонная вертикального типа застройка).

Если применить к оценке этого района сформулированные выше критерии, то можно охарактеризовать Мурино как район, в котором:

1. Улицы не являются центром социальной активности

2. Исторический (традиционный для Санкт-Петербурга) «предел комфортности» не соблюдается, культурных символов нет.
3. Присутствуют транспортные барьеры.
4. Дворы-сады и замкнутые пространства отсутствуют.
5. Доступность школ, садов и «третьих мест» в пешей доступности в полной мере не обеспечена
6. Высотность, материалы возводимых зданий и благоустройство территории не снижают угрозу развития биологического и коммуникативного стресса.
7. Транспортный коллапс способствует возникновению транспортного стресса.

Итак, Мурино — это пример того, как игнорирование наследия ленинградской градостроительной школы (переход к «ультра-модернистской концепции» свободной застройки без пространственной иерархии) ведет к радикальному снижению психологического благополучия и комфорта. Люди здесь воспринимают своё существование как жизнь в микропикселях, микросхемах или капсулах. В этих условиях растут депрессивные настроения, у жителей снижается мотивация демографического роста, что особенно осложняет жизнь молодых семей, которые в большинстве своём покупают студии или однокомнатные квартиры, хотя имеют нередко от 1 до 2, иногда даже 3 детей.

Рассмотрим второй кейс — Юнтолово (жилой массив в Приморском районе Санкт-Петербурга). В Юнтолово реализована концепция возвращения к «жилой улице», реализованы следующие архитектурные решения, ориентированные на благополучие граждан:

- гибрид периметральной и групповой застройки: Юнтолово использует принцип структурно дифференцированных кварталов; кварталы дробятся на подкварталы с помощью бульваров и аллей (Овчаренко, 2014);
- воссоздание «жилой улицы»: проект наследует идеи Е. М. Полторацкого (Полторацкий, 1974) и С. П. Шмакова (Шмаков 1979); внутри квартала создана пешеходная торговая улица с кафе и лавочками («нефе»), а не тупиковые проезды-вводы, что возвращает эффект «калейдоскопа впечатлений», о котором писал С. Д. Митягин — смена освещенных и теневых участков, узких коридоров и широких дворов компенсирует монотонность панельных фасадов (Митягин, 1975);
- транспортная доступность: в городе развита УДС, она связана с автомагистралями — КАД, Приморским шоссе, однако магистрали не влияют на экологическую составляющую, так как расположены достаточно далеко от города, и скрыты в лесополосах

Юнтоловского заказчика; по оси главной улицы (Юнтоловский проспект) заложено место под прокладку трамвайной линии.

Жители Юнтолово благодаря структурированности пространства получают возможность демонстрировать достаточно высокий уровень удовлетворенности средой — они ощущают контроль над территорией.

В соответствии с вышеприведенными критериями охарактеризовать жилой массив Юнтолово можно так:

1. Улицы являются центром социальной активности.
2. Предел комфортности соблюдается частично (высотное строительство присутствует, но есть и экологические зоны — экотропа, лесные зоны); наличествует достаточное количество культурных символов и конструкций.
3. Транспортная разветвленность (Приморское шоссе, КАД).
4. Дворы-сады и замкнутые пространства присутствуют
5. Доступность школ, садов, «третьих мест» (принцип структурно дифференцированных кварталов)
6. Высотность не создает угрозу возникновения стресса (высотное строительство перемежается с малоэтажным)
7. Угроза транспортного стресса снижена (несмотря на удаленность от метро, жители, благодаря структурированности пространства, ощущают контроль над территорией).

Наконец, рассмотрим третий пример — позднесоветский модернизм в Красногвардейском районе Санкт-Петербурга (округа Ржевка, Пороховые).

Психологическая особенность микрорайона состоит в том, что вместо тотальной застройки пространства девятиэтажными «ширмами» (Шмаков, 1979), современный подход предполагает создание «пространственных вестибюлей» (Овчаренко, 2014). Человек входит в квартал через акцентированный вход-площадь, затем попадает на внутриквартальную площадь, затем во двор, затем в подъезд. Эта иерархия «публичное — полуприватное — приватное» является фундаментом психологической безопасности.

