

## МЕТОДИЧЕСКАЯ РАССЫЛКА № 11/2015

### Психология цвета. Влияние цвета на психику ребенка



*«Цвет – мощное средство воздействия на психику человека. Сила цвета заключается в том, что он способен «обойти» защитные механизмы нашего сознания и действовать на бессознательном уровне...»*

Человечеством давно подмечено, что цвет влияет не только на психоэмоциональное состояние человека, но и на его интеллект. Что уж говорить о детях, у которых только-только формируются личные характеристики. Психологи утверждают, что даже цвет одежды, не

говоря уже об окружающей среде, способен снизить или повысить самооценку, улучшить или ухудшить самочувствие ребенка. О том, каково влияние цвета на ребенка, как характеризует ребенка его любимый цвет, как следует оформить детскую комнату в зависимости от психологических особенностей ребенка, какова целительная сила каждого цвета и о много другом расскажет настоящий выпуск методической рассылки.

**Цвет** – это волны определенного рода электромагнитной энергии, которые после восприятия глазом и мозгом человека преобразуются в цветовые ощущения. Каждый цвет имеет свой волновой диапазон:

Цвет	Длина волны в н/м
<b>Красный</b>	800-650
<b>Оранжевый</b>	640-590
<b>Желтый</b>	580-550
<b>Зеленый</b>	530-490
<b>Голубой</b>	480-460
<b>Синий</b>	450-440
<b>Фиолетовый</b>	430-390

Электромагнитные волны разных цветов по-разному влияют на человека. Целительное действие цвета мгновенно, потому что мы воспринимаем его энергию не только глазами, но и кожей. Восстанавливая душевное равновесие, цвета также положительно влияют на психику человека и его здоровье. Пища, одежда, макияж, мебель – все это может благотворно воздействовать на вас при правильном подборе цвета. Зная о том, как разные цвета влияют на организм человека, вы сможете улучшить свое самочувствие, внешний вид и даже саму жизнь.

**Цвет доступен не всем животным на Земле.** Полное цветное зрение есть у птиц и приматов, остальные в лучшем случае различают некоторые оттенки, в основном красный. В эволюции цвет помогал человеку определять опасность, запоминать местность, различать растения, определять по цвету облаков надвигающуюся погоду. Цвет, как носитель информации, в жизни человека играл огромную роль. Информация о предметах или явлениях, окрашенных в определенный цвет, объединились в образ, который сделал из цвета символ. Этот символ меняет свое значение от ситуации к ситуации, но всегда понятен (он может быть не осознан, но принят подсознанием).

**Как на протяжении истории человечества формировались цветовые символы**

В наскальной живописи первобытных народов чаще всего встречаются три цвета — белый, черный и красный что позволяет сделать вывод об особой роли этих цветов в жизни древних людей. Вот, что об этом говорится в Чхандогья Упанишаде: «красный цвет материального огня — цвет первоогня, белый цвет материального огня — цвет первичных

вод, черный цвет материального огня — цвет изначальной земли. Так в огне исчезает все то, что, обычно, зовется огнем. Видоизменение — это лишь имя, возникающее в речи, и только три цвета (формы) истинны».

В античности Эмпедокл, выделяя четыре основных стихии, наделяет каждую из них своим цветом. Воде соответствует черный цвет; земле — желтый; огню — красный; воздуху — белый.

Одним из самых распространенных культов древних народов - был культ солнца, света, а также наиболее близкого подобия солнца — огня (зороастризм). Как и в Древней Индии, солнце почиталось верховным божеством, источником жизни и блага. Поэтому отношение к тому или иному цвету зависело от того, насколько он был «солнечным» — светлым и ярким. Цветами, в наибольшей степени похожие на солнечный свет, были белый, золотой и желтый. Поэтому эти цвета считались божественными. Они были цветами богов, священных животных, жрецов и т.д.

В Древнем Египте Осирис — бог произрастания и царства мертвых изображался зеленым цветом, который содержит две противоположные тенденции: жизни и смерти, т.е. является амбивалентным символом. Зеленый, входил в любимое цветовое сочетание древних египтян: зеленый — белый — красный. В Древнем Египте красный лотос был символом крови, пролитой Осирисом. Как и в Китае, этот цвет считался цветом благородного сословия, воинов, царей. Важное символическое значение в Древнем Египте имел голубой или синий цвет, соответствующий истине.

Наиболее любимыми и почитаемыми цветами в Древнем Риме были белый, желтый, красный и пурпурный. Сочетание белого с красным являлось символом аристократического, знатного происхождения. Пурпур считался цветом императоров и членов царского дома, означая власть, духовность, величие. Когда римский полководец праздновал свой триумф, он выезжал на колеснице, запряженной четырьмя белыми лошадьми, покрытыми позолоченными попонами, в одеяниях красного цвета.

В раннем Христианстве превалировало положительное символическое значение желтого, как цвета Святого духа, божественного откровения, просветления и т.д. Красный в Христианстве символизирует кровь Христа, пролитую ради спасения людей, а, следовательно, — и его любовь к людям. Синий (голубой) для христиан символизировал небо, был цветом вечности, настраивал на смирение, благочестие, выражал идею самопожертвования и кротости.

В средневековой алхимии цвета делились на «высшие» и «низшие». К «высшим» относились цвета известной нам «триады» — белый, черный и красный. Они символизировали три стадии «Великого Превращения»: первичную материю (черный), ртуть (белый) и серу (красный); - результатом которого было создание «камня» (золотой). Золотой обозначал славу, а главным, исходным цветом (порождающим все остальные цвета) в этой триаде считался черный. Оставшиеся цвета входили в группу «низших» или «вторичных».

В средние века коричневый и серый были цветами простолудинов. Их символический смысл, особенно в раннем средневековье, был, сугубо, негативным. Они означали нищету, безнадежность, убогость, мерзость и т.д. В эпоху ренессанса коричневый и серый в быту уже не считались символически негативными. Они означали умеренность, практичность и трезвый расчет.

Несмотря на то, что, на протяжении человеческой истории содержание цветовых символов претерпело немалые изменения — менялась их трактовка и отношение к ним, — ядро цветовой символики оставалось неизменным.

Современные исследователи цвета провели многочисленные опыты, которые позволили выявить устойчивые закономерности влияния различных цветов на психику человека. Цвета, с самого рождения окружающие каждого из нас, оказывают на организм человека объективное, непосредственное влияние, настраивая его в унисон с окружающим

миром. Цвет вызывает эстетическое удовольствие или неудовольствие. Цвет влияет на нашу нервную систему, заставляет учащаться или замедляться сердцебиение, влияет на обмен веществ и т.д. Цвет влияет на психику человека, мысли и чувства. Он может радовать и огорчать, успокаивать и раздражать, его возможности просто поразительны!

**Цветоведение** - это комплексная наука о цвете, включающая систематизированную совокупность данных физики, физиологии и психологии, изучающих природный феномен цвета, а также совокупность данных философии, эстетики, истории искусства, филологии, этнографии, литературы, изучающих цвет как явление культуры.

**Колористика** - это раздел науки о цвете, изучающий теорию применения цвета на практике в различных областях человеческой деятельности.

### Детские любимые цвета

Всем известно, что у новорожденных детей существует только два цвета восприятия – белый и черный. Но когда ребенку исполняется около двух месяцев, он начинает воспринимать и другие цвета. К белому и черному цвету присоединяется красный. Через некоторое время ребенок уже будет различать и желтый цвет, и все его оттенки.

Дети начинают узнавать, как называются цвета примерно в возрасте от двух до пяти лет. Обычно девочкам запомнить все названия цветов легче, чем мальчикам. Но это не факт. Ведь развитие ребенка зависит от состояния его нервной системы.

Дети всегда интересуются яркими цветами. Было проведено много разных исследований, которые показали, что в детстве ребенок много раз меняет свое предпочтение к цветовой гамме. Большинство детей до десяти лет обожают красные, розовые или желтые цвета. Как только ребенку исполняется десять лет, он уже может полюбить голубой цвет со всеми его оттенками.

Также выбор любимого цвета зависит и от пола ребенка. Согласно исследованиям, девочки отдают предпочтение розовому, лавандовому, фиолетовому цветам. Мальчикам же больше нравятся темные и синие цвета. Вы хоть раз задумывались о том, что любимые цвета детей могут зависеть от врожденных и приобретенных предпочтений? Ведь еще в роддоме детям вяжут ленточки розового или голубого цвета, которые соответственно символизируют рождение девочки или мальчика. Но большинство ученых все-таки утверждают, что любимые цвета у детей являются врожденными.

Согласно колористике, начало которой положил немецкий поэт (философ и ученый) И.В.Гёте, цветовая среда оказывает влияние на человеческий характер. Поэтому существует цветовая диагностика и даже цветовая терапия. Если внимательно понаблюдать, какими цветными карандашами, фломастерами, красками, цветной бумагой пользуется ребенок в своих играх и рисунках, вы можете многое узнать о его характере. По мере взросления предпочтительные цвета могут меняться. На их выборе также сказывается текущее настроение ребенка: радость, печаль, творческое вдохновение и агрессивность. И наоборот, рабочая цветовая среда может определять состояние, работоспособность, деловые и коммуникативные качества ребенка и этим можно и нужно пользоваться в качестве положительных стимулов его развития " физического и интеллектуального.

Используя методы колористики в качестве дополнительного инструмента диагностики детей (и взрослых), определения их типов личности, выделяются четкие взаимосвязи между определенными цветовыми предпочтениями и психологическими характеристиками детей. Предпочтение, которое оказывает ребенок какому-то определенному цвету, причем достаточно длительное время и независимо от своих текущих состояний, говорит о доминировании в структуре его личности функции, являющейся творческой. Сочетание нескольких цветов, выбираемых по преимуществу ребенком,

позволяет делать вывод о его типе личности либо соотносить его с группой типов (четвёркой), имеющих сходные усиленные функциональные качества.



**Дети, предпочитающие всем цветам "Желтый"** более всего предрасположены к творчеству. На языке цветов желтый означает духовность (желтый нимб над головами святых на картинах и иконах, желто-золотые купола православных церквей, желто-оранжевые одежды буддийских монахов). Как правило, такие люди - свободные, раскрепощенные, оригинальные, инакомыслящие и поэтому опасные для тех, кто во главу угла ставит незыблемый порядок, неограниченную власть, для которых основной моральный принцип - не выделяться и не умничать. С другой стороны, люди, предпочитающие желтый цвет - мечтатели, фантазеры, сказочники. Они часто склонны в своих фантазиях отрываться от земли, выдавать желаемое за действительное, мистифицировать других. Такие дети могут быть как хорошими рассказчиками и выдумщиками, центром притяжения для сверстников и младших детей, так и объектом для насмешек. В раннем детстве они любят играть в одиночку, свои игрушки превращают силой своего воображения в любые персонажи. Будучи уже взрослым, такой человек предпочитает интересную разнообразную работу. Он всегда во что-то верит, на что-то надеется, живет больше будущим, чем настоящим, а в настоящем он неприспособленный, непрактичный, "не от мира сего".

**Дети, предпочитающие всем цветам "Фиолетовый"** живут богатым внутренним миром. В своем поведении часто отличаются артистизмом. Фиолетовый цвет означает ночь, тайну, мистику, маскировку, игру, созерцание, отождествление, интеграцию, внушаемость (по отношению к себе и к другим), эстетичность и неэстетичность, скромность и желание шокировать других, воздержанность и тяготение к всевозможным порокам, мученичество и мессианские тенденции. Таких детей (взрослые не исключение) почти постоянно раздражают противоречия в чувствах, желаниях, отношениях, занятиях и т.д. Такие люди чувствительны, внушаемы, стремятся производить впечатление на окружающих и при этом способны посмотреть на себя со стороны. Очень ранимы и более других нуждаются в поддержке, поощрении, подбадривании. Их легко загипнотизировать и возбудить.



Наиболее близкая фиолетовому цвету функция - **интуиция времени**, самая загадочная и не совсем ещё понятная функция. Наиболее ярко она проявляется у социотипов «наставник» и «экспериментатор».

**Дети, предпочитающие всем цветам "Красный"** наиболее открыты и активны.



Красный цвет - цвет крови, здоровья, жизни, экспансии, энергии, сексуальности, агрессивности, силы, власти, войны, революции. Такие дети - обычно лидеры в своем окружении как формальные, так и неформальные. Подчиняться - не в их правилах. Такие дети скорее сделают что-то наоборот, "назло", когда их просят о чем-то или приказывают. Нужно разбудить и стимулировать собственное желание ребёнка или же идти от противного, тем самым провоцируя его выполнить то, что необходимо. Здесь родителям понадобятся большая гибкость, терпение и дипломатичность. Силовые методы только ожесточат такого ребенка. Ведь именно из детей такого плана при неправильном воспитании формируются взрослые с антиобщественными тенденциями, со склонностью к криминалу.

С таким ребенком - драчуном, живым, непоседливым, ломающим игрушки и не слушающим никого, - очень трудно воспитателям. Когда он вырастет, его высокая

работоспособность, предприимчивость будут стимулироваться желанием сделать карьеру, добиться благосостояния, власти над вещами и людьми. Отсюда - превалирование интересов сегодняшнего дня, напористость и эгоизм. Самые яркие политики и руководители, военные и преступники - "красные". Ведь даже традиционной одеждой королей, генералов, кардиналов, палачей была именно красная. Такой же цвет имел флаг революции.

