



ЦВЕТНЫЕ КЛЮЧИ К ТАЙНАМ ДУШИ (из опыта преподавания учебного курса „Колористика”)

*THE DISCOVERY OF THE SOUL
THROUGH DIFFERENT COLOURS*
(from the experience of teaching the course of Coloristics)

Татьяна БУЙМИСТРУ,
доктор архитектуры, доцент,
Технический Университет Молдовы

The colours preferred or rejected by the human beings vary, depending on his spiritual and physical conditions. They are the keys through which it is possible to discover and understand the mysteries of the human soul. Teachers apply colour testing on their students diagnosing and correcting their psychological conditions by means of creative work.

Цвета, предпочитаемые или отвергаемые человеком, меняются в зависимости от его психического и физического состояния. Все органы и системы здорового человека находятся в состоянии гармоничных определенной частоты колебательных движений, соответствующих определённым цветам. Когда человека просят назвать предпочитаемый цвет, он называет тот, который соответствует его собственным цветовым вибрациям. То, какой именно цвет выбран, даёт информацию о психологическом и физиологическом состоянии человека.

То есть за считанные минуты по характеру предпочтения, а также отвержения цвета можно вычислить то интимно-внутреннее, о котором порой не догадывается и сам человек. Благодаря цветным ключам, дарованным щедрой природой человеку, можно раскрыть и понять тайны души человека. А также помочь ему, если он в этом нуждается.

Познакомимся вкратце с тем, что известно современной цветопсихологии о связи индивидуально-психологических особенностей че-

ловека с предпочитаемыми им или отвергаемыми цветами. При рассмотрении этого вопроса будем опираться на результаты научных работ М. Люшера, Г. Фриллинга, К. Ауэра, Г. Клара и других исследователей этой темы.

Предпочтение цветов

Красный – цвет активности, энергии, возбуждения, агрессивности. Люди, выбирающие его, ведут или хотят вести активную жизнь, стремятся к эмоциям, стараются быть в гуще событий, достигнуть успехов во всём. Красный – цвет страстей. Его любят личности сильные, смелые, общительные и любознательные, самостоятельные и властные, проявляющие вспыльчивость, если встречают противодействие. Этот цвет нравится холерикам и сангвиникам.

Оранжевый – любимый цвет людей, обладающих интуицией, умеющих держать себя в руках, вдумчивых и мечтательных. Чаще всего у таких людей нет особых проблем со здоровьем, они могут позаботиться о себе и всегда готовы помочь другим. Они дружелюбны и жизнелюбивы.

Жёлтый – цвет, символизирующий оптимизм, любопытство, остроту ума, стремление к чему-то новому, непринуждённость в общении. Когда он нравится, это означает также общительность, любопытство, лёгкую приспособляемость и получение удовольствия от возможности нравиться и привлекать к себе внимание. Чаще всего люди, предпочитающие жёлтый цвет, – это представители творческих специальностей, так как у них хорошо развита фантазия. Жёлтый цвет предпочитают сангвиники.

Зелёный – цвет умных, самоуверенных, настойчивых, упрямых людей. Они втайне желают усилить свою уверенность в собственной ценности и контролировать все действия своих подчинённых, друзей, родственников – словом, всех, от кого хоть немного зависит их благополучие. „Зелёный тип поведения” характерен для флегматиков.

Синий – цвет спокойствия и умиротворённости. Его предпочитают люди серьёзные, задумчивые, с пониженной возбудимостью нервной системы. Эти люди часто находят своё призвание в сфере искусств. Синий соответствует меланхолическому типу темперамента. Часто ему отдают предпочтение люди с временной потребностью в эмоциональном спокойствии или физиологической потребностью в отдыхе.

Фиолетовый цвет неоднозначен. Его выбирают люди с высокой степенью духовности, деликатные и независимые. Так как им свойственно эстетическое чутьё, то они склонны к творческим специальностям и занятиям наукой. Его любят также люди внушаемые, эмоционально неустойчивые, испытывающие интерес ко всему таинст-

венному и потребность в уходе от реальной действительности, а также ждущие одобрения и признания их внешней или внутренней исключительности.

Серый цвет – нейтральный, он не вызывает никаких психологических реакций: не успокаивает и не возбуждает. Это любимый цвет рассудительных, недоверчивых, ранимых натур. Серый предпочитают приверженцы порядка и в быту, и в мыслях, обладатели аналитических наклонностей, часто добивающиеся успехов в науке и технике. Временное его предпочтение говорит о потребности человека, в том чтобы его оставили в покое и ни во что не вмешивали.