Учитывая перечисленные психологические особенности, в случае проведения реновации в Красногвардейском районе необходимо обратить внимание на следующее:

- санация дворов: разрывается сплошная стена «домов-пластин», создаются курдонеры (полуоткрытые дворы), что позволяет реализовать принцип «двор-гостиная»,
- плотность против комфорта: сегодняшние проекты реновации (в том числе обсужда-

емые для бывшего «Комендантского аэродрома») возвращаются к идее «световых ниш» Невского проспекта — чередования активных фасадов (с магазинами) и зеленых разрывов.

По нашим критериям получается, что в Красногвардейском районе на сегодняшний день:

1. Улицы не являются центром социальной активности, но есть «пространственные вестибюли».
2. Комфортность планируется повысить за счет идеи «световых ниш» (чередования активных фасадов с зелеными разрывами)
3. Транспортных барьеров нет
4. Дворы-сады отсутствуют, но реализуется принцип иерархия «публичное — полуприватное — приватное», что является фундаментом психологической безопасности.
5. Социальная доступность обеспечена в полной мере
6. Преобладает малоэтажное жилье.
7. Транспортный стресс минимизирован.

Обсуждение результатов исследования

В целом, анализируя кейсы трех регионов, можно убедиться в том, что градостроительные решения могут и должны приниматься при согласовании технократического, утилитаристского и гуманистического подходов. Практически это должно отразиться в поиске баланса трех критериальных систем: экономической, социально-психологической и экологической-инфраструктурной.

Успешный проект (Юнтолово) демонстрирует положительную динамику по всем трём критериям: рыночная премия к цене квадратного метра (по данным Nikoliers — на 18% выше, чем в соседних спальных районах) (Nikoliers, 2023), высокая удовлетворённость жителей по индексу качества городской среды (расчётный показатель Минстроя — 231 балл против 161 в Мурино) (Минстрой РФ, 2026), а также соответствие нормативам по озеленению и пешеходной доступности. Этот проект является хорошим примером интеграции всех трех подходов и может быть обозначен как интегративный тренд.

Неуспешный проект (Мурино) показывает «просадку» по социально-психологическим параметрам (высокий уровень стресса, низкая удовлетворённость) при средних экономических показателях и низком качестве благоустройства (Минстрой, 2026). «Провальность» проекта фиксируется не снижением прибыли застройщика (она краткосрочно высока), а совокупностью долгосрочных социально-психологических издержек и падением ликвидности

на вторичном рынке. Тренд, в соответствии с которым был выполнено и реализован этот проект можно квалифицировать как односторонний и утилитаристский. Компромиссный тренд символизирует проект Красnogвардейского района Санкт-Петербурга: этот проект все еще остается по своей сути утилитаристским, но в нем уже прослеживается тяготение к человеку. Изменение существующего в проектировании и строительстве подхода, на наш взгляд, невозможно без выполнения следующих трёх принципиально важных условий.

1. Переход на принцип «инфраструктура вперёд» — выделение бюджетных средств на опережающее строительство дорог и сетей до начала жилой застройки, с последующей компенсацией за счёт налогов и платы за подключение (пример — мастер-планы развития новых районов Москвы и Татарстана) (*Inkazan, 2025*).
2. Введение долгосрочных контрактов жизненного цикла для застройщиков, когда компания отвечает не только за строительство, но и за эксплуатацию и модернизацию инженерной и транспортной инфраструктуры в течение 15–20 лет (опыт Финляндии и Германии) (*Vegaslex, 2009*).
3. Изменение менталитета — переход от моделей, ориентированных на краткосрочную максимизацию прибыли, к концепции стейкхолдерского капитализма (долгосрочного партнёрства девелопера, муниципалитета и жителей). Пилотные проекты КРТ («комплексного развития территорий») в Санкт-Петербурге (территория бывшего завода «Звезда», намывные территории Васильевского острова) уже начинают внедрять практику «общественных договоров»: публичные слушания, соглашения о благоустройстве и транспортном обслуживании на этапе планирования. Без изменения системы ценностей, признания городской среды общим, а не только частным благом, ни одна нормативная реформа не заработает.

Заключение

Жилье может и должно удовлетворять биологические потребности человека, быть психологически комфортным и безопасным для человека, доступным по цене. При выполнении данных условий можно надеяться на повышение качества жизни жителей и на преодоление демографических проблем, существующих в настоящее время в России.