**Дети, предпочитающие всем цветам "Зеленый"** чрезвычайно динамичны и настроены на получение материальной отдачи. Зеленый цвет - индикатор интенсивности и работоспособности человека. Такие дети большие прагматики, но добиваются всего за счёт собственных физических усилий и этим отличаются от "красных", предпочитающих "проехаться за чужой счёт" либо путем физического принуждения, либо манипулируя чувствами и отношениями окружающих людей. Дети, у которых любимый цвет зеленый открыты в своих намерениях и поступках. Их уязвимое место - слабая нервная система. Таких детей легко вывести из равновесия, спровоцировать на агрессию. Они очень обидчивы и ранимы, но не злопамятны. Если вы признаете свою вину и демонстрируете по отношению к такому ребёнку расположение и уступчивость, он быстро "отходит". По мере взросления такие характерные признаки детей, как уверенность, настойчивость, даже упрямство способствуют выработке в них хороших исполнительских качеств. Они очень трудолюбивы и неустанно работают для блага своих близких. Зеленый цвет - это цвет живой природы, цвет листьев, травы, незрелых плодов. Поэтому люди, предпочитающие зеленый цвет, часто любят копаться в земле, что-то выращивать, они умеют пользоваться дарами природы, но не обкрадывая ее, а путем умелого с ней обращения и бережности.



Выражение "молодо-зелено" говорит о таких качествах "зеленых", как склонность к веселью, юмору, здоровой чувственности, задору, оптимизму, всех признаков человека, стоящего на пороге жизни и радующегося ей.

Зеленый цвет – говорит о наличии хорошо развитых от природы чувств: слуха, зрения, вкуса, обоняния и осязания.

**Дети, у которых "Коричневый" любимый цвет** часто находятся в противоречии с собой. Оно вызвано, с одной стороны, желанием действовать, приносить пользу, вступать в контакты с окружающими, а с другой - замыкаться в себе, проявлять мелкий эгоизм и капризность, впадать в меланхолию и депрессивные состояния. Склонные к резким перепадам настроения, такие дети часто необщительны, в среде сверстников слыт гордецами и зазнайками. Обособленность таких детей часто вызывается их нежеланием растворяться в толпе, быть "шестерками" или исполнителями воли "красных" детей - лидеров и заводил в классе и на улице.



Другая причина обособления "коричневых" в среде сверстников - их интеллектуальность. Они очень эрудированны, испытывают постоянный информативный голод, удовлетворяемый за счёт проглатывания огромного количества газет, журналов, книг, даже просто справочников, энциклопедий и ...объявлений на улицах. В школе и во дворе "шибко грамотных" не очень любят, а частенько элементарно бьют, "чтоб не зазнавался". По этой причине у таких детей может действительно развиваться чувство превосходства над другими либо его противоположность - комплекс неполноценности.

При неблагоприятных условиях в семье и школе у подростков, предпочитающих коричневый цвет, развиваются и довольно прочно закрепляются такие качества, как: негативизм, постоянное чувство неудовлетворённости собой и окружающими, неадекватное

восприятие отношения к себе со стороны других, апатия, внутреннее беспокойство, уход от проблем, боязнь и избежание стрессов, мнительность, подавление сексуальности и т.д.

Наоборот, при благоприятных жизненных обстоятельствах из таких детей вырастают достаточно инициативные и предприимчивые личности. Они думают не только о своем, но и об общественном благе, являются надёжными партнёрами с развитым чувством взаимопомощи. Они - отличные консультанты и эксперты в широком спектре сфер деятельности - производственных и непроизводственных. Прагматизм, чувство здравого смысла подсказывают им наиболее оптимальные способы решения житейских проблем и вырабатывают философски-критическое мировоззрение.

Коричневый цвет как отражение стремления к целесообразности поступков, стабильности в делах и отношениях.

### **Дети, у которых любимый цвет "Синий"** полная противоположность "красным".



Психотерапевтам, невропатологам и педиатрам полезно знать, что у детей и взрослых, у которых красный любимый цвет, можно успокаивать синим цветом, а "синих" взбадривать красным. По характеру такие дети: спокойные, уравновешенные; любят все делать не торопясь, обстоятельно, стараются все проанализировать, поразмышлять, обдумать. Их можно с полной уверенностью отнести к людям, живущим преимущественно рассудком, а не сердцем. Недаром синий цвет олицетворяет спокойное ночное небо или море. Это - порядок, закон, мысль, разум.

Дети, у которых синий любимый цвет редко бывают лидерами в кругу сверстников. Тем не менее, у окружающих они часто пользуются уважением за твёрдость характера, отсутствие капризности, заносчивости. Они не эгоисты по натуре, но приходят на помощь только тогда, когда их об этом попросят. Сами же не склонны даже в трудных ситуациях обращаться за поддержкой, стойко переносят любые невзгоды и лишения.

Им редко присущ дух предприимчивости или авантюризма. В компаниях чаще всего держатся особняком. Их не тяготит одиночество. "Синие" всегда умеют занять себя каким-нибудь делом. Они не любят хвататься за несколько дел одновременно, а долго и тщательно занимаются одним и всегда стремятся доводить начатое до конца.

Родители и педагоги часто отмечают в характере таких детей изрядную долю холодности и суровости. Если среда способствует развитию этих качеств, у взрослых впоследствии они проявляются в жестком обращении с окружающими, в особенности с теми, кто находится у них в зависимости. Из них получаются неплохие администраторы, особенно там, где ценятся дисциплинированность, иерархия, умение "не высовываться", подчинение своей индивидуальности мнению руководства или всего коллектива. "Синие" всегда хорошие специалисты и исполнители, но в одной узкой области или профессии.

Такие дети в мышлении больше "технари", чем гуманитарии, хотя могут успевать по всем предметам одинаково. Они очень усидчивы, терпеливы и могут часами сидеть за учебниками, читать полезные книжки, возиться с конструкторами, помогать родителям по дому. Они очень рано усваивают, что можно, а что нельзя и склонны пребывать в узких рамках своих представлений и убеждений. Если такой ребёнок во что-то поверил, разубедить словами его практически невозможно. Только очевидные факты заставляют его изменить свое мнение.

### **Дети, у которых любимый цвет «Розовый»** самые мягкие.

Розовый цвет в наибольшей степени соответствует младенческому периоду развития человека. Это цвет инфантильности, наивности, нежности, слабости, сентиментальности, стыдливости, приятности. Если провести дифференциацию по половому признаку, розовый цвет считается



"девчоночьим" цветом. Склонность же мальчиков к нему является признаком женственности их характера. Такие мальчики в детстве могут играть с куклами, любят наряжаться, вертеться перед зеркалом, кокетничать. Взрослея, они чаще всего занимают в различных ситуациях - бытовых или производственных - пассивную позицию. Люди, предпочитающие всем цветам розовый - ведомые, а не ведущие в семье и на работе, независимо от пола. В детстве это самые милостивые дети и мальчиков часто путают с девочками.

В кругу сверстников их любят за неизменное дружелюбие, незлобивость, уступчивость. Такие дети уменьшают агрессивность "красных" и делают более податливыми "синих". Они большие конформисты по натуре и часто действуют по принципу "и нашим и вашим". Практически всегда соглашаясь с другими или обещая что-либо сделать - дети, у которых любимый цвет розовый могут тут же поменять свое мнение на противоположное и "забыть" выполнить чужую просьбу. Они довольно ленивы и созерцание предпочитают делу.

Внутренне они довольно ранимы и чувствительны, но свои обиды стараются скрывать. Такие дети очень хорошо чувствуют настроение окружающих и стараются изменить его в лучшую сторону. Такие люди - хорошие гармонизаторы и дипломаты, гибки и умелы в отношениях, тонко и ненавязчиво снимают отрицательные эмоции и создают положительные, улучшая общий психологический комфорт. Они сами довольно легко впадают в меланхолию, но так же легко и быстро из неё выходят, если при этом чувствуют, что это негативно отражается на их отношениях с другими.

Такие дети подсознательно тянутся к более сильным и интересным сверстникам. Часто можно заметить "розового" мальчика среди отчаянных, "крутых" ребят, драчливых и неуправляемых, которые, несмотря на "чужеродный" цвет, принимают его в свою среду. При таком контрасте лучше выделяется мужественность "красных", а "розовые" смягчают климат в таких агрессивных группах.



Дети, у которых любимый цвет «Серый» самые недемонстративные. Они предпочитают не выделяться среди сверстников, не претендуют на лидерство, не проявляют инициативу и энтузиазм. Серый цвет в колористике иногда трактуется как отсутствие цвета либо его нейтральность. По восьми цветовому ряду Люшера серому цвету приписываются следующие качества: обособленность, отгороженность, свобода от обязательств. Они, как правило, очень добросердечны, им очень свойственно чувство сопереживания. Они не могут отказать другим в просьбах. Помощь "серых" всегда носит альтруистический деятельный характер и этим часто злоупотребляют другие, перекладывая на них свои проблемы.

Взрослые, предпочитающие серый цвет - это самые честные и исполнительные работники, на которых всегда можно положиться. И в детстве и в зрелом возрасте они скромно трудятся, а плодами их трудов чаще пользуются другие, более выразительные цвета. Тихий, несмелый характер и замкнутость не позволяют им бороться за место под солнцем. Хотя, что касается их внутреннего мира и личного пространства, такие люди могут проявлять неуступчивость и бескомпромиссность. Они принципиальны в отстаивании своих взглядов, не любят кривить душой, обманывать.

Такие дети очень серьезные, послушны, хорошие помощники в бытовых делах. Очень любят заниматься ручным трудом, тщательны и аккуратны в работе. Они менее других детей доставляют проблемы своим родителям и учителям. Такие дети могут не "хватать" звезд с неба", но и не ходят в отстающих. У них проявляются такие качества, как: постоянный самоконтроль, склонность к угнетенным состояниям, уход в себя, повышенная обидчивость и ранимость, подавление своих естественных потребностей.

В зрелом возрасте указанные тенденции часто проявляются в пассивной жизненной позиции, стереотипности мышления, самоизоляции. Будучи чувствительными по натуре,

такие дети переживают по поводу различных конфликтов и неурядиц в своем окружении. Мир и благополучие в семье - главный их жизненный стимул. Ссоры и разводы родителей больше всего ранят таких детей и отражаются на их самочувствии и здоровье.

### Благоприятные цвета для детей

Промышленность, выпускающая детскую одежду или игрушку, а также фирмы специализирующиеся на производстве детской мебели и оформлении интерьеров детских комнат давно сотрудничают с психологами. Последние утверждают, что детки лучше всего реагируют на красный, желтый и синий цвета и все их оттенки. Этот вывод основывается на том, что ребенок, в первую очередь, реагирует на предметы и игрушки именно этих цветов. Вместе с этим, некоторые цвета, хоть и привлекают внимание ребенка, могут быть сильнейшими раздражителями, или напротив, действовать угнетающе.



Итак, **Красный**, безусловно, лидер всех цветов – он сразу же привлекает к себе внимание и ассоциируется с энергией и лидерством. Вместе с этим это самый агрессивный и раздражающий цвет, созерцание которого способно в очень короткий промежуток времени может в разы повысить активность даже у флегматичного ребенка, что уж говорить о холерике.

Красный цвет ассоциируется у нас с бодростью и энергией. Его применение в интерьере повысит подвижность ребенка, а у старших детей будет содействовать активности в школе. Особенно положительно влияет красный на вялых и не активных детей. Но использовать этот цвет надо умеренно, так как его засилье в помещении негативно воздействует на психику, вызывает агрессию, угнетает и мешает сну. Следовательно, если ребёнок слишком живой или беспокойный от красного цвета лучше совсем отказаться, либо свести его количество к минимуму.

А вот **желтый** цвет – напротив, практически не имеет негативного воздействия на психику ребенка. Желтый цвет вызывает ощущение внутренней гармонии, тепла, стабильности. Это жизнеутверждающий цвет, способный прогнать самую глубокую хандру. В противовес красному, он не провоцирует к нарушению общеустановленных норм, а наоборот пробуждает стремление к порядку и спокойствию. Детская комната, выполненная в желтых тонах, как нельзя лучше подходит для перевозбужденного и нервного ребенка, склонного к истерическим состояниям. К тому же, желтый является хорошим стимулятором аппетита.



Желтый — один из наиболее подходящих цветов для детской комнаты. Этот солнечный цвет не только повышает настроение, но и содействует умственной работе, улучшает внимание и даже способствует развитию интуиции. Так что интерьер с жёлтым цветом поможет ребёнку в учёбе и сделает его более жизнерадостным. К сожалению, если малыш слишком беспокоен, от обилия этого цвета придётся отказаться.

**Синий** цвет тоже хорошо подходит для оформления детских помещений. Дело в том, что синий – это цвет мужества, порядка, силы воли, внутренней собранности и ответственности, к тому же он способствует проявлению духа коллективизма. Правда, если ваш ребенок не слишком активен и эмоционален, лучше избегать преобладания синего цвета. Он может усилить флегматическую составляющую характера.