Белый цвет – любимый у людей, стремящихся подчеркнуть свою чистоту и аккуратность. Поклонники белого мечтательны и экзальтированы, желают уйти из реального мира и погрузиться в мир иллюзий, иногда обладают парапсихологическими способностями. Больше всего ценят покой и мир.

Чёрный цвет выбирают как основной люди независимые, непокорные, любящие критиковать и спорить даже с собственной судьбой. Так как это цвет таинственности и чувственности, то чувства приверженцев черноты не знают границ, страсти полностью овладевают ими, творческий бунт и разрушения – их кредо. Хотя иногда они могут и выбрать демонстративную «активную» пассивность.

Коричневый цвет предпочитают уравновешенные, обстоятельные, целеустремлённые люди. Они придают большое значение дому, семье, друзьям, традициям.

В целом предпочтение коричневого, серого и чёрного означает рост негативного отношения к жизни

(влияние старости, физический дискомфорт, состояние конфликта, болезни). Выбор этого цвета сигнализирует о потребности в избавлении от какой-либо проблемы, стремлении к психологическому и физиологическому комфорту,

Отвержение цветов

Красный цвет отвергают люди при физическом и нервном истощении. Им кажется, что их проблемы практически неразрешимы – отсюда их сверхраздражимость, хотя к агрессивности они ощущают неприязнь.

Жёлтый цвет отвергается в неспокойном состоянии, пессимистичном и перевозбуждённом. Обычно это люди, склонные к депрессиям, разочарованные в своих надеждах. Внутреннее смятение может принять форму раздражительности и подозрительного отношения к людям.

Отказ от **синего** цвета связан с определённым беспокойством, неудовлетворенностью в существующих отношениях, неуверенностью, замкнутостью, умственным перевозбуждением.

Зелёный отвергают люди, стремящиеся освободиться от напряжённости, вызванной недостаточным признанием. У таких людей часто наблюдается повышенная тревожность, связанная с возможной потерей своей репутации, положения в обществе, а также повышенная критичность по отношению к другим.

Серый цвет отвергается активными и целеустремлёнными людьми с импульсивным характером. Им свойственна эмоциональная возбудимость, они сверхтребовательны, сверхраздражительны и переполнены жадой перемен и новых ощущений.

Чёрный цвет отвергают люди предприимчивые, требовательные, не желающие ни от чего отказываться.

Белый цвет отвергается целеустремлёнными людьми.

Коричневый не нравится скрытным, честолюбивым, активным людям, невнимательным к своему здоровью и физическому комфорту.

Фиолетовый не любят люди, сдержанные в эмоциях, с развитым чувством долга и порядка.

Это очень краткая характеристика по предпочтительным и отвергаемым цветам. Ответом на невинный вопрос: «Какой ваш любимый цвет?» - человек даёт массу информации о себе, не подзревая этого. Можно и не задавать этот вопрос человеку, а просто внимательно присмотреться к устойчиво предпочтительным им цветам в интерьере, одежде, то есть типичным для этого человека цветам.

Тест Люшера – уникальное средство диагностики внутреннего состояния учащихся

Когда человеку предлагают выбрать цвет из ограниченного количества цветовых образцов, не связывая их с определёнными предметами, то такое цветовое тестирование даёт прекрасную диагностику его психологического состояния.

На сегодняшний день существует уже достаточно много цветовых тестов. Самым признанным и действенным из них является тест швейцарского психолога, доктора наук М. Люшера. Предпочтения цвета по этому тесту выявляет психологическое состояние, которое человек стремится достичь или уже достиг, для того, чтобы добиться своей цели. Отклонение цвета выявляет, какие потребности человек в себе подавляет и какие

мысли, эмоции, образ действия он считает для себя вредным на сегодняшний день. То есть, этот тест помогает определить иногда очень скрытый даже от самого человека «цвет его души», увидеть не только «верхушку айсберга, но и то, что находится под тёмной водой», а значит, понять причины отклонения от психологической нормы.

Тест Люшера автор данной статьи (будучи преподавателем учебной дисциплины «Колористика» для студентов архитекторов и дизайнеров Технического Университета Молдовы, а также для юных художников лицея им. М. Греку) применяет на своих занятиях, когда рассказывает про психофизиологию воздействия цвета на человека. Только формулировка «ключей» (то есть расшифровка теста), которая в данной статье излагалась выше, естественно, корректируется с учетом возраста и психики молодых людей.

С 2000 года по 2009 год совместно со специалистами – психологами был проведен ряд цветопсихологических экспериментов: данный тест апробировался в различных группах учеников лицея и студентов. Тестирование проводилось в сентябре и мае.