Внедрение в жизнь нормативно-правовых документов, соответствующих запросам жителей будущего, обеспечивающих комфорт и психологиче-

ское благополучие, должно стать трендом проектирования и застройки жилых массивов крупных городов (мегаполисов). Это не просто технический вопрос, а проблема социальной политики, которая может и должна решаться с опорой на психологическую науку.

Развитие городов в современных условиях невозможно без разворота к человеку и его потребностям, без ориентации на принципы устойчивого развития с гуманистическим ядром (*Бешенцев, Лобанова, 2023, 2024*).

Переход от технократического и экономикосцентрического подходов в градостроительстве к человекоцентричному должен стать новым трендом проектирования жилых массивов мегаполиса.

Литература

- Алексеева, С. Н., Слепцова, А. В., & Портнягина, А. П.** (2021). Гормоны и их изменения у жителей различных регионов. *The Scientific Heritage*, (80–3), 55–61.
- Баранов, Н. В.** (1972). Развивать градостроительные традиции Ленинграда. *Строительство и архитектура Ленинграда*, (6), 4–7.
- Беляева, Л. О., & Стрелец, К. И.** (2023). Оценка комфортности городской среды. *Русский журнал строительных наук и технологий*, 9 (1), 33–47.
- Бешенцев И.Д., & Лобанова Ю. И.** (2024). Технократические и психологические ориентиры развития общественного транспорта в городах-мегаполисах. Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии. Материалы IV Международной научно-практической конференции, сс. 814–823.
- Бешенцев И.Д., Лобанова Ю. И.** (2023). Устойчивая мобильность: на стыке гуманизма и технократии. В сборнике: *Социальная психология: вопросы теории и практики. Материалы VIII Международной научно-практической конференции памяти М. Ю. Кондратьева*. Москва, сс. 120–123.
- Коркишко О. А.** (2025). Влияние высотной застройки на здоровье и психическое состояние человека. *Инженерный вестник Дона*, (5). URL: <http://ivdon.ru/ru/magazine/archive/n5y2025/10097> (дата обращения: 01.05.2026).
- Змеул, А.** (2024, 13 февраля). Морфотипы как ключ к сохранению и развитию своеобразия города. Институт Генплана Москвы. URL: https://genplanmos.ru/publication/2024_02_13_morfotipy-kak-klyuch-k-sohraneniyu-i-razvitiyu-svoeobraziya-goroda/ (дата обращения: 01.05.2026).
- Индекс качества городской среды.** (б.д.). Портал Минстроя РФ. URL: <https://индекс-городов.рф/#/> (дата обращения: 01.05.2026).
- Кияненко И. К.** (2026). Влияние стресс-факторов городской среды на психическое здоровье: обзор зарубежных исследований. *Клиническая и специальная психология*. 15 (1). сс. 7–19 doi:10.17759/cpse.2026150101
- Контракты жизненного цикла: правовая природа и перспективы использования в рамках ГЧП-проектов в России.** (2019, 26 декабря). Vegas Lex. URL: <https://www.vegaslex.ru/analytics/publications/32463/> (дата обращения: 01.05.2026).
- Литвинцев, Д. Б., & Осьмук, Л. А.** (2020). Вертикальное измерение города: психосоциальные аспекты

проживания в высотных многоквартирных домах. Общество: социология, психология, педагогика, (6). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vertikalnoe-izmerenie-goroda-psihosotsialnye-aspektyprozhivaniya-v-vysotnyh-mnogokvartirnyh-domah/viewer> (дата обращения: 01.05.2026).

Литвинцев Д.Б., & Осьмук Л.А. (2019). Многоквартирные дома как человекоцентричные в дискурсе социологии. *Наука. Технологии. Инновации: сборник научных трудов. В 9 ч. Ч. 8.* сс. 464–467.

Лобанова Ю.И., & Малицкая Е.В. (2015). Психологическая подготовка к "зеленому" проектированию в рамках междисциплинарной интерактивной технологии. *Город в зеркале наук. Материалы Всероссийской научно-практической конференции.* сс. 193–198.

Лобанова Ю.И. (2013). Обоснование междисциплинарной интерактивной технологии повышения профессиональной психологической устойчивости. *Вестник гражданских инженеров.* 6 (41). сс. 332–338.

Лобанова Ю.И. (2016). Формирование профессиональной и психологической компетентности в рамках междисциплинарной интерактивной технологии. *Гуманитарная образовательная среда технического вуза. Материалы международной научно-методической конференции. Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого.* сс. 132–133.