Насыщенный и глубокий синий цвет позволяет снять нервное перенапряжение и улучшает сон. Но, не смотря на красоту этого цвета, основным в интерьере детской комнаты он быть не должен. Во-первых, он подавляет настроение. Во-вторых, расслабляет, мешает сосредоточиться. Так как этот цвет достаточно тёмный, ребенку в синей комнате будет тоскливо и неуютно.

Если вы хотите пробудить в вашем ребенке любознательность, желание развиваться, учиться, то нужно делать акцент на **зеленый** цвет. Он укрепит в нем уверенность в своих силах и здоровую смелость. Вместе с этим, если ребенок склонен к излишнему самоанализу, замкнут и у него проявляются все признаки интроверта, лучше зеленого избегать.



Зеленый цвет положительно сказывается на изменении и развитии характера у ребенка. Ребенок начинает проявлять живой интерес к учебе и к познанию окружающего мира. Также зеленый цвет наделяет ребенка уверенностью в себе и смелостью.

Зеленый цвет, прежде всего, ассоциируется с природой и спокойствием. Зелёные оттенки в детской и правда помогут ребёнку расслабиться и успокоиться, положительно повлияют на давление и сердцебиение, улучшат зрение. Отрицательно воздействует зелёный на излишне спокойных детей. Кроме того, перебор зелёного способствует появлению у ребёнка плохого самочувствие, а по некоторым предположениям — самовлюблённости.



**Оранжевый** цвет очень важен для здорового развития детей, поэтому он обязательно должен присутствовать в гардеробе и мальчиков, и девочек. Дело в том, что оранжевый настраивает все системы организма на здоровый лад. Это цвет психоэмоциональной устойчивости, физической выносливости и пытливого ума, вместе с этим это, пожалуй, один из самых жизнеутверждающих цветов, который создаёт атмосферу праздника. Такое цвет рекомендуется деткам склонным к ипохондрии, застенчивым ребенком с чувствительной нервной системой. Однако тут важно помнить, что оранжевый не должен быть единственным цветом, да он может преобладать, но рядом обязательно должны быть и другие цвета.

Оранжевый хорошо влияет на психологическое состояние детей, так как повышает их творческую активность и энергичность, создаёт ощущение уверенности и комфорта. Психологами доказано, что ребёнок в оранжевой комнате не будет чувствовать себя одиноко. Кроме того данный цвет поможет мамам детей, имеющих проблемы с питанием, ведь он стимулирует аппетит. Маленькая девочка из «Оранжевой песни» Ирмы Сохадзе так любит цвет апельсина, что готова разукрасить им не только свою комнату, но и небо, солнце, зелень и даже маму. А вот психологи бы её идею не одобрили, так как в больших количествах оранжевый может перевозбуждать и давить на психику.

Ещё два цвета, которые заслуживают внимания особенно применительно к детям – это **голубой** и **розовый**. Использование **розового** цвета в интерьере имеет массу преимуществ. Розовый цвет успокаивает, снижает стрессы и повышает настроение. Он способствует успехам в учёбе, улучшает самооценку девочки и просто позволяет ей почувствовать себя маленькой принцессой. Оттенки розового могут варьироваться от холодного, близкого к сиреневому цвету, до теплого персикового. Минусом розового цвета является его ярко выраженная женственность. Для того чтобы девочка не выросла взбалмошной кокеткой,



психологи советуют дополнять его другими цветами. Несложно догадаться, что для мальчиков розовый не подходит, так как не способствует развитию в них мужских качеств.



**Голубой** цвет в детской, так же как и зелёный, содействует успокоению и расслаблению. Но в отличие от последнего, он рассеивает внимание. Так что если родители не хотят, чтобы школьник вместо учёбы летал в облаках, лучше ограничить использование этого цвета зоной отдыха.

Серый цвет на первый взгляд, серый цвет ассоциируется с печалью и одиночеством. Но такое отношение к этому цвету не всегда оправдано. Серый цвет успокаивает и придаёт уверенности. Так что его можно применять в детской, но делая это грамотно и **обязательно разбавляя яркими красками**. Так как серый понижает активность, нельзя использовать его в комнате малоподвижного замкнутого ребёнка. Все выше перечисленные цвета по большому счету настоятельно рекомендованы для деток любого возраста, с учетом их психоэмоциональных характеристик. **Самым безопасным и показанным абсолютно всем детям (впрочем, как и взрослым) является желтый цвет.**



Психологам из Норвегии удалось установить, что **дети, которые находятся на учете в органах внутренних дел или попросту малолетние преступники, в тестах выбирали черный цвет. Этот же оттенок чаще всего выбирают люди, склонные к суициду.** Что же касается психологии влияния цвета на развитие и становление

личности ребенка, то стоит запомнить несколько правил:

- ✓ В повседневной жизни ребенка должно окружать большое количество цветов, однако **важно умеренно их сочетать**.
- ✓ Стены и потолок в комнате ребенка должны быть белого цвета или светлых тонов. Темные оттенки могут вызвать депрессию, ухудшение памяти и мыслительных процессов.
- ✓ Голубой цвет спасет вас и вашего ребенка от стрессов, снизит кровяное давление и избавит от головной боли.
- ✓ Зеленый оттенок и бело-голубая гамма будут держать в стабильном состоянии нервную систему. А сам по себе зеленый цвет способен стабилизировать давление и помочь в борьбе с усталостью.
- ✓ Цвета можно активно использовать в развитии речи и изучении окружающего мира. С 1-3 лет можно играть с ребенком, например, в ассоциации: яблоко-зеленое, банан-желтый и т.п.
- ✓ Если ваш ребенок вялый, плохо питается, апатичный и не в настроении, то привести его в чувства помогут красный, желтый и оранжевый цвета.

Зная влияние цвета на состояние вашего подрастающего человека, вы можете регулировать его настроение, успокоить его, развеселить или заинтересовать.

Важным вопросом в выборе цвета для детской является его насыщенность. Психологи советуют в этом вопросе ориентироваться на возраст ребёнка. **Для раннего возраста пёстрая комната не подходит. Лучше всего подобрать пастельные успокаивающие оттенки.** Естественными яркими цветами нужно окружать детей с трёх-четырёх лет до подросткового возраста. Добавление к любому из спектральных цветов белого уменьшает его воздействие на человека. Поэтому, если Вы сомневаетесь, можно ли в Вашем случае использовать цвет, очень любимый Вашим чадом, используйте его самый светлый оттенок.

### Цвета, которые в детстве лучше избегать

Несмотря на свою торжествующую чистоту и безукоризненность, **белый** цвет нужно использовать с осторожностью. Да, это цвет невинности, душевной и физической чистоты, искренности. Вместе с этим этот цвет может усилить чувство незащищенности, что для ребенка совершенно не нужно. Белый цвет в интерьере помогает ребёнку успокоиться и улучшает его самочувствие. В отличие от ярких (красный, оранжевый, синий) цветов, он не оказывает сильного воздействия на психику и является универсальным. Так как белый цвет базовый, к нему можно добавить любой другой из вышеперечисленных. Но чисто белую комнату делать нельзя, ведь ребенку для ощущения жизни просто необходимы яркие краски. **Бежевый** цвет по своим психологическим свойствам похож на белый.

Аутсайдеры цветового топа для детей – это **фиолетовый, коричневый и черный** цвета. Будучи взрослым, человек, основываясь на своих внутренних ощущениях, сам делает выбор – носить одежду в таком цветовом исполнении или нет. А вот маленьким детям эти цвета носить нежелательно:

✓ Отношение к фиолетовому цвету у психологов не однозначно. С одной стороны **фиолетовый** цвет творчества, который улучшает воображения и содействует мышлению. С другой стороны, большое количество фиолетового может унести ребенка в мир грёз, рассеивать его внимание, провоцировать чувство одиночества. В детской не рекомендуют злоупотреблять фиолетовым цветом, **а если уж и использовать его, то в сильно разбеленном виде**, то есть очень-очень светлый оттенок;



✓ **Тёмно-коричневый** цвет очень популярен у взрослых, так как создаёт ощущение комфорта. А вот малышу коричневая комната быстро надоеет. **Его можно использовать в детской лишь сочетая с другими цветами.** Альтернативой может быть светло-коричневая комната. **Светло-коричневый** цвет не раздражает и даёт чувство безопасности.

✓ **Чёрный** цвет не подходит для детской комнаты. Он отрицательно влияет на состояние ребенка, ухудшает его настроение. **Немного этого цвета допускается разве что в элементах декора.** Иногда дети переходного возраста сами окружают себя чёрным, что свидетельствует о внутреннем разладе и противоречиях.



Таким образом, **цвета обладают своим психологическим зарядом.** Чтобы цвет в детской комнате положительно влиял на ребёнка, родители могут учесть свойства цвета и особенности характера своего ребенка. Яркие красный, жёлтый, оранжевый цвета повышают активность и способствуют учёбе, а более сдержанные розовый, голубой и зелёный – успокаивают. Синий и фиолетовый цвет расслабляют. Для достижения наилучшего эффекта детскую можно разделить на зоны (игровая, зона сна, зона учёбы) и раскрасить их по-разному. Например, в учебной зоне будет преобладать повышающий активность жёлтый цвет, а в зоне сна – спокойный голубой или зелёный. И конечно при выборе цвета детской комнаты важно учитывать вкусы самого ребёнка, у которого на этот счёт вполне может оказаться собственное мнение.

### Цветовые предпочтения

**Выбор предпочтительно (любимого) цвета человеком определяется его характером.** На основании социологических исследований был получен следующий ряд цветов по мере уменьшения предпочтительности: голубой - фиолетовый - белый - розовый - пурпурный - красный - зелёный - жёлтый - оранжевый - коричневый - чёрный. Зависимость выбора предпочтительного цвета от темперамента иллюстрируется на рисунке:



**Темперамент**— это индивидуальное свойство человека, которое в наибольшей мере зависит от его врожденных, природных психофизиологических качеств. Темперамент — индивидуальная характеристика человека со стороны особенностей его психической деятельности, таких как интенсивность, скорость, темп психических процессов. Темперамент составляет основу развития характера. С физиологической точки зрения он обусловлен типом высшей нервной деятельности человека, и проявляется в поведении человека (характера), в степени его жизненной активности. Выделяется четыре

типа темперамента:

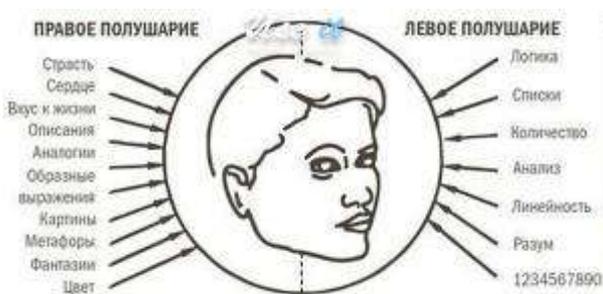
➤ **Холерический** (от греч. chole — желчь) - человека холерического темперамента можно охарактеризовать как быстрого, порывистого, способного отдаваться делу со страстью, преодолевать значительные трудности, но, в то же время, неуравновешенного, склонного к бурным эмоциональным всплескам и резким сменам настроения. Данный темперамент характеризуется сильными, быстро возникающими чувствами, ярко отражающимися в речи, жестах и мимике;

➤ **Сангвинический** (лат. sanguis, сангвис, «кровь», «жизненная сила») — человека сангвинического темперамента можно охарактеризовать как живого, подвижного, сравнительно легко переживающего неудачи и неприятности. Эмоции у сангвиника преимущественно положительные, они быстро возникают и быстро сменяются. Он быстро приспосабливается к новым условиям и быстро сходится с людьми. Его чувства легко возникают и сменяются новыми, ему свойственна выразительность, но иногда и непостоянств. Подобный тип темперамента характеризует, как правило, расчётливого человека. Сангвиники наиболее подходят для руководящих должностей или где на них ложится ответственность, где они наиболее могут раскрыть свой собственный потенциал;

➤ **флегматический** (от греч. phlegma - флегма, «мокрота», «слизь») — человека флегматического темперамента можно охарактеризовать как медлительного, невозмутимого, с устойчивыми стремлениями и более или менее постоянным настроением, со слабым внешним выражением душевных состояний. Сангвиник стремится к частой смене впечатлений, легко и быстро отзывается на окружающие события, общителен <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D0%BD%D0%B3%D0%B2%D0%B8%D0%BD%D0%B8%D0%BA> - cite note-.D0.93.D0.BE.D0.BB.D0.BE.D0.B2.D0.B8.D0.BD-4. Флегматик трудно переключается с одного вида деятельности на другой и приспосабливается к новой обстановке. У флегматика преобладает спокойное, ровное настроение; его чувства и настроения обычно отличаются постоянством. Характерно то, что новые формы поведения у флегматика вырабатываются медленно, но долго сохраняются. Он редко выходит из себя, не склонен к аффектам; ему свойственны ровность, спокойствие, выдержка, иногда вялость, безучастность к окружающим, лень. При неблагоприятных условиях у флегматика может развиваться вялость, бедность эмоций и склонность к выполнению однообразных привычных действий;

➤ **меланхолический** (от греч. melainachole - черная желчь) - человека меланхолического темперамента можно охарактеризовать как легко ранимого, склонного глубоко переживать даже незначительные неудачи, но внешне вяло реагирующего на окружающее. Для меланхоликов характерен низкий уровень психической активности, замедленность движений, сдержанность моторики и речи, а также быстрая утомляемость. Меланхоликов отличают высокая эмоциональная чувствительность, глубина и устойчивость эмоций при слабом внешнем выражении, причём преобладают отрицательные эмоции. При

неблагоприятных условиях у них может развиваться повышенная эмоциональная ранимость, замкнутость, отчуждённость. В спокойной и



привычной для них обстановке, меланхолики могут успешно справляться с жизненными задачами. Меланхолики обладают повышенным интуитивным восприятием отношения к себе окружающих людей. Они отличаются высокой чувствительностью к эмоциональному отвержению со стороны значимых лиц и высокой потребностью в сопереживании. Меланхолики являются интровертами.

