

**ВЛИЯНИЕ ЦВЕТА НА ПСИХОЛОГИЮ ЧЕЛОВЕКА***БНГУ, г. Минск**Научный руководитель: Клименко В.А.*

Цветовые воздействия играют немаловажную роль в жизни человека: цвет может повлиять на принятие решения, изменить Вашу реакцию или стать её причиной. Под воздействием определённого цвета может подняться давление или пропасть (повыситься) аппетит. Мы не акцентируем внимание на цвете в повседневной жизни, и всю важность его воздействия понимаем только при отсутствии красок: например, в пасмурный, дождливый день мы чувствуем снижение настроения, энергетики, подавленность, и окружающий мир нам кажется неприветливым.

Цвет пробуждает в нас бессознательную реакцию, которая может различаться в зависимости от личных особенностей человека. Цвет, которому мы отдаём предпочтение в определённый момент жизни, может много поведать о нас самих: о наших проблемах, страхах, стремлениях и т.д. Даже у маленьких детей есть свои любимые цвета: это легко определить по тому, с какими игрушками малыши чаще всего играют. В большинстве случаев, это красный цвет.

Существует мнение, что отношение к цвету является врождённой особенностью человека. У каждой личности имеются устойчивые предпочтения, составляющие «личную цветовую шкалу» как одно из проявлений индивидуальности. Так, любители белого цвета легко впадают в экстаз, у них хорошо развито воображение, они мечтательны. Любители розового цвета натуры романтичные, тонкие. Насилие в любой форме для них совершенно неприемлемо. Розовые цвета предпочитают люди, всю жизнь пребывающие в мире грёз, сказок и чудес. Они любят комфорт и домашний уют. Почитатели красного цвета – люди властолюбивые, всю жизнь стремящиеся к лидерству. Они редко страдают от угрызений совести, будучи

самоуверенными и амбициозными. Любители красного желают, чтобы их эмоциональная жизнь стала более интенсивной. Агрессия – проблема таких людей. Голубой цвет предпочитают путешественники, учёные, религиозные деятели. Тёмно-голубой – цвет артистов. Эти люди очень жизнелюбивы, энергичны, ценят успех и богатство. Впечатлительные натуры, привязчивые, верные, но легко впадающие в уныние в минуты неудач. Синий цвет рассудительных и самоуверенных людей, однако, им присуща некоторая ранимость, особенно заметная в тех случаях, когда их пытаются обмануть. Поклонники синего цвета люди мягкосердечные, не остающиеся равнодушными к горестям других. А вот тот, кто не любит синий цвет, таким образом, протестует против скуки и однообразия.

Уравновешенностью, обстоятельностью, тягой к знаниям обладают те, кто отдаёт предпочтение коричневому цвету. Как правило, их отличают строгость и бережливость. Коричневый – цвет зрелого возраста и продуманных решений.

Творческие личности тяготеют к серым тонам. Этот цвет считается очищающим. По другому мнению, предпочитающие серый цвет люди сознательно отгораживаются от внешних воздействий, чтобы сохранить внутренний покой. Зелёный цвет выбирают люди, склонные уходить в себя. Это люди сердечные, благородные, и по большей своей части, являющиеся хорошими родителями и друзьями. Любители тёмно-зелёного цвета упрямы и настойчивы. В сочетании с золотом – это цвет банкиров и преуспевающих в бизнесе людей. Они солидны и респектабельны, любят природу и покой. Другой полюс – люди, отличающиеся прямолинейностью, самоуверенностью и желанием насильно улучшить других. Жёлтый – цвет разумного начала и оптимизма. Поклонники жёлтого цвета люди весёлые. Жёлтый цвет отличает оригинальную, с богатой фантазией, творческую и склонную к идеализму личность, выдаёт стремление к независимости и надежду на счастливую жизнь. Любителям фиолетового цвета присущ дух

творчества. Большое значение он придаёт всему необычному и нетрадиционному.

Цветотерапия (хромотерапия) – относительно новая в современной медицине методика, использующая воздействие цветового спектра на психоэмоциональное и физическое состояние человека. В основе цветотерапии лежит аксиома, что каждый цвет имеет свою длину волны, несущую свою энергетику и оказывающую специфическое воздействие на организм, а свет в целом – совокупность синхронизированных электромагнитных колебаний разной частоты. То есть, свет и цвет – не что иное, как энергия. При помощи цветотерапии лечат также неврологические заболевания, бессонницу, гипертонию, язвенную болезнь.

Основы цветотерапии были заложены на Востоке (Индия, Китай) в IV-III тысячелетии до нашей эры. Отдавали должное цветотерапии и такие выдающиеся ученые прошлого, как Гиппократ, Парацельс. Авиценна назначал своим пациентам лечение определенными цветами в зависимости от характера заболевания и душевного состояния больных. Применялись ванны с окрашенной водой, окна завешивали цветными шторами, считалось эффективным также облачение пациентов в одежду определённого цвета. Более всего привлекал внимание врачей красный цвет. Его использовали для лечения ветряной оспы, скарлатины, кори и некоторых кожных заболеваний. Под воздействием красного цвета скорость высыпаний увеличивалась, и, тем самым, ускорялось и облегчалось течение упомянутых детских инфекций.

Основой цветотерапии является ассоциативное восприятие цвета человеком: как генетически обусловленное (по типу безусловных рефлексов), так и приобретенное в процессе жизнедеятельности в виде условных рефлексов и психоэмоциональных ассоциаций. Например, красный обладает резко выраженным психостимулирующим эффектом, активизирует деятельность практически всех органов и систем организма.

Эти реакции вполне закономерны, так как в процессе эволюции человека обилие красного цвета ему приходилось наблюдать при пожарах, извержениях вулканов, при особенно ярких закатах и восходах солнца – предвестниках резкого ухудшения погоды. Это – генетически детерминированная ассоциативная психоэмоциональная реакция, но могут наблюдаться и индивидуальные, порой парадоксальные реакции. Они зависят от личного опыта и закрепляются по типу условного рефлекса. Например, человек, подвергшийся нападению на зеленой лужайке, может на всю жизнь сохранить неприязнь к зелёному цвету.

В 1948 году швейцарский психолог Макс Люшер составил оригинальный цветовой тест. После многих экспериментов из 4500 тонов и оттенков он выбрал восемь, которые оказывают наиболее выраженное воздействие на физиологические и психологические функции человеческого организма. Исследования, проведенные Люшером и другими учёными, доказали: цвета способны изменять параметры состояния человека, влиять на эмоционально-психическую сферу и самочувствие. В целом, следует подчеркнуть, что цветотерапия очень мощное оружие по формированию внутреннего состояния человека, зачастую мы этого просто не замечаем, или не придаем значения, но если соблюдать несложные правила цветотерпии, эффект почувствуется сразу.

УДК 37.015.31 – 053.5:51

Душевская О.Н.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ  
ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ  
У ШКОЛЬНИКОВ ПРИ РЕШЕНИИ НЕРАВЕНСТВ**

*БГПУ им. М. Танка, г. Минск*

*Научный руководитель: Лисова М.И.*

Понятийное мышление у учащихся определяется наличием адекватных когнитивных схем.