Основные цели данных экспериментов:

- проверить практическую ценность теорий цветопсихологов (в частности, М. Люшера) в нашей стране и в наше время;
- выявить разницу в психологическом восприятии цвета молодыми людьми в зависимости от возраста;
- выявить разницу в психологическом восприятии цвета учащимися в зависимости от психологического состояния уча-

щихся в начале учебного года и в конце.

Проведенные результаты цветопсихологического тестирования подтвердили, что тест Люшера является и на сегодняшний день одним из наиболее «рабочих» тестов. То есть благодаря ему можно узнать психологическое состояние не только взрослых, но и детей. Главное - уметь подбирать «ключи» к этому тесту с учетом различий в психике испытуемых.

Так начальные классы лицея (1 - 4 кл.) предпочитают красный и желтый цвета. Отклоняют – черный, серый. Это означает психологическую характеристику – активность-раскрытие, то есть ученики жаждут жизни, полной впечатлений, любят контакты с другими, являются большими энтузиастами, восприимчивы ко всему новому и увлекательному. Они оптимистичны, эмоциональны, активны.

Средние классы (5–9 кл.) предпочитают желтый и синий цвета. Отклоняют – коричневый, серый, черный. Психологическая характеристика: надежда – стремление к гармонии. Приветственно относятся к новым идеям и возможностям контакта, которые могут оказаться интересными и плодотворными. Нуждаются в одобрении, внимании, уважении как к исключительной личности. Застой физических потребностей. Хотят выделиться из толпы. Упрямое требование уважения к себе.

Старшие классы (10 – 12 кл.) предпочитают – желтый и фиолетовый цвета. Отклоняют – коричневый, серый. Психологическая характеристика: мечтательность – желание нравиться. Имеют развитое воображение, ищут признания и уважения. Хотят, чтобы ими восхи-

шались, жаждут интересных и волнующих событий, испытывают потребность в каком-либо союзе. Подавление физических и сексуальных желаний является частой причиной стрессов. Восприимчивы к эстетическому, томятся от недостатка романтичности, нежности.

Студенты (архитекторы и дизайнеры 1-2 курса), кроме психологических характеристик, совпадающих с вышеописанными характеристиками старшеклассников, выделяются также следующим: они ищут новые пути, которые открыли бы перед ними большую свободу. То есть они находятся в состоянии требовательного ожидания, считают, что жизнь должна скоро даровать им больше. Но неуверенность и боязнь упустить возможность нередко приводит некоторых в состояние возбужденного напряжения (особенно перед экзаменами).

Тестирование также выявило разницу в восприятии цветов в начале учебного года (сентябрь) и в конце года (май). В основном, сказывается психологическая усталость учащихся от «обилия знаний», к чему они с удовольствием тянутся в сентябре, а в мае появляется предпочтение физической активности. Как студенты университета, так и ученики художественных классов лицея становятся более равнодушными к эстетике.

Итак, тест Люшера подтверждает вывод психологов об

основных психологических характеристиках данной группы людей – учеников и студентов. Он является прекрасным инструментом в руках учителей для выявления психологического состояния всего класса и индивидуального состояния каждого ученика, чтобы в дальнейшей работе с ним учитывать это и по мере возможности корректировать существующие отклонения от психологической нормы педагогическими и творческими методами работы (практическими работами изобразительного цикла).

Этот метод тестирования дает также возможность преподавателям колористики, цветоведения объяснять как ученикам, так и студентам научные сведения о психофизиологии воздействия цвета на человека в доступной и интересной для них форме.

Результаты проведенных цветопсихологических исследований были доложены на педсоветах в лицее М.Греку, г. Кишинев (2000, 2004 гг.); заседаниях кафедр «Архитектура» (2000 г.) и «Дизайн интерьера» (2008 г.) Технического Университета Молдовы; Общегородском семинаре учителей (при лицее М.Греку, 2001 г.); Республиканской конференции «Способность, Труд, Талант», г. Кишинев (2001г.); Межвузовской научно-практической конференции «Формирование личности в условиях социальных перемен», г. Кишинев (2005г.).

Литература

1. Айсмен Л. *Дао цвета*. – М.: «Эксмо», 2008.
2. Буймистру Т.А. *Колористика: цвет – ключ к красоте и гармонии*. М.: «Ниола – Пресс», 2008.
3. Драгунский В. В. *Цветовой личностный тест*. Практическое пособие. — М.- Харвест, 2000.
4. Сельченко К.В. *Новейшая цветопсихология*. – М.: Харвест, 2007.
5. Люшер М. *Цвет вашего характера*. – М.: Рипол классик, Вече, 1997.
6. Фрилинг Г., Ауэр К. *Человек – цвет – пространство*. – М., 1971.