Так же следует отметить, что люди, у которых преобладает правое полушарие мозга, отвечающее за творчество, интуицию, пространственно-образное мышление, любят яркие и насыщенные цвета, например, импрессионисты, в своем творчестве часто использовали такие цвета. Левополушарные люди (у них преобладает абстрактно-логическое мышление) предпочитают пастельные тона. Когда правое и левое полушарие у человека развиты примерно одинаково, людям нравятся как пастельные тона, так и яркие насыщенные цвета.

Неприятие того или иного цвета настолько же информативно, как и определенное цветовое предпочтение. Отвергаемый вами или неприятный для вас цвет, как правило, содержит в себе послание, раскрывая причины, которые побуждают вас поступать тем или иным образом, и указывая на затаенные внутренние потребности и проблемы. Цвет, который вам не нравится, содержит в себе как причину вашего неприятия, так и лекарство для восстановления внутреннего равновесия. Язык цветовых вибраций чрезвычайно информативен. Если вас привлекает какой-либо цвет, это может указывать на потребность в определенной цветовой вибрации и в той информации, которую он в себе содержит.

Вместе с тем, следует отметить, что отвергаемый человеком цвет может быть связан с травматическим опытом прошлого, например, на человека напали на зеленой лужайке, после чего он негативно стал воспринимать зеленый цвет.

### ЦЕЛИТЕЛЬНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ЦВЕТА

*"Умело подобранная гамма цветов способна благотворнее воздействовать на нервную систему, чем иные микстуры".*

*В.М.Бехтерев*

Все явления во Вселенной представляют собой определенные комбинации колебаний, вибраций. Музыка, цвет – это вибрации, которым подвластны тело, рассудок и эмоции. Отдельным клеткам, органам, системам организмов присущи особые сочетания вибраций определенной частоты, и, с этой точки зрения, человеческий организм можно сравнить со сложнейшим музыкальным произведением. Здоровое состояние организма характеризуется гармоничными вибрациями, а болезненное состояние – "фальшивыми нотами", диссонансом.

Цвет помогает мгновенно найти первопричину проблемы, на каком бы уровне она не находилась – физическом, эмоциональном или ментальном, и восстановить гармонию в организме. Живой организм, если он не здоров, поглощает больше цвета для своего восстановления. В лечебных целях, на цвет можно смотреть, его можно вдыхать, впитывать, визуализировать (представлять), прикладывать определенного цвета предметы к телу. Цветотерапия (хромотерапия) – это абсолютно безопасное и исключительно эффективное дополнительное средство лечения и восстановления организма.

Школы исцеления с помощью цвета существовали еще в Древнем Египте, где в древних храмах Гелиополиса сила цвета использовалась как в культовых целях, так и для исцеления. Храмы строились по отношению к солнцу таким образом, чтобы солнечный свет, попадая внутрь, распадался на семь цветов радужного спектра. Это позволяло страждущим принимать солнечные ванны, которые напитывали организм необходимыми для исцеления вибрациями.

Цвет – это определенная длина волны, но эффекты, вызываемые действием цветного света, различны для людей, что подтверждается многолетними исследованиями. Например, для снижения повышенного артериального давления применяли голубой цвет. Но, к своему удивлению, ученые-исследователи обнаружили, что длительное воздействие голубого цвета

на пациента вызывает повышение давления. Воздействие фиолетового цвета на разных людей крайне неоднозначно, одних он умиротворяет, других – возбуждает.

Нет одного рецепта для всех. Поэтому применение цветотерапии должно быть строго индивидуальным, для того чтобы обеспечить максимально положительный терапевтический эффект. Уникальность данной цветотерапии заключается в том, что из многомиллионной палитры, вы выберете те цвета и оттенки, которые характеризуют именно вашу проблему, составите свою личную цветограмму (во время этого процесса вы уже будете гармонизировать свой организм) для точной диагностики, и последующей эффективной коррекции вашего состояния. Цвет – это живая энергия, которая указывает нам путь. Ежедневное обращение к цветотерапии – залог здоровой жизни.



### **Красный цвет**

Проникает глубоко в человеческий организм. Ощущение тепла красного цвета чисто психологическое. Оно может создавать у человека чувство благополучия и соответственно влиять на его физиологию. При воздействии на человека красные лучи увеличивают питание тканей, активизируют обмен веществ и кровообращение. Их проникновение в человеческий организм усиливает мускульное напряжение, повышает кровяное давление, учащает ритм дыхания, оказывает стимулирующее влияние, вызывает эмоциональные реакции, стимулирует деятельность мозга. Много веков назад в Китае обнаружили, что если полежать на солнце, обернувшись в красный шелк, то можно избавиться от рубцов после ветряной оспы. Исследования подтвердили, что жидкость красного цвета, употребляемая в пищу, помогает эффективно справляться с различными инфекционными заболеваниями.

Однако у человека есть определенный порог положительного восприятия красного цвета, за которым он сначала чрезмерно возбуждает, затем подавляет, угнетает, приводит к утомлению и перегрузке нервной системы, раздражает, и, наконец, при продолжительном влиянии приносит ощутимый вред, ведет к упадку сил и общей депрессии. Негативный аспект красного связан с животными инстинктами, эгоизмом, жестокостью, гордыней. У нервных людей, особенно у детей, красный цвет вызывает сильные чувственные реакции и раздражение.

Он заключает в себе чувственность, воодушевляет и управляет сексуальными взаимоотношениями. Вагнер мог писать музыку только при красном свете, поэтому его музыка действует возбуждающе. Красный цвет толкает к самопознанию, стимулирует и дает большой запас жизненных сил. Это энергия, импульс и мощная созидательная сила.

Красный цвет соответствует античному элементу "огонь", холерическому темпераменту, а в категориях времени – современности, (тогда как жёлтый указывает на будущее). В добавок хочется привести значение красного цвета в индийском энергостроении человека: дело в том, что красный цвет можно ассоциировать с самой низкочастотной нотой "до".

Любители красного цвета обычно оптимисты, неутомимы, терпеть не могут однообразие и редко бывают замкнутыми. Такие люди редко в курсе своих собственных недостатков. Им трудно быть объективными, поэтому такие люди обвиняют других в любых неудачах. Подобно красному цвету, расположенному выше всех других в радуге, такие люди стремятся оставаться хозяином положения. Они отличаются интересом к жизни.

Понятия, ассоциирующиеся с красным цветом — победитель, успех, напряжение, импульсивность, активность, соперничество, отвага, агрессивность, страсть. «Красные» люди захватывают, они подвижны, оптимистичны и эмоциональны, это экстраверты, жаждущие полноты ощущений и жизни в целом. Желание является ключевым стимулом.

Столь яркая, радостная картина имеет и обратную сторону... Поскольку вы с такой силой жаждете ярких красок в жизни, рутина может доводить вас до сумасшествия; нетерпеливость приводит к переменчивости и непостоянству. Вам трудно оставаться объективным, ваше поведение отличается самоуверенностью и упрямством. Вы предпочитаете, выслушав чей-либо совет, поступать по-своему. Терпение не входит в число ваших добродетелей.

Тем не менее, другим с вами интересно, вы побуждаете к действию. Мир оказался бы скучным местом без «красных» людей.

Спокойные люди, которым нравится красный цвет, могут ощущать потребность в теплоте, силе и жизнеутверждающих качествах, который способен дать этот цвет. Красный обычно нравится открытым людям с несложным внутренним миром, полным интереса к жизни.

**Не нравится.** Поскольку красный цвет ассоциируется с неистовой жаждой жизни, возбуждением и страстью, нелюбовь к этому цвету может означать, что именно сейчас вам вряд ли хочется испытывать столь интенсивные эмоции. Возможно, вас отпугивают агрессивность и напор, с которыми связано восприятие красного цвета. Или, быть может, вы все-таки ищете большего удовлетворения от жизни, но боитесь быть втянутым в ее круговорот? Человеку, отвергающему красный цвет, либо не хватает жизненной силы, либо ему кажется, что его со всех сторон обступили неразрешимые проблемы.

Люди раздражительные, уставшие, волнуемые множеством проблем часто обращаются к более прохладным цветам в поисках отдыха и расслабления — это естественная защитная реакция.

### **Бордовый цвет**

У тех, чей любимый цвет - бордовый, возможно, в жизни был неприятный опыт, который способствовал их развитию как личностей. Такие люди располагают к себе и излучают благородство.

Обычно бордовый - любимый цвет тех, кого жизнь не очень жалела, но они смогли это пережить. Бордовый цвет, родственник красному, говорит о хорошо дисциплинированной личности. Пережив какие-то трудности, человек не остановился, а развивался и достиг определенной зрелости.



### **Розовый цвет**

Это символ приятной, спокойной и счастливой жизни. «Розовая» жизнь - это счастье, равновесие, прежде всего в физическом смысле. Розовый цвет также символ всепоглощающей любви, духовной красоты, сострадания и бескорыстия. Он настраивает организм и готовит почву для любых видов лечения. Розовый обладает целительной силой всепонимающей и всепрощающей "вечной любви", которая простирается за пределы человеческого существования, и помогает найти ответ.

Это цвет доброты и романтики. Чем бледнее оттенок розового цвета, тем более сильная всеобъемлющая и всепоглощающая любовь ему соответствует. Он отличается крайней чувствительностью и настраивает на исполнение желаний. В розовом цвете плавится все нехорошее, этот цвет помогает избавиться от навязчивых мыслей. Светлые нюансы розового успокаивают и вызывают чувство душевного равновесия, спокойствия, защищенности, комфорта. Розовый цвет способен разрядить обстановку и помочь в критической ситуации, это цвет примирения и прощения.

Подобно магниту, розовый, притягивает к себе внимание и способствует внутреннему выражению. Отождествляется с расцветом сил и воплощением возможностей, оказывает поддержку в трудную минуту. В своем негативном аспекте розовый означает

инфантильность, незрелость, слепую веру, неумение подчинять ход событий своей воле, излишнюю уступчивость, чрезмерную эмоциональность. Тем не менее, он является отражением безмерной любви и всеобщей гармонии.

Этот цвет — смягченный красный, он объединяет страсть и чистоту. Розовый ассоциируется с романтикой, свежестью, утонченностью и нежностью. «Розовые» люди живо интересуются окружающим миром, но они не бросаются в водоворот жизни с той бесшабашностью, которая свойственна людям «красного цвета». Их огорчают неистовство и насилие в любой форме.

Когда-то розовый считался исключительно женским цветом, сейчас же мужчины не стесняются комфорта, который дарит розовый цвет, поскольку более не считается неприличным для мужчин проявлять чувственность и другие «женские» черты.

Женщины, которые предпочитают розовый цвет, имеют выраженные материнские качества. Розовый требует защиты, особого отношения и обеспеченной жизни. Люди, чей любимый цвет - розовый, нуждаются в привязанности и ощущении, что их любят и берегут, стараясь создать впечатление, что они нежные и хрупкие. Такие люди обычно очаровательные и мягкие, возможно, немного неопределенные.

Розовый цвет нравится, если вы талантливы и излучаете мягкую уверенность, шарм и теплоту, и, скорее всего, остаетесь неизлечимым романтиком. «Розовые» люди дружелюбны и общительны, но самые сокровенные чувства хранят в себе.

**Не нравится.** Мягкие, умеренные оттенки розового не отличаются эмоциональностью, поэтому многие люди безразличны к розовому цвету. Если вам не нравится розовый, вы, возможно, ищете ярких впечатлений, а этот цвет для вас слишком спокойный.

### **Оранжевый цвет**

Оранжевый — это цвет инстинктов, в которых заключена возможность познания и цвет веры в собственные силы. Он обладает всеми возможностями красного цвета, но сила его мягка и неагрессивна. Оранжевый цвет символизирует конструктивный подход к делу, разрушает преграды, расширяет возможности, обеспечивает свободу действий. Мягкие оттенки оранжевого способствуют созданию доверительных отношений между людьми, и помогает выявить взаимосвязь прошлых событий с проблемами настоящего. Оранжевый цвет придает смелости, принимает обстоятельства и подстраивает их под себя. Также, он олицетворяет бесстрашие, великодушие, справедливость и свободолюбие.



Это цвет милосердия и терпимости, который верит в силу общения и дружеские отношения. Это цвет объединения вещей на новом уровне понимания. Оранжевый отвечает за способность к исследованию, применение практических навыков, а также за удовлетворение физических потребностей и ассимиляцию физической и духовной пищи. При своем оптимизме и благожелательности, он обеспечивает физическую привязку к интуиции, и дает человеку возможность управлять событиями своей жизни. Это неиссякаемая энергия, которая направляет в нужное русло, помогает справиться с депрессией, фобиями, беспричинным страхом, аутизмом, заторможенностью и различными психологическими блоками. Оранжевый покровительствует познанию, творчеству, расширению интеллектуальных возможностей, освобождает дух и движет вперед.