Льюшер, М. (1996). Сигналы личности. Ролевые игры и их мотивы. Воронеж: НПО «МОДЭК».

Малозатяжное строительство, Высотное строительство. Какими расстройствами страдают жители высоток? (2020, 8 сентября). *ArdExpoert.* URL: <https://ardexpert.ru/article/18881> (дата обращения: 01.05.2026).

Митягин, С. Д. (1975). И двор, и улица, и аллея: в кварталах 1 и 1а юго-западного жилого района. *Строительство и архитектура Ленинграда,* (1), 18–21.

Национальный проект «Жильё и городская среда». (б.д.). Минстрой РФ. URL: <https://www.minstroyrf.gov.ru/trades/natsionalnye-proekty/natsionalnyy-proekt-zhilye-i-gorodskaya-sreda/> (дата обращения: 01.05.2026).

Овчаренко, Д. Д. (2014). Наследование градостроительных традиций в проектировании жилой среды Ленинграда 1960–80-х гг. (Том 1) [Диссертация на соискание учёной степени кандидата архитектуры]. Санкт-Петербург.

Полторацкий, Е. М. (1974). Город: застройка или жилой организм. *Строительство и архитектура Ленинграда,* (9), 7–9.

Шмаков, С. П. (1979). Будни творчества: Взгляд изнутри. *Строительство и архитектура Ленинграда,* (10), 18–21.

Шумакова, Н. (2025, 19 мая). Мы видим рост роли ведущих корпоративных университетов в стратегическом развитии российских компаний. *Коммерсантъ. Карьера.* URL: <https://www.kommersant.ru/doc/8633319> (дата обращения: 01.05.2026).

Экорайон «Юнтолово» признан лучшим проектом комфорт-класса в Санкт-Петербурге по версии ЕРЗ. (2022). Единый реестр застройщиков. URL: <https://erzrf.ru/news/ekorayon-yuntolovo-priznan-luchshim-proyektom-komfort-klassa-v-sankt-peterburge-po-versii-erz> (дата обращения: 01.05.2026).

Knight Frank. (2018). Обзор «Рынок элитной недвижимости». Санкт-Петербург.

Nord-Baade, S., Ness, O., Rowe, M., Jensen, C.B., Landheim, A. (2025). "I've always felt like I'm on the outside": identity and social inclusion among young adults with mental illness and complex needs — a qualitative study. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being,* 20(1),

art. 2433320. <https://doi.org/10.1080/17482631.2024.2433320>

Ochnik, D., Buława, B., Nagel, P., Gachowski, M., Budziński, M. (2024). Urbanization, loneliness and mental health model — A cross-sectional network analysis with a representative sample. *Scientific Reports,* 14(1), 24974. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-76813-z>

Xu, J., Liu, N., Polemiti, E., Garcia-Mondragon, L., Tang, J., Liu, X., Lett, T., Yu, L., Nöthen, M.M., Feng, J., Yu, C., Marquand, A., Schumann, G. (2023). The environmental Consortium. Effects of urban living environments on mental health in adults. *Nature Medicine,* 29(6), 1456–1467. <https://doi.org/10.1038/s41591-023-02365-w>

References

Alekseeva, S. N., Sleptsova, A. V., & Portnyagina, A. P. (2021). *Gormony i ikh izmeneniya u zhiteley razlichnykh regionov* [Hormones and Their Changes in Residents of Different Regions]. *The Scientific Heritage,* (80–3), 55–61.

Baranov, N. V. (1972). *Razvivat' gradostroitel'nye traditsii Leningrada* [Developing the Urban Planning Traditions of Leningrad]. *Stroitel'stvo i arkhitektura Leningrada,* (6), 4–7.

Belyaeva, L. O., & Strelets, K. I. (2023). *Otsenka komfortnosti gorodskoy sredy* [Assessment of the Comfort of the Urban Environment]. *Russkiy zhurnal stroitel'nykh nauk i tekhnologii,* 9 (1), 33–47.

Beshentsev I.D., & Lobanova Yu. I. (2024). *Tekhnokraticheskie i psikhologicheskie orientiry razvitiya obshchestvennogo transporta v gorodakh-megapolisakh* [Technocratic and Psychological Guidelines for the Development of Public Transport in Megacities]. *Sovremennoe sostoyaniye i perspektivy razvitiya psikhologii truda i organizatsionnoy psikhologii.* *Materialy IV Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii,* pp. 814–823.

