

Степкова О.А. (Научный руководитель – Косаревская Т.Е., канд. психол. наук, доцент)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ВЛИЯНИЕ ЦВЕТА НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА

Введение. Характеристика цветов и их роль в психоэмоциональном состоянии человека в настоящее время является чрезвычайно актуальной для психологической науки. Разработке данного вопроса посвятили свои работы Б.А. Базыма, С.Ю. Головин, Е.Ю. Ерошкина, В. Кандинский, М. Люшер и многие другие. Многие поколения ученых пытались разгадать загадку глубинного влияния цвета на внутреннюю жизнь человека. Психологию же интересует проблема восприятия цвета и воздействия его на психику, способность вызывать различные эмоции. Наши знания о закономерностях формирования цветовых значений, многообразных связях цветов с эмоциями еще очень несовершенны. Тем не менее, эти знания востребованы во многих прикладных областях психологии, таких как психодиагностика, психология рекламы, психология искусства, инженерная психология, а также в медицине (психотерапия, цветотерапия), поэтому тема восприятия цвета является актуальной [1].

Говоря о психологическом влиянии цвета, важно учитывать тот факт, что в различных обществах существуют разные точки зрения. Даже независимые результаты исследований воздействия цвета несут отпечаток принадлежности к определенной культурной группе людей, чье мнение формировалось на протяжении веков.

На сегодняшний день цветовая психология – эмпирическая наука. Одним из главных препятствий на пути создания научной теории взаимосвязи цвета и психики является недостаточная степень систематизации и обобщения накопленных фактов, касающихся отношения цвет – психика.

Цель данной статьи – рассмотрение влияния цвета на психоэмоциональное состояние личности.

Материал и методы. Материалом исследования послужили данные о психоэмоциональных состояниях испытуемых и закономерных связях эмоций и цветовосприятия. В исследовании приняли участия 30 человек в возрасте 30-35 лет. Использованы следующие методы: теоретический анализ литературных источников, тест М. Люшера, опросник Спилберга, коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Результаты и их обсуждение. В качестве диагностического материала для цветодиагностики используется психологический тест М. Люшера. Характеристика цветов включает в себя: 4 основных и 4 дополнительных цвета.

Основные цвета:

синий – «Эмоциональная глубина», является гетерономным, объединяющим, задумчивым, соединяющим; символизирует – покой, удовлетворение, нежность;

сине-зеленый – «Волево усилие», является концентрическим, автономным, владеющим, настойчивым; символизирует – самоутверждение, самоуверенность;

оранжево-красный – «Ударная сила воли» является эксцентрическим, автономным, моторным, завоевательным, влияющим; символизирует – желание, возбуждение;

светло-желтый – «Живость чувств» является гетерономным, способствующим расцвету, надеющимся, ищущим; символизирует – изменение, стремление к общению, веселость [2].

При отсутствии конфликта в оптимальном состоянии основные цвета должны занимать преимущественно первые пять позиций в выборах испытуемых.

Дополнительные цвета: – фиолетовый; – коричневый; – черный; – нулевой (серый).

Предпочтение, отдаваемое одной из модификаций цвета: черному, серому или коричневому, в большинстве случаев указывает на уровень эмоционального благополучия. Они символизируют тенденции: тревожность, стресс, переживание страха, огорчения. Значение этих цветов (как и основных) в наибольшей степени определяется их взаимным расположением, распределением по позициям [3].

Для определения психоэмоционального состояния испытуемых используется опросник Спилберга. Под тревожностью понимается особое эмоциональное состояние, часто возникающее у человека и выражающееся в повышенной эмоциональной напряженности, сопровождающейся страхами, беспокойством, опасениями, препятствующими нормальной деятельности или общению с людьми. Тревожность – важное персональное качество человека, довольно устойчивое. Доказано существование двух качественно различных разновидностей тревожности: личностной и ситуационной.

На первом этапе была проведена диагностика цветовосприятия по тесту Люшера. В соответствии с результатами теста, у 30 % испытуемых выявлен высокий уровень тревожности, у 20% – средняя степень тревожности и у 50% испытуемых – низкий уровень тревожности.

На втором этапе была проведена диагностика психоэмоционального состояния по опроснику Спилберга. Анализ показал, что в опрашиваемой группе большинство испытуемых (33%) показали низкую тревожность, незначительное количество испытуемых (7%) показали очень высокая тревожность.

Для подтверждения гипотезы, что цвет и психоэмоциональное состояние человека тесно взаимосвязанные феномены, был применен метод ранговой корреляции Спирмена, который позволяет определять тесноту и направление корреляционной связи между двумя признаками.

Заключение. Теоретический анализ данной проблемы показал, что воздействие цветов хорошо известно и признается большинством исследователей, однако это воздействие до конца не изучено.

Цветовые предпочтения зависят от многих причин. Среди них можно назвать возраст, пол, культурный уровень, образование, особенности темперамента и характера и др. Так, например, чистые яркие цвета предпочитают людьми со здоровой психикой, среди них – дети, молодежь, а также открытые прямые натуры.

По данным теста Люшера и опросника Спилберга, с помощью метода ранговой корреляции Спирмена можно говорить о том, что существует положительная корреляционная связь между такими аспектами личности, как цвет и психоэмоциональное состояние человека.

Правильно подобранный цвет в интерьере поможет решить ряд трудностей при повышенной тревожности у человека. Психоэмоциональное состояние при этом поменяется.

Список использованной литературы:

1. Базыма, Б.А. Психология цвета: Теория и практика / Б.А. Базыма.–М.: Речь 2005. –208 с.
2. Ерошкина, Е.Ю. Цвет в интерьере, воздействие цветового решения на человека. // Научное сообщество студентов: Междисциплинарные исследования: сб. ст. по мат. X междунар. студ. науч.-практ. конф. № 7(10) [Электронный ресурс].– 2017– Режим доступа: [https://sibac.info/archive/meghdis/7\(10\).pdf](https://sibac.info/archive/meghdis/7(10).pdf)–Дата доступа: 14.10.2017
3. Панина, Н.В. Тест Люшера для определения влияния цвет [Электронный ресурс].– Режим доступа: <http://psycabi.net/testy/506-test-indeks-zhiznennoj-udovletvorennosti-izhu-adaptatsiya-n-v-paninoy-oprosnik-obshchego-psikhologicheskogo-sostoyaniya-cheloveka>. –Дата доступа: 14.10.2017