Улучшает пищеварение, ускоряет пульсацию крови, но кровяное давление не меняет. Снимает глазное давление, излечивает мигрень (в течение 10 мин.), создает чувство благополучия и веселья, стимулирует общее самочувствие. В частности, было отмечено, что при пребывании человека в красно-оранжевом освещении у него исчезают головные боли и снимается усталость. После еды оранжевый цвет создает ощущение эйфории, как после

наркотиков. Комнаты, выходящие на север, окрашивают в оранжевый цвет, создавая ощущение тепла.

Оранжевый восстанавливает нарушенные связи внутри организма, оказывает помощь при лечении болезней связок, суставов, сухожилий и костей, помогает при ревматизме, используется при лечении заболеваний мышц и конечностей. Эффективен при эпилепсии и других нервно-психических заболеваниях. Восстанавливает гормональный баланс у лиц обоих полов, помогает от бесплодия и в период менопаузы.

Оранжевый цвет — сочетание красного и желтого, объединяющее характеры обоих. Энергичный и теплый, как осенние листья, оранжевый обладает физической силой красного, но в то же время менее интенсивный, менее страстный... Те, кому нравится этот цвет — работают прилежно, а играют увлеченно. Это люди деятельные и полные энергии.

Если вам нравится оранжевый, вы, очевидно, экспансивный экстраверт, предпочитающий яркий образ жизни, вам нравится проводить время в компании. Ваши идеи уникальны, пристрастия сильны, а в общении вы достаточно приятны и обходительны.

«Оранжевые» люди бывают непостоянными: своим лучшим другом они, скорее всего, назовут того, с которым сошлись недавно. В любви они независимы и всегда готовы покорять новые миры!

Если вы предпочитаете персиковые оттенки, вы обладаете теми же качествами, что и «оранжевые» люди, но спокойней и еще менее агрессивны, вы столь же дружелюбны и обаятельны, а в общении даже еще мягче. Вы способны столь же упорно трудиться, но в игре чаще выбираете роль наблюдателя.

### Не нравится.

Видимо, слишком яркие цвета в жизни вам не по душе: вам не нравятся шумные вечеринки, неумное веселье, громкий смех, хвастовство и интимность напоказ. Поэтому вы трудно сходитесь с людьми и, возможно, даже слывете нелюдимом. Огромному количеству знакомых вы предпочитаете узкий круг действительно близких друзей, и если уж вы находите друга — это друг на всю жизнь. Неприятие оранжевого говорит о внутренних блоках, оскорбленном чувстве собственного достоинства, утратах, ощущении несправедливости и нежелании принять некоторые события прошлого.

### Желтый цвет



Желтый цвет олицетворяет поток мудрости, здравый смысл и благополучие. Он настраивает на позитив и влияет на события при помощи ума и интеллекта. Желтый добивается поставленной цели, поскольку легко приспосабливается, отличается гибкостью и способностью подбираться к истокам и проникать в глубь проблем. Помогает преодолевать трудности и награждает живостью ума, ясностью мысли и точностью суждений. Это цвет любознательности, сообразительности, концентрации внимания, способности принимать мгновенные решения и рационализма. Цвет информации, взаимодействия, передачи сведений, журналистики, который всегда в курсе последних событий.

Желтый наполнен теплом, доброжелательностью и уверенностью в благополучном исходе дел. Любит, чтобы им восхищались и подражали ему. Избавляет от чувства ложной стыдливости, изглаживает из памяти неприятные воспоминания. Считается с реальным ходом вещей, и предпочитает синицу в руках, нежели журавля в небе. Цвет благоразумия, выдержки, положительно влияет на работоспособность, но в большом количестве давит на психику. Он может перейти границы, и тогда это приведет либо к прорыву, либо к полному истощению.

Солнечный цвет отличается наибольшей яркостью: золотисто-желтый - самый веселый из всех цветов. Желтый цвет динамичен, улучшает настроение, создает ощущение легкости, стимулирует работу мозга, тренирует зрение, имеет способность успокаивать и

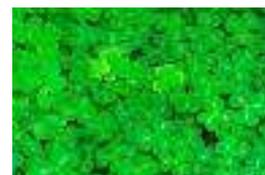
снимать нервное напряжение (используется в лечении психоневрозов). Способствует выработыванию красных кровяных телец, стимулирует функции лимфатической системы, регулирует выработку гормонов, ускоряет рост ребенка, повышает его активность и самооценку. Помогает высветить глубинные причины заболеваний, поставить правильный диагноз, указать путь. На физическом уровне – тонизирует, очищает, удаляет шлаки, токсины, слизь, различные вредные вещества, обновляет и омолаживает организм. Применяется при лечении сыпи и ссадин на коже, а также помогает контролировать вес.

Желтый цвет любят смелые и умные люди, ищущие чего-то нового и стремящиеся к самореализации. Желтый цвет обычно нравится жизнерадостным и проникательным людям, с деловой хваткой и отличным чувством юмора. Это цвет интеллекта и всего, что связано с умом. Желтый цвет любят люди, которые чаще всего думаю ясно и четко, хорошо знают о своих умственных способностях и имеют высокие идеалы. Иногда такие люди могут избегать ответственности, предпочитая свободу мыслей и действий. Такие люди оригинальны, наделены богатым воображением и развитым художественным вкусом. Обладая пытливым умом, они любят все новое и интересное. Если вам нравится желтый цвет, вы, скорее всего, надежный друг. Ваши амбиции часто реализуются, и в целом у вас очень светлый взгляд на жизнь. Такие люди не любят быть вторыми. Они щедры, но часто недоверчивы, и это может выглядеть так, будто они сторонятся людей. Иногда они нетерпимы по отношению к идеям других, которые кажутся им не так хорошо продуманными. Они искренне беспокоятся о благе общества, но все же больше склонны размышлять об этом, чем что-либо предпринимать. «Желтые» люди склонны к педантизму, но в то же время вполне довольны миром и счастливы.

**Не нравится.** Если вам неприятен желтый цвет, вы недолюбливаете те черты, которыми обладают «желтые» люди. Вы реалист, практичный человек с утилитарными предпочтениями и, скорее всего, критично относитесь к тем, кто не разделяет ваших взглядов. Вы скептически принимаете новые идеи, и скорее сконцентрируетесь на знакомых вещах, чем попробуете что-нибудь новое. Для вас всегда важен гарантированный результат, поскольку вы предпочитаете надежно защитить себя от разочарований.

### Зеленый цвет

Гармония, равновесие, настройка на природные ритмы – это ключевые понятия зеленого цвета. Зеленый отражает состояние сердца и всеобъемлющую любовь, посредством ощущения собственной целостности, и единения со всем сущим. Это цвет природы, соединения, координирования, роста, направления и восстановления. Это цвет вбирает в себя полярности, и отражает стабильность и реформы, обязательность и легкомыслие, практичность и неустроенность, развитое воображение и заикленность. Он покровительствует сотрудничеству и способен взвесить и оценит шансы, а потом принять верное решение, поскольку видит обе стороны дела. Уравновешивает и восстанавливает системы, стремится установить баланс между разумом и сердцем. Желает быть лучшим, и вдохновляет других, не руководствуется старыми предписаниями, а создает новые правила.



Цвет растительного мира, природы. Вызывает ощущение свежести и влаги. Болеутоляющий, гипнотизирующий цвет. Отражает причину болезни на уровне эмоций, например, эмоциональный дисбаланс ведет к сердечным заболеваниям. На человека воздействует благоприятно, успокаивает: дает разрядку нервной системе, понижает внутриглазное давление, улучшает слух, усиливает циркуляцию крови, снижает кровяное давление (расширяет сосуды), облегчает мышечную деятельность, повышает тонус, создает ощущение тепла.

Зеленый цвет связан с представлением о горизонтали и с ощущением пассивности, нейтрализует воздействие шумов, делает человека терпеливым. Освежает, уменьшает слишком яркое солнечное освещение в помещении. Дает некоторый отдых уму. Дисциплинирует ум и тело. Человек, когда его ум переутомлен, инстинктивно выбирает для отдыха голубое море или успокаивающее воздействие зелени. Зеленый содержит в себе жертвенность и эгоизм, процветание и борьбу за существование, возможности и низкую самооценку, самосовершенствование и самоподавление, взлеты и падения. Осознав этот цвет на новом уровне, можно самоопределиться и найти свое место в жизни.

Зеленый состоит из желтого, который очищает, голубого, который понимает, поэтому он открывает путь к свободе. Это универсальный целительный цвет, помогающий избавиться от фобий, нервного напряжения, усталости, бессонницы. Он оказывает благоприятное действие при заболеваниях печени, повышенном артериальном давлении, приостанавливает развитие новообразований, помогает приостановить кровотечение. Отвращение к зеленому указывает на недовольство собой, самобичевание, нервные перегрузки, накопившиеся отрицательные эмоции.

Те, кто предпочитает зеленый цвет, обычно открытые, социально активные, довольно общительные люди. Но они стараются сохранить мир и покой любой ценой. Любители зеленого цвета могут быть слишком скромными, сдержанными и терпеливыми, таким образом, их иногда используют окружающие. Обычно такие люди утонченные, воспитанные и уважаемые личности.

Тех, кому **не нравится зеленый**, вряд ли можно назвать общительными или компанейскими. Естественная потребность в признании группой людей скорее оттолкнет вас от них, чем заставит присоединиться. Вам не нравится поступать, думать, или выглядеть так же, как поступают, думают и выглядят большинство людей вокруг вас. Пикники и вечеринки, и даже поездки в гости к родственникам — не для вас.

Если человек отвергает зеленый — значит он хочет освободиться от напряжения, вызванного непризнанием.

### Салатовый цвет

Этот цвет несет в себе две различные характеристики: с одной стороны — он эффектный и сочный и принадлежит к гамме теплых оттенков, включая в себя их свойства, с иной — он охватывает качества зеленого и обладает нейтрализующей функцией. Он создает такое чувство как «веселое спокойствие» или приподнятое настроение при расслабленной умиротворенности. Считается, что скрытая сила, которая была в зеленом, освобождается, отчего оный цвет, побуждает к стремлению устанавливать как можно больше контактов, активно общаться с внешним миром, познавать новое. Салатовый нужно использовать в игровых комнатах, где происходит контакт с другими детьми, в местах и в мебели с коллективными занятиями детей. При оформлении дня рождения или детского праздника очень подойдет салатовый цвет.



Салатовый считается любимым цветом людей, обладающих властным характером. Такие люди любят подавлять, начальствовать не только на работе, но и в семье. Таким людям вообще присущ страх перед активными действиями: они все время опасаются попасть в затруднительное положение. Зато они любят подталкивать к активности других и ждать: что получится?

Если Вам салатовый цвет **не нравится**, то скорее всего вы человек замкнутый, необщительный, не любите командовать людьми, вам намного проще подчиняться. В то же время вы человек обязательный, тактичный, порой даже деликатный.



### Голубой цвет

Позитивные ключевые слова голубого цвета это мудрость и терпение, истина и спокойствие, честность и преданность, духовность и содержательность. В противоположном аспекте голубой – это неуравновешенность и чрезмерная сентиментальность, слабость и самодовольство, холодность и отчужденность, переменчивость и постоянство. Голубой – цвет истины и самовыражения, он несет мир и покой, расслабляет и настраивает на философский лад. Помогает ясно и четко излагать мысли, обладает пронизательностью и помогает решать проблемы спокойно и со знанием дела.

Будучи цветом надежды и перемен, голубой помогает объективно оценить ситуацию и использовать обстоятельства наилучшим образом. Часто люди, тяготеющие к голубому цвету, плывут по течению, либо по причине бесхарактерности и нежелании сосредоточиться, либо потому что искренне верят в положительный исход дела и вселенскую мудрость. В психологическом аспекте голубой сглаживает углы и смягчает конфликтную обстановку, примиряет и дает возможность увидеть хорошее начало даже при самом неутешительном раскладе. Этот цвет снимает эмоциональную нагрузку, противодействует грубости и жестокости.

Цвет воды и неба создает впечатление свежести и покоя, кажется прозрачным, легким, раздвигающим пространство (однако оттенки голубого, близкие к синему цвету, притупляют восприятие, вызывают сонливость, угнетают). Голубой цвет снижает мускульное напряжение, кровяное давление, нормализует пульс и успокаивает дыхание, побуждает к размышлениям, напоминает о мире. Нервных людей он успокаивает лучше, чем зеленый. Но при слишком долгом воздействии вызывает чувство усталости, угнетенности. Бледно-голубой цвет обладает большей целительной силой, нежели темно-голубой.

Голубой помогает при лечении детских нервно-психических заболеваний, воспалениях носоглотки, заболевании ушей, прорезывании зубов, проблемах с голосом и речью. Эффективен при воспалительных заболеваниях, варикозном расширении вен, язвах желудка, ночном недержании мочи.

Люди, которым нравятся оттенки голубого, обычно холодны и уверены в себе (или они только хотят такими казаться?), и в то же время могут быть очень ранимыми. Они доверяют и нуждаются в доверии. Чувствительные к потребностям других, способные на крепкую привязанность, такие люди тяжело переживают всякое предательство или разочарование. Они не избегают больших компаний но, тем не менее, предпочитают оставаться в кругу близких друзей.