Beshentsev I.D., & Lobanova Yu. I. (2023). *Ustoychivaya mobil'nost': na styke gumanizma i tekhnokratii* [Sustainable Mobility: At the Intersection of Humanism and Technocracy]. *V sbornike: Sotsial'naya psikhologiya: voprosy teorii i praktiki.* *Materialy VIII Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii pamyati M. Yu. Kondrat'eva.* Moskva, pp. 120–123.

Korkishko O. A. (2025). *Vliyaniye vysotnoy zastroyki na zdorov'e i psikhicheskoe sostoyaniye cheloveka* [The Influence of High-Rise Development on Human Health and Mental State]. *Inzhenernyy vestnik Dona,* (5). URL: <http://ivdon.ru/magazine/archive/n5y2025/10097>.

Zmeul, A. (2024). *Morfotipy kak klyuch k sokhraneniyu i razvitiyu svoeobraziya goroda* [Morphotypes as a Key to Preserving and Developing the City's Identity]. *Institut Genplana Moskvy.* URL: https://genplanmos.ru/publication/2024_02_13_morfotipy-kak-klyuch-k-sohraneniyu-i-razvitiyu-svoeobraziya-goroda/.

Indeks kachestva gorodskoy sredy [Urban Environment Quality Index]. (b. d.). Portal Minstroya RF. URL: <https://индекс-городов.рф/#/>.

Kiyanenko I. K. (2026). *Vliyaniye stress-faktorov gorodskoy sredy na psikhicheskoe zdorov'e: obzor zarubezhnykh issledovaniy* [The Influence of Urban Stress Factors on Mental Health: A Review of Foreign Studies]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya.* 15 (1). pp. 7–19 doi:10.17759/cpse.2026150101

Kontrakty zhiznennogo tsikla: pravovaya priroda i perspektivy ispol'zovaniya v ramkakh GChP-proektov v Rossii [Life Cycle Contracts: Legal Nature and Prospects for Use in PPP Projects in Russia]. (2019, 26 dekabrya). *Vegas Lex.* URL: <https://www.vegaslex.ru/analytics/publications/32463/> (data

obrashcheniya: 01.05.2026).

Litvintsev, D. B., & Os'muk, L. A. (2020). *Vertikal'noe izmerenie goroda: psikhosotsial'nye aspekty prozhivaniya v vysotnykh mnogokvartirnykh domakh* [The Vertical Dimension of the City: Psychosocial Aspects of Living in High-Rise Apartment Buildings]. Obshchestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika, (6). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vertikalnoe-izmerenie-goroda-psihosotsialnye-aspektyprozhivaniya-v-vysotnykh-mnogokvartirnykh-domah/viewer> (data obrashcheniya: 01.05.2026).

Litvintsev D.B., & Os'muk L. A. (2019). *Mnogokvartirnye doma kak cheloveyniki v diskurse sotsiologii* [Apartment Buildings as «Human Hives» in the Discourse of Sociology]. Nauka. Tekhnologii. Innovatsii: sbornik nauchnykh trudov. V 9 ch. Ch. 8. pp. 464–467.

Lobanova Yu.I., & Malitskaya E. V. (2015). *Psikhologicheskaya podgotovka k "zelenomu" proektirovaniyu v ramkakh mezhdistsiplinarnoy interaktivnoy tekhnologii* [Psychological Preparation for «Green» Design within the Framework of an Interdisciplinary Interactive Technology]. Gorod v zerkale nauk. Materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii. pp. 193–198.

Lobanova Yu, I. (2013). *Obosnovanie mezhdistsiplinarnoy interaktivnoy tekhnologii povysheniya professional'noy psikhologicheskoy ustoychivosti* [Justification of an Interdisciplinary Interactive Technology for Increasing Professional Psychological Stability]. Vestnik grazhdanskikh inzhenerov. 6 (41). pp. 332–338.

Lobanova Yu. I. (2016). *Formirovanie professional'noy i psikhologicheskoy kompetentnosti v ramkakh mezhdistsiplinarnoy interaktivnoy tekhnologii* [Formation of Professional and Psychological Competence within the Framework of an Interdisciplinary Interactive Technology]. Gumanitarnaya obrazovatel'naya sreda tekhnicheskogo vuza. Materialy mezhdunarodnoy nauchno-metodicheskoy konferentsii. Sankt-Peterburgskiy politekhnicheskii universitet Petra Velikogo. pp. 132–133.