Если же голубой цвет **не нравится**, то это показатель импульсивного, легкомысленного характера.

### Синий цвет

Обладая силой и мощью, синий цвет очищает, преобразует, и выводит на новый уровень восприятия. Он открывает доступ в неизведанное и устремляется вперед, будучи уверенным в собственной непогрешимости. Вдохновляет на покорение вершин, но сам создает фиксированные структуры, веря в иерархичность бытия. Люди, предпочитающие синий цвет, склонны все анализировать, переосмысливать и классифицировать, иногда они могут быть неуступчивы и склонны к самообману. Они являются хорошими проводниками во внутренний мир и могут помочь понять смысл жизни.



Синему трудно следовать "золотой середине", поэтому он страдает перепадами настроения, однако внутренняя энергия этого цвета делает его вечным двигателем. Избыток "синих" вибраций влечет за собой фанатизм, консерватизм, непримиримость, непонимание

ситуации, пристрастия и зависимости. Также, иногда он свидетельствует о недоверии и отражает скрытые страхи. Помогает выявить первопричину заболевания.

Производит (как и фиолетовый) реакцию, противоположную красному цвету: вызывает чувство пассивности и угнетенности, создает ощущение холода, снижает кровяное давление, успокаивает пульс, регулирует ритм дыхания, уменьшает мускульное напряжение. Связан с представлением о горизонтали и помогает установить причинно-следственные обстоятельства.

Синий регулирует деятельность гипофиза, руководит эндокринной системой, помогает при заболеваниях позвоночника, спинного мозга, болях в спине, а также при лечении глаз и околоносовых пазух. Оказывает благоприятное воздействие при заболеваниях легких и грудной клетки, радикулитах, инфекционных заболеваниях и различных воспалениях, помогает при лечении любых кожных заболеваний, снижает кровяное повышенное давление. Также, благоприятно воздействует при заболеваниях щитовидной железы, заболеваниях почек, способствует рассасыванию опухолей и регенерации тканей. Излечивает от бессонницы, и применим при головных болях. Изглаживает из памяти болезненные воспоминания, помогает развязывать эмоциональные узлы.

Если ваш цвет — синий, у вас сильно развито чувство ответственности. Вам следует быть осторожным, чтобы педантизм не сделал вас слишком требовательным к другим. Впрочем, ваши внимательность к людям и мягкость перевесят.

**Не нравится.** Нелюбовь к синему цвету означает беспокойство, неуговорность, потребность вырваться из окружающего однообразия. Возможно, вам хочется сменить работу, или даже изменить всю жизнь в поисках впечатлений. Вы, наверное, устали от того, что кто-то постоянно «надеется на вас», но совесть не позволяет вам все бросить. Вам бы хотелось быть богатым или знаменитым (или и то и другое?), потому что иногда вам кажется, что это позволяет наслаждаться жизнью без необходимости работать так много и упорно.

### Сине-зелёный (Бирюзовый)



Согласно психологии цвета, бирюзовый цвет любят сложные, творческие и оригинальные люди. Такие люди не дают себе спуска. Они могут находиться в состоянии паники, но это вряд ли будет заметно по их невозмутимому внешнему виду. Этот оттенок наследует многие черты синего и зеленого, но есть и некоторые особенности восприятия. Если это ваш цвет, вы — аккуратный (может быть даже немного суетливый) и очень опрятный человек. Вы чувствительны, но также в некоторой степени лишены простоты и естественности, несколько самоуверенны и отличаетесь ровным характером и постоянством предпочтений.

Вы охотно помогаете другим и со своими делами справляетесь хорошо. Обходительность и шарм — ваши добродетели, но иногда проявляется склонность к нарциссизму. Вы любите одеться так, чтобы привлечь внимание и восхитить окружающих, и часто вместе с восхищением провоцируете зависть.

Поскольку те, кому нравится сине-зеленые оттенки, ценят порядок и аккуратность. Нелюбовь к этому цвету может означать, что как бы вам ни хотелось быть спонтанным, хаотичным, какой-то голос внутри постоянно напоминает вам о необходимости прибраться в комнате. Вы любите расслабиться и не обращать внимания на незначительные детали, и поэтому недолюбливаете педантов.

### Сиреневый

Люди, любящие цвет лаванды, часто предпочитают его всем другим. Таким людям нравится, когда их считают непохожими на других; они смекалисты, хотя не всегда отличаются тонким умом.

«Сиреневые» личности в жизни стремятся к совершенству и даже изощренности, им принадлежит фантазия о мире, в котором все «темные» стороны жизни можно просто игнорировать. Внешний вид и первой впечатление о собеседнике очень важны для таких людей. Аристократичность и склонность к сентиментальности ассоциируются с сиреневым цветом, так же как романтичность, ностальгия и утонченность. Поскольку этот цвет очень близок к фиолетовому, «сиреневые» люди часто обладают творческим складом ума и с удовольствием поддерживают талантливых людей.

Этот цвет предпочитают люди, которые выше земных проблем, которые никогда не замечают ничего отвратительного и всегда одеты красиво и безупречно. Люди, которым нравится сиреневый цвет, могут находиться в непрерывном поиске новых познаний о культуре и изысканных вещах, высоких и выдающихся идей. Но все это они делают таким образом, чтобы не замараться о мирские проблемы. Любители сиреневого цвета обычно творческие, обаятельные, остроумные и воспитанные люди.

**Не нравится.** Ваш подход к жизни — деловой. Вы не любите, когда собеседник с вами заигрывает или уклоняется от прямого разговора, т.к. сами предпочитаете быть прямым. Вы не подвержены ностальгичным настроениям, потому что живете настоящим. Те, кто не любит лиловый и фиолетовый цвета, также испытывают сильную неприязнь к поверхностности в поведении или внешнем виде, и обычно не скрывают этого. Лиловый цвет они обычно воспринимают как пресный и скучный.



### Фиолетовый цвет



Фиолетовый цвет олицетворяет аристократизм духа, власть, творчество и самоотдачу. Это цвет души и духовности, мистики и магии. Покровительствует необычным и сильным людям высокого полета мысли, устремления которых основаны на высокой морали. Символизирует неограниченность, изобретательность, фантазию, веру.

Это королевский цвет, который управляет, воодушевляет и способствует обретению власти над собственной жизнью. Он расширяет сознание и восприятие, усиливает интуицию и вдохновляет. Обладая жертвенностью и милосердием, фиолетовый помогает тем, кто силен духом и обеспечивает защиту.

Фиолетовый — трансцендентальный и иррациональный цвет, который манит в неизведанное и толкает в иные пространства, то погружая в философскую синеву, то давая мощный красный импульс. Фиолетовый предпочитают независимые и уверенные в себе люди, которые стремятся к самопознанию и самосовершенствованию, интеллектуалы. Избыток фиолетового цвета создает ощущение тяжести, печали, меланхолическое настроение, чувство душевной депрессии. Не случайно поэты часто передают состояние меланхолии через фиолетовые тона. В случае передозировки, его следует разбавлять золотистым, белым, изумрудно-зеленым. Полярные пары фиолетового цвета — это достоинство и чванливость, гуманность и жестокость, миротворчество и воинственность, вера и вероломство, руководство и отчужденность, превосходство и скромность. Повышает самооценку и чувство собственного достоинства, развивает парапсихологические способности.

Фиолетовые лучи содержат больше всего электрохимических лучей. Этот цвет снижает частоту сердечных сокращений, оказывает благоприятное воздействие при болезнях центральной нервной системы, мигренях и при сотрясении мозга, если правильно подобрать

соответствующий оттенок. Помогает восстановить работу иммунной системы и применяется при лечении любых кожных заболеваний.

Этот цвет обладает аурой загадки и интриги. «Фиолетровые» личности загадочны, обладают творческим складом ума и быстро воспринимают возвышенные идеи. Фиолетовый часто нравится художникам, а также людям, которые считают, что сильно выделяются из однообразия окружающей их толпы.

Если это ваш цвет, вы, скорее всего, щедры и очаровательны. Фиолетовый часто ассоциируется с умом, наблюдательностью, восприимчивостью, тщеславием и переменчивостью. Поскольку фиолетовый — это сочетание красного и синего цветов, которые воспринимаются как противоположные, ваш характер отличает сочетание противоречивых черт, вы постоянно пытаетесь балансировать между этими противоположностями — возбуждением красного и спокойствием синего...

Считается, что с «фиолетовыми» людьми просто жить, но их трудно по-настоящему узнать. Вы можете быть скрытным, поэтому даже в те моменты, когда вы раскрываете душу, самые близкие друзья не всегда могут полностью вас понять.

**Не нравится.** Вы — материалист, привыкли обосновывать свои взгляды на жизнь, цените устойчивость, понятность, симметрию. В общении прямолинейны и открыты, и, видимо, не любите людей, которые отличаются высокомерностью, неестественной утонченностью или поверхностно судят о вещах.

Человек, отвергающий фиолетовый цвет, не желает связывать себя никакими отношениями, пока не определится позиция других людей. Неприятие фиолетового так же свидетельствует о нехватке чувственных переживаний.

### **Коричневый цвет**

Коричневый цвет характеризуется цельностью, надежностью, уверенностью и сдержанностью. Это консервативный цвет, который успокаивает и сдерживает. Люди, которые предпочитают коричневую палитру, действуют обдуманно и взвешенно, они трезво оценивают ситуацию и двигаются к своей цели медленно, но верно. Он информирует о стабильности, преданности и уверенности, а также устойчивости и способности преодолевать любые трудности. Это цвет здравого смысла, незыблемости и надежности, который не подведет в трудную минуту. Более того, при помощи коричневого, можно глубоко погрузиться в размышления и “откопать” причину ошибки, а также найти поддержку в трудное время и успокоиться.



Помимо прочего, люди нуждаются в коричневых вибрациях, когда неуравновешенны, беспокойны, экзальтированы, когда действуют под влиянием импульсов и порывов, не анализируя глубоко ситуацию. Люди, предпочитающие коричневый цвет, трудолюбивы и законопослушны, исполнительны и аккуратны. Зацикливание на коричневом цвете говорит о необходимости сосредоточиться на себе и отдохнуть от суеты. Также, коричневый используется при нежелании что-либо менять в своей жизни.

Темно-бурый и красно-коричневый цвета успокаивают: на учеников в классах действуют усыпляюще, но могут вызвать даже депрессию, поэтому, окрашивая стены в классе в коричневый цвет, желательно добавлять желтую или оранжевую краску, снимающую этот эффект. Чрезмерное “обдумывание” проблем, характерное для предпочитающих коричневый, может привести к сомнению в своих силах и депрессии. В чрезмерном количестве, коричневый цвет отрицательно действует на психику, вызывая чувство печали. Одежду коричневого цвета часто предпочитают одиночки и путешественники.

Различные оттенки коричневого подбираются для коррекции нервно психических заболеваний.

Цвет матери-земли ассоциируется с прочностью и надежностью. Люди, неравнодушные к оттенкам коричневого, обладают ровным характером, твердым чувством долга и ответственности, ценят тонкий юмор, простоту, комфорт, качество, гармонию и домашний очаг.

«Коричневые» люди — верные друзья, понимающие, но непреклонные, они отличаются твердыми убеждениями и могут быть нетерпимы к тем, кто думает, говорит или действует слишком быстро. Они внимательно относятся к деньгам, умеют присмотреться к товару и сделать выгодную покупку.

Если вам нравится коричневый, вы, наверное, редко бываете, беспечны или предпринимаете что-нибудь без серьезных размышлений, в то же время вы можете внутренне восставать против необходимости принимать вещи такими, какие они есть. Вы опасаетесь утратить контроль над ситуацией и способны на многое в попытке исправить несправедливость или побороть нечестность.

Вы — хороший супруг и родитель, поскольку сами испытываете потребность в надежности и обладаете сильным чувством принадлежности.

Если человек ощущает болезнь или физический дискомфорт, этот цвет психологически приобретает для него все большее и большее значение. Часто его предпочитают те, у кого нет своего домашнего очага, стабильного ощущения физической удовлетворенности и безопасности. То есть на человека давит что-то, справиться с чем он не в состоянии, и ему необходимо безопасное окружение.

**Не нравится.** Вы, похоже, фантазируете о множестве вещей — например, мечтаете отправиться в путешествие с бродячим цирком или стать автогонщиком... Все новое захватывает вас, а обыденные вещи кажутся невероятно скучными. Вы остроумный, импульсивный и щедрый человек. Жизнь на ферме — не для вас, и домоседы нагоняют на вас скуку. Вы любите людей, но они должны быть яркими и выдающимися. Серьезные отношения могут быть весьма рискованными для вашего партнера — ведь вас так трудно заставить усидеть на одном месте! Отношение к коричневому цвету информирует об отношении к собственному телу: кто отвергает коричневый — игнорирует жизненное состояние тела.

### Бежевый цвет

«Бежевые» люди обладают теми же основными отличительными чертами, что и «коричневые», только вот черты эти сильно смягчены и проявляются не так отчетливо. Кремово-бежевый цвет и медовые тона во многом перенимают качества, которые ассоциируются с желтым, а розоватые оттенки бежевого ближе по настроению к розовому цвету.