Lyusher, M. (1996). *Signaly lichnosti. Rolevye igry i ikh motivy* [Personality Signals. Role-Playing Games and Their Motives]. Voronezh: NPO «MODEK».

Maloetazhnoe stroitel'stvo, Vysotnoe stroitel'stvo. Kakimi rasstroystvami stradayut zhiteli vysotok? [Low-Rise Construction, High-Rise Construction. What Disorders Do Residents of High-Rise Buildings Suffer From?]. (2020). ArdExpoert. URL: <https://ardexpert.ru/article/18881>.

Mityagin, S. D. (1975). *I dvor, i ulitsa, i alleya: v kvartalakh 1 i 1a yugo-zapadnogo zhilogo rayona* [Both a Courtyard, a Street, and an Alley: In Blocks 1 and 1a of the South-Western Residential District]. Stroitel'stvo i arkhitektura Leningrada, (1), 18–21.

Natsional'nyy proekt «Zhil'yo i gorodskaya sreda» [National Project «Housing and Urban Environment»]. (b. d.). Minsstroy RF. URL: <https://www.minsstroyrf.gov.ru/trades/natsionalnye-proekty/natsionalnyy-proekt-zhilye-i-gorodskaya-sreda/> (data obrashcheniya: 01.05.2026).

Ovcharenko, D. D. (2014). *Nasledovanie gradostroitel'nykh traditsiy v proektirovanii zhiloy sredy Leningrada 1960–80-kh gg. (Tom 1)* [Inheritance of Urban Planning Traditions in the Design of the Residential Environment of Leningrad in the 1960s–80s (Volume 1)] [Dissertatsiya na soiskanie uchyonoy stepeni kandidata arkhitektury]. Sankt-Peterburg.

Poltoratskiy, E. M. (1974). *Gorod: zastroyka ili zhivoy organizm* [City: Development or Living Organism]. Stroitel'stvo i arkhitektura Leningrada, (9), 7–9.

Shmakov, S. P. (1979). *Budni tvorchestva: Vzglyad iznutri* [Everyday Life of Creativity: A View from the Inside]. Stroitel'stvo

i arkhitektura Leningrada, (10), 18–21.

Shumakova, N. (2025). *My vidim rost roli vedushchikh korporativnykh universitetov v strategicheskoy razvitii rossiyskikh kompaniy* [We See a Growing Role of Leading Corporate Universities in the Strategic Development of Russian Companies]. Kommersant. Kar'era. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/8633319>.

Ekorayon «Yuntolovo» priznan luchshim proektom komfort-klassa v Sankt-Peterburge po versii ERZ [The Eco-District «Yuntolovo» Recognized as the Best Comfort-Class Project in St. Petersburg According to ERZ]. (2022). Edinyy reestr zastroyshchikov. URL: <https://erzrf.ru/news/ekorayon-yuntolovo-priznan-luchshim-proyektom-komfort-klassa-v-sankt-peterburge-po-versii-erz>.

Knight Frank. (2018). *Obzor «Rynok elitnoy nedvizhimosti»* [Overview «Elite Real Estate Market»]. Sankt-Peterburg.

Nord-Baade, S., Ness, O., Rowe, M., Jensen, C.B., Landheim, A. (2025). *“I’ve always felt like I’m on the outside”: identity and social inclusion among young adults with mental illness and complex needs — a qualitative study*. International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being, 20(1), art. 2433320. <https://doi.org/10.1080/17482631.2024.2433320>

Ochnik, D., Buława, B., Nagel, P., Gachowski, M., Budziński, M. (2024). *Urbanization, loneliness and mental health model — A cross-sectional network analysis with a representative sample*. Scientific Reports, 14(1), 24974. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-76813-z>

Xu, J., Liu, N., Polemiti, E., Garcia-Mondragon, L., Tang, J., Liu, X., Lett, T., Yu, L., Nöthen, M.M., Feng, J., Yu, C., Marquand, A., Schumann, G. (2023). *The environmental Consortium. Effects of urban living environments on mental health in adults*. Nature Medicine, 29(6), 1456–1467. <https://doi.org/10.1038/s41591-023-02365-w>