Цвет беж нравится душевным людям, которые ценят качество и практичность и стремятся сохранять нейтралитет в сложных ситуациях.

**Не нравится.** Вы более сдержаны, чем те, кому не нравится коричневый, но обладаете многими из присущих им качеств. Бледность бежевого цвета символизирует для вас бледное существование — скучное и утомительное. Вы ненавидите обыденность.



### Белый цвет

Белый цвет в равной мере состоит из всех цветов, расщепленный белый цвет порождает цвета. Основопологающее качество белого цвета — равенство, потому что в белом все цвета едины. Визуализация белого цвета позволяет организму самому впитать нужные для хорошего самочувствия цвета. Это цвет непорочности, чистоты, отрешенности и покоя, который несет умиротворение. Также, он способствует успокоению эмоций, сосредоточению и вдохновению. Белый цвет замедляет

обменные процессы в организме, настраивает на последующие изменения, помогает организму перестроиться. Является цветом справедливости и исходной точкой для осознания последующих действий. Он олицетворяет спокойствие и поддерживает надежду.

Избыток белого цвета у некоторых людей может вызвать чувство разочарования, опустошенности и отрешенности. У некоторых, белый цвет вызывает ощущения холода и дискомфорта. Белый отражает все цвета и его считают холодным, если он не употребляется с красным, желтым или оранжевым цветами. Не все способны выдержать слишком сильную вибрацию белого цвета. Белый цвет обеспечивает психологическую защиту и избавляет от неприятных переживаний. Он неконфликтен и беспристрастен, в любой ситуации стремится к сохранению нейтралитета, принимает все к сведению, но остается в позиции наблюдателя. Белый ни к чему не обязывает, но привлекает к себе внимание. Это цвет утонченности и элегантности.

При помощи белого легко рассеять негативную энергию и настроить на благожелательный лад. Вибрации белого несут спокойствие и обеспечивают синхронизацию различных процессов, а также отвечают за слаженность действий и координирование. Создают возможности для расширения сознания, и помогает справиться с напряжением. Проясняет суть скрытых вещей и является цветом мира и гармонии. Поддерживает надежду и очищает.

Многие считают белый цвет универсальным средством от всех болезней, но использовать его нужно осмотрительно. Для лечения с помощью белого цвета следует смешивать его с одним или несколькими цветами, поскольку заключая в себе равные пропорции всех цветов, при лечении организма, он не делает различия между тем или иным органом. Обладает выраженным антимикробным действием, способствует поддержанию влажности кожи, осуществляет общее управление функциями эндокринной системы, тонизирует при пасмурной погоде.

Белый цвет символизирует чистоту. Те, кто другим тонам предпочитает чистый белый, обычно отличаются аккуратностью во всем, они осторожны и проницательны, критичны и несколько суетливы. Белый цвет также означает самодостаточность и, часто, невинность. Он — словно воспоминание детства и простоты. Для взрослых людей предпочтение белому цвету может говорить о желании совершенства.

Нелюбовь к белому не значит, что вы — неорганизованный или неопрятный человек, но вряд вами всецело владеет страсть к порядку, тем более вас нельзя назвать слишком суетливым человеком. Слегка асимметричные вещи для вас гораздо интереснее идеальных пропорций, а несколько пылинок на книжной полке не вызывают у вас желания немедленно приступить к большой уборке. Вы раскованы и в компании с вами приятно проводить время.

### Серый цвет

Серый цвет состоит из черного и белого, в нем сочетаются реализм и идеализм, рассудочность и эмоциональность, контроль и уязвимость. Пограничные аспекты серого цвета обладают мощью, которая способна разрушить материальные оболочки, освободить человеческую мысль и вывести ее на качественно новый уровень. Серый тускл и уныл, он навеивает печаль и создает ощущение бесцветности, но его стремление к стабильности и гармонии поможет изменить пессимистическое мироощущение и предоставит возможность дальнейшего выбора.



Испытывающие пристрастие к серому цвету стремятся к идеальным чувствам и во многом себя ограничивают, подчас ведя довольно аскетический образ жизни. Они ощущают свою причастность к высоким материям и не останавливаются на достигнутом. Такие люди тверды, настойчивы и упорны в достижении своих целей, но зачастую внутренне уязвимы и

беззащитны. Часто, серый носят те, кто устал, нуждается в эмоциональном покое и не хочет ничем выделяться из толпы. Апатия, скука и желание “быть как все” – это серый цвет. Это отстраненность от внешнего мира.

Люди, отдающие предпочтение серому, как правило, обладают чувством меры и чувством осторожности, они стремятся, во что бы то ни стало, сохранить контроль над ситуацией, и не выражают прелюдно своих эмоций. Они могут быть чрезмерно самокритичны и ощущать свою ненужность, в этом случае, серый рекомендуется разбавлять красным, оранжевым или желтым. Серый не располагает к себе и не отталкивает, а внушает чувство добротности и основательности.

Ключевые слова серого в позитивном аспекте - это здравомыслие, информированность, соединение противоположного, стойкость, выносливость, уважительность. В негативном – пессимизм, скрытность, нерешительность, подозрительность, мнительность, критицизм, депрессивность. Полярные пары серого - это покой и неприкаянность, поиск новизны и аскетизм, умиротворение и меланхоличность.

Серый помогает выявить самообман и действует положительно на безрассудных и опрометчивых людей. Поощряет рассудительность и здравомыслие. Он успокаивает нервную систему и способствует созданию чувства внутренней защищенности. Серебристо-серый цвет – отличное средство при бессоннице.

Люди, предпочитающие этот наиболее нейтральный из всех оттенков, отличаются таким же нейтральным отношением к жизни, они словно пытаются защитить себя от сумасшедшего мира, кутаясь в надежное покрывало из нейтральности. Если это ваш цвет, вы, очевидно, предпочитаете безопасный, осмотрительный, уравновешенный образ жизни, и в отличие от любителей красного цвета, стремитесь не к ярким впечатлениям, а к удовлетворенности. Для вас в любых ситуациях важно сохранять «status quo».

Вы часто в жизни идете на компромиссы. Вы практичны и спокойны, не любите привлекать внимание, получаете удовольствие от труда и стремитесь быть полезным. В целом, вы обычный человек — неторопливый, консервативный, сдержанный и надежный.

Человек, отдающий предпочтение этому цвету, хочет от всего отгородиться, оставаться свободным от каких-либо обязательств, ни в чем не принимать участия, укрыться от внешних влияний и стимулов. Участие этого человека в любом деле осуществляется дистанционно - он словно стоит в стороне и наблюдает за своими действиями. Этот цвет явно содержит в себе элемент утаивания. В народе таких людей называют "серыми мышками", "серыми кардиналами".

**Не любить серый** — значит не любить нейтральность. Такие люди предпочитают оказаться правыми или неправыми, но не воздержавшимися. Обыденность слишком скучна для них: они стремятся к более полной, насыщенной жизни. Возможно, это заставляет их часто менять привязанности, интересы и предпочтения в поисках своего счастья...

Человек, который не приемлет серый, не приемлет неучастия во всем происходящем вокруг. В результате окружающие могут находить его надоедливым, излишне любопытным и назойливым. Он хочет использовать любую возможность на пути к своей цели и не может себе позволить передохнуть, пока не достигнет ее.



### Черный цвет

Это символ тайны, скрытого знания и оккультизма. Цвет созидания и серьезных намерений, который содержит в себе огромный нереализованный потенциал. Власть высшего знания и желание ее сохранить окрашена в черный цвет. Человек, предпочитающий различные оттенки черного, чаще всего владеет

информацией, знаниями и ситуацией, умеет подчинить себе обстоятельства, но иногда нуждается в контроле со стороны. Черный цвет отрицает другие цвета и поглощает свет. Символизирует печаль и скрытность.

В мифологии также широко используется в Африке – связан с сезоном дождей (цвет деревьев и воды) – обозначает чувство неизвестности, загадочности, трудолюбия. Приношение черного животного – вызов дождя. В значениях черного, как и у первобытных народов, сохранился и даже развился аспект «ритуальной смерти», смерти для мира. Поэтому черный стал цветом монашества.

Непримиримость с внешними обстоятельствами и погружение в недоступные для других области характеризует человека, подверженного вибрациям черного цвета. Этот цвет вбирает, поглощает, а взамен дает то, что человек может воспринять и осмыслить. Имеет исключительный доступ к информации, но скрывает ее от внешнего мира, бросает вызов тем, кто хочет отыскать истину и освободиться от пут мрака. Это немаркий цвет, который выбирают люди ищущие, причем молодые выражают черным в основном устремления, а люди в возрасте – достижения.

С одной стороны черный - это тишина и спокойствие, с другой – бунт и мятежность. Это цвет таких противоположностей как созидание и подавление, постижение и отречение, мудрость и эгоизм, неограниченность и воздержание, содержательность и пустота, дисциплина и свобода, начало и конец. Предпочтение черному отдают люди, которые нуждаются в дополнительной энергии для реализации своих невоплощенных желаний, те которые хотят избавиться от груза прошлого и стереотипов.

Черный – цвет элегантности и строгости, скрытой сексуальности и загадочности. Пристрастие к черному испытывают люди, которые ощущают в жизни нехватку чего-то важного для них, а также те, которые хотят, но пока не могут изменить некоторые обстоятельства своей жизни.

Черный в сочетании с каким-либо другим цветом указывает на выход из затруднительного положения, на возможное решение проблемы. Например, черный в сочетании с красным говорит о чем-то недостающем и готовности к решительным действиям, в сочетании с голубым – о готовности принять ситуацию и “вписаться” в обстоятельства, в сочетании с желтым – свидетельствует о благоприятных обстоятельствах и счастливых совпадениях.

Этот цвет редко выбирают в качестве любимого... Возможно потому, что в действительности черный — не цвет, а его отсутствие. Человек, предпочитающий черный, может отличаться противоречивым характером — быть традиционным, консервативным и серьезным. Такие люди обладают загадочной и притягательной личностью. Черный цвет предпочитают люди с чувством собственного достоинства, способные впечатлять, не бросаясь в глаза. Белый и черный - начало и конец. Человек, который выбирает черный, стремится скрыть свой внутренний мир от окружающих, восстает против судьбы. Каждый вечер мы с удовольствием возвращаемся в ночь для восстановления сил. Но именно он дает начало и всему новому. Черный дает шанс отдохнуть, содержит в себе обещание – “все будет нормально”. Он всегда, как и смерть, говорит о тишине и спокойствии, означает окончание. Черный цвет сокращает количество ошибок - все печатные издания напечатаны черным цветом.

**Не нравится.** Черный цвет может ассоциироваться с абсолютным отрицанием... Это извечная тайна, бездна, черная дыра... Он может символизировать смерть и траур. Быть может, вы в детстве боялись темноты и забыли об этом, но ощущения дискомфорта преследуют вас, когда вы смотрите на черный цвет. Впрочем, черный может казаться и просто слишком тяжелым, темным для вас. Вы, скорее всего, чувствуете себя неудобно в обществе людей с изощренными манерами — вам больше нравятся люди искренние, не обременяющие себя и других условностями социального положения.

Человек, отрицающий черный, демонстрирует желание не отказываться отчего-либо, контролировать свои действия и решения.

### Золотой цвет

Будучи цветом духовной зрелости и бессмертия, золотой символизирует ценности, которые неподвластны времени. Золотой – цвет дарующего жизнь солнца, а в более высоком понимании – квинтэссенция духовного опыта. Имея неисчерпаемые ресурсы, он содержит в себе все, распространяя великодушные, всепрощение, мудрость и любовь. В нем – чистота помыслов и уверенность в победе добра. Превосходство золотого неоспоримо. Золотой – это осенний цвет опыта и зрелости, который дает глубокое понимание прошлого и освобождает от бремени накопившихся проблем. Он прощает, примиряет с настоящим, и устремляется в будущее.



Золотой предоставляет прямой доступ в мир знаний и делится опытом, потому что ему, как никому другому, понятен смысл высказывания “что отдал – то сохранил, а что сохранил – то потерял”. Золотой излучает тепло, благожелательность, уверенность и жизненную силу. Дарит ощущение покоя, гармонии, радости и умиротворения. Это и успехи на пути к познанию, и результат упорного труда, и преемственность знаний. Человек, ощущающий влияние этого цвета обладает не только верой, но и глубоким пониманием ситуации, что позволяет ему объективно смотреть на вещи. Это цвет лидера, который преодолевает все препятствия, объединяет вокруг себя людей и освещает им путь.

Полярности золотого - это самоценность и самонадеянность, доверие и обман, опыт и неуверенность, оптимизм и пессимизм. Тем не менее, золотой цвет уравнивает энергии, дарит ощущение благополучия и способствует примирению с существующим положением вещей. Он помогает избавиться от наваждений, иллюзий и стереотипов, и выводит на качественно новый виток сознания.

Мягкий золотистый цвет успокаивает и ободряет, поэтому он успешно применяется при лечении различных депрессивных состояний и психоневрозов. Он способствует стиранию эмоциональных блоков, фантомных переживаний и болей. Оказывает положительный эффект при лечении аутоиммунных заболеваний, расстройствах пищеварения, пониженной функции щитовидной железы, способствует рассасыванию шрамов (прямое облучение, накладывание золотистой повязки).

Многие люди выбирают не яркий золотой цвет, а более бледные, светлые оттенки, которые свидетельствуют об осторожности и застенчивости. Они склонны к иллюзиям и часто живут в своем иллюзорном мире, избегая всего, что им не нравится.



### Серебряный цвет

Серебряный несет в себе исключительную очищающую и восстанавливающую силу. Это цвет Луны, которая открывает доступ в подсознание и усиливает интуицию. Он отвечает за все циклические процессы в живых организмах, и устанавливает связь с запредельными мирами. Металлический оттенок светло-серого, присутствующий в серебристом цвете, создает ощущение скольжения по поверхности, возможность сквозного проникновения и зеркального отображения. Серебристый не только освящает все вокруг, но и выявляет скрытую природу вещей, обнажает то, что было спрятано от посторонних глаз, отражает ошибки и дает ключ к пониманию скрытых явлений.

Серебряный цвет дает простор фантазии, воображению и мечтательности, дарует вдохновение, благоприятствует творчеству. Он плавно избавляет от эмоциональной зажатости, делает психику более податливой, а мышление – более гибким. В нем заключены

сильные желания, а также плавность и текучесть, которые успокаивают, помогают установить душевное равновесие. Успокаивает ум, обостряет эмоции и восстанавливает гармонию. Используется для введения в транс, измененные состояния сознания, способствует более глубокому пониманию себя. Помогает быстро найти ответ на интересующий вопрос.

В позитивном аспекте, серебряный несет освещение, проникновение, беспристрастность, а в негативном – иллюзорность, расщепление, безумство. Серебряный показывает суть, истинное положение вещей. При полной луне обостряются все нервно-психические заболевания и снижается быстрота реакций, поэтому в дни полнолуния рекомендуется быть более внимательными к себе и окружающему миру, и контролировать свои действия. Оказывает сильное очищающее и омолаживающее действие на организм, обладает выраженным антимикробным действием, нормализует работу желез внутренней секреции, благоприятно влияет на работу почек и обмен жидкости в организме.

Серебряный цвет отличается стойкостью и уменьшает волнение. Он всегда медленно струится, освобождает от эмоциональной скованности, отличается способностью проникать везде. Обладает умением прекращать споры (из-за беспристрастности) и указывает на то, что человек любит фантазировать.

В своем негативном значении серебряный цвет обычно связан с неспособностью принимать решения, с самообманом, иллюзиями по поводу происходящих событий (“не знаю – то ли уже пришел, то ли уже уйду”). Серебряный цвет часто связывают с лунной дорожкой. Человек, любящий этот цвет, не приемлет ответственности.

Лечение с помощью серебряного цвета: он успокаивает нервы, нормализует работу желез внутренней секреции, оказывает благоприятное влияние на работу почек.



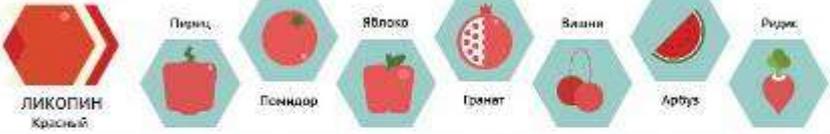
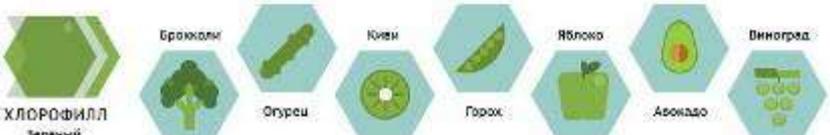
#### Жемчужный цвет (перламутр)

Он символизирует роскошь, придает силы, может очищать разум. Свойства этого цвета исходят из самого жемчуга: он открывается тогда, когда ему самому нравится то, что происходит вокруг, отсюда его замкнутость, загадочность, внутренняя теплота.

Человек такого характера не терпит назойливости и предпочитает молчать; он внешне замкнут и недоступен – “себе на уме”. На окружающих такой человек производит в основном негативное впечатление.

В лечении этот цвет способствует пищеварению.

Как по цвету натуральных продуктов определить их пользу

Пигмент	Польза
<b>ЛИКОПИН</b> Красный 	Сокращают риск развития рака, содержат антиоксиданты, защищают клетки от разрушения
<b>БЕТА-КАРОТИН</b> Оранжевый, желтый 	Улучшают зрение, сокращают риск развития рака, сердечной недостаточности, укрепляют иммунитет
<b>ХЛОРОФИЛЛ</b> Зеленый 	Уменьшают риск развития заболеваний, приводящих к слепоте, защищают организм от различных типов рака
<b>АНТАКСАНТИН</b> Белый, коричневый 	Содержат антиоксиданты, снижают риск развития рака, инсульта и болезней сердца, улучшают память
<b>АНТОЦИАНИН</b> Голубой, фиолетовый 	Снижают уровень холестерина и кровяное давление, сокращают риск развития рака желудка и болезней сердца

 Диетологи советуют ежедневно употреблять продукты как минимум трех разных цветов

Каждый цвет содержит целую гамму оттенков, от тонких и нежных до глубоких, насыщенных. Чтобы прочувствовать цвет, его влияние на состояние вашего тела и ума, надо погрузиться в цвет, впитать его, наполниться цветом.

Цветотерапия один из самых простых и безвредных способов оздоровления и гармонизации личности. Возможно, многообразие и роскошь цветов — это и есть та самая красота, призванная спасти мир!

Знание психологических характеристик, свойств различных цветов и их правильное использование помогут добиться нужных результатов, положительно повлиять на гармоничное развитие ребенка. Сделайте детство вашего ребенка ярким и интересным. Пусть он запомнит его на всю свою жизнь и будет всегда счастлив. Удачи вам и вашему ребенку в познании новых цветов.

### Рекомендуемая литература:

1. Со статьей «**Психология цвета. Тест Люшера и его интерпретация**» можно познакомиться по ссылке [http://nsp-zdorovje.narod.ru/article\\_psiho/v\\_psiho\\_color.html](http://nsp-zdorovje.narod.ru/article_psiho/v_psiho_color.html)
2. **Пройти полный цветовой тест Люшера** можно онлайн по ссылке <http://psyttests.org/luscher/fullcolor.html>
3. **Макс Люшер «Цвет вашего характера»** можно скачать по ссылке [http://www.phantastike.com/link/psychodiagnostic\\_systems/cvet\\_vashego\\_haraktera.zip](http://www.phantastike.com/link/psychodiagnostic_systems/cvet_vashego_haraktera.zip)
4. Книгу Б.А.Базыма «**Психология цвета. Теория и практика**» можно скачать по ссылке <http://yadi.sk/d/oRyyXNRD5Wv-O>



В книге освещаются различные аспекты взаимосвязи цвета и психики человека. Рассматривается история развития цветовой символики. Описывается психофизиологическое и психологическое воздействие цвета на человека. Анализируются факторы и механизмы цветовых предпочтений. Приводятся

обширные данные об особенностях восприятия и отношении к цвету при шизофрении и других психических заболеваниях. Обсуждаются актуальные вопросы цветовой психодиагностики. Особое внимание уделяется цветовому тесту Люшера, как одной из наиболее распространенных методик цветовой психодиагностики.

5. Книгу **Иоханеса Иттена «Основы цвета»** можно скачать по ссылке [http://bookz.ru/authors/iohanes-itten/itten\\_joh01.html](http://bookz.ru/authors/iohanes-itten/itten_joh01.html)

6. Иоханнес Иттен — швейцарский художник, крупнейший исследователь цвета в искусстве и один из ведущих преподавателей знаменитого Баухауза — постарался помочь читателям прояснить целый ряд проблем цвета. И не только изложить основные законы и правила его объективной природы, но и точнее определить область субъективных пределов в смысле вкусовой оценки цвета. Автор разбирает закономерности цветовых контрастов, цветовой гармонии и цветового конструирования. Книга включает в себя 22 главы, начиная от «Физики цвета» и заканчивая «Цветовой выразительностью» и «Композицией».



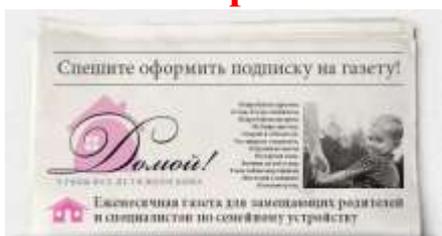
7. **Статью «Цветоведение – характеристики и свойства цветов»** читайте по ссылке <http://shedevers.ru/cvetovedenie/219-cvoictva-cvetov.html>

#### *Видео по теме:*

1. **Психология детского рисунка** (17 мин 48 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?t=352&v=oOzbxaXIYVk>
2. **Покровская С.В. - Анализ Детского Рисунка** (13 мин 25 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=UDOfpSs9qfk>
3. **О чем говорят детские рисунки** (9 мин 45 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=fbE8jgywbig>
4. **О чем расскажет рисунок малыша. Мамина школа. ТСВ** (2 мин 58 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=1eIObFCFkqg>
5. **Белый цвет как чистый лист бумаги. Психология цвета** (6 мин 24 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=A1SQ9drefRs>
6. **Желтый цвет. Психология цвета** (5 мин 55 сек)  
[https://www.youtube.com/watch?v=iPxrRHu8K\\_o](https://www.youtube.com/watch?v=iPxrRHu8K_o)
7. **Оранжевый цвет. Психология цвета** (3 мин 53 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?t=17&v=TrA4201RzsM>
8. **Красный цвет - мужской или женский? Психология цвета** (8 мин 34сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=NIyVv5LLimM>
9. **Розовый цвет. Психология цвета** (3 мин 16 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=NRQc0w-gg8s>

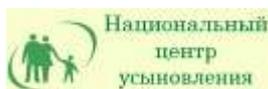
10. **Синий цвет. Психология цвета** (4 мин 33 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=Ze5TGM87WS0>
11. **Омолаживающий эликсир голубого цвета. Психология цвета** (3 мин 52 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=OgSwiX5C-4I>
12. **Свежесть салатного цвета. Психология цвета** (3 мин 26 сек)  
[https://www.youtube.com/watch?v=wyM\\_TI0m5xs&list=PL9bDFvdodRlsjvCYM5qG0Lnnb8dA-Qcl &index=8](https://www.youtube.com/watch?v=wyM_TI0m5xs&list=PL9bDFvdodRlsjvCYM5qG0Lnnb8dA-Qcl &index=8)
13. **Зелёный цвет. Психология цвета** (4 мин 29 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=O9NBlzTSJ4Y&index=9&list=PL9bDFvdodRlsjvCYM5qG0Lnnb8dA-Qcl>
14. **Сиреневый цвет. Психология цвета** (2 мин 4 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=MTNdUSUEUgM&index=10&list=PL9bDFvdodRlsjvCYM5qG0Lnnb8dA-Qcl>
15. **Пурпурный цвет. Психология цвета** (4 мин 32 сек)  
[https://www.youtube.com/watch?v=1p\\_b9FWsrFs&index=11&list=PL9bDFvdodRlsjvCYM5qG0Lnnb8dA-Qcl](https://www.youtube.com/watch?v=1p_b9FWsrFs&index=11&list=PL9bDFvdodRlsjvCYM5qG0Lnnb8dA-Qcl)
16. **Чёрный цвет. Психология цвета** (4 мин 28 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=eipeD2eo-g0&list=PL9bDFvdodRlsjvCYM5qG0Lnnb8dA-Qcl &index=12>
17. **Серый цвет. Психология цвета** (4 мин 31 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=4lnm6Jbxl4w&list=PL9bDFvdodRlsjvCYM5qG0Lnnb8dA-Qcl &index=13>
18. **Коричневый цвет. Психология цвета** (4 мин 2 сек)  
<https://www.youtube.com/watch?v=SVYWIYGWE18&index=14&list=PL9bDFvdodRlsjvCYM5qG0Lnnb8dA-Qcl>

## 2. Приглашаем к сотрудничеству в газете «Домой!»:



Присылайте текстовые и фото-материалы о различных направлениях своей работы по семейному устройству детей; будем рады разместить информацию о выпускниках замещающих семей, семьях Вашего района, принявших на воспитание детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей; задавайте вопросы в адрес мультидисциплинарной команды специалистов по различным аспектам семейного устройства (в команде работают юрист, педагог, психолог); делитесь своими проблемами и достижениями в деле воспитания детей с особенной судьбой, создания и сопровождения замещающих семей различных типов. Материалы, вопросы и пожелания газете присылайте на электронные адреса: [7651042@tut.by](mailto:7651042@tut.by), [gazetaDomoi@tut.by](mailto:gazetaDomoi@tut.by). Также будем рады, если Вы напишете нам о том, как Вам удалось использовать в работе материал, предложенный в каком-либо из выпусков методической рассылки.

Индекс	Газета «ДОМОЙ!»	Стоимость подписки на 4 квартал 2015 года, руб.		
		1 месяц (в т.ч. с НДС)	2 месяца (в т.ч. с НДС)	3 месяца (в т.ч. с НДС)
64207	Для индивидуальных подписчиков	13 700	27 400	41 100
642072	Для предприятий и организаций	14 049 (2 341)	28 098 (4 682)	42 147 (7 023)



### С уважением, Национальный центр усыновления

\* Все выпуски методической рассылки размещены на сайте Национального центра усыновления в подразделе “Методическая рассылка” раздела “Методические материалы” (ссылка <http://child.edu.by/main.aspx?guid=3031>)