

МЕТОД ТЕСТИРОВАНИЯ ПО ЦВЕТОВЫМ ТАБЛИЦАМ КАК ТЕХНОЛОГИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Д. В. Глазунова

*Белорусский государственный университет физической культуры,
г. Минск, Республика Беларусь, air_artra@mail.ru*

Наблюдения ученых показали, что у каждого человека есть свое особое отношение к цвету. У большинства людей есть определенная симпатия к одним цветам и антипатия к другим, т. е. у человека есть целая шкала любимых цветов. Так как склонность человека к тому или иному цвету может меняться под воздействием материальных или духовных факторов, то возникает мысль, что личную цветовую шкалу можно рассматривать как выражение индивидуальности. В данной статье предлагается вниманию авторская объединенная методика экспресс-тестирования состояния человека посредством объединения обеих проективных методик. Данную объединенную методику геометрических цветных таблиц предлагается использовать в педагогической деятельности (классными руководителями), психологической деятельности, а также в деятельности социальных педагогов и спортивных психологов.

Ключевые слова: цветопсихология; цветные таблицы; психогеометрия; объединенная методика геометрических цветных таблиц.

COLOR CHART TESTING METHOD AS A TECHNOLOGY IN THE EDUCATIONAL PROCESS

D. V. Glazunova

*Belarusian State University of Physical Culture,
Minsk, Republic of Belarus, air_artra@mail.ru*

Scientists' observations have shown that each person has his own special attitude to color. Most people have a certain sympathy for some colors and antipathy to others, i.e. a person has a whole scale of favorite colors. Since a person's inclination to a particular color can change under the influence of material or spiritual factors, the idea arises that a personal color scale can be considered an expression of individuality. This article offers the author's combined method of express testing of a person's state by combining both projective methods. This combined method of geometric color tables is proposed to be used in pedagogical activities (class teachers), psychological activities, as well as in the activities of social educators and sports psychologists.

Keywords: color psychology; color tables; psychogeometry; unified method of geometric color tables.

Многие исследователи отмечают необходимость развития цветовой теории, как в научном, так и в прикладном аспектах, в области культуры и психологии, спорта и космонавтики, медицине, рекламе, дизайне, художественном творчестве, а также в образовательной среде.

Цветовое восприятие всегда связано с действием внутренним, если это переживание, то оно тяготеет к развитию, или внешним действиям и выражается

в «окрашенности» предметов. Цвет может создать и создает определенную культуру тональности эмоционального восприятия – положительную или отрицательную [6, с. 42].

По мнению Макса Люшера, создателя широко известного цветового теста, восприятие цвета объективно и универсально, но цветовые предпочтения являются субъективными, и это различие позволяет измерить субъективные состояния с помощью цветового теста.

Сама процедура тестирования состоит в упорядочивании цветов тестируемым по степени их субъективной приятности для него. Тестирование проводится при естественном освещении, без попадания на таблицу цветов прямого солнечного света. Инструкция предусматривает просьбу отвлечься от ассоциаций, связанных с модой, традициями, общепринятыми вкусами и постараться выбирать цвета только исходя из своего личного отношения. Так как выбор цвета основан на бессознательных процессах, он указывает на то, каков человек на самом деле, а не на то, каким он себя представляет или каким бы он хотел быть, как это часто случается при использовании опросных методов. Результаты цветовой диагностики Люшера позволяют произвести индивидуальную оценку и дать профессиональные рекомендации о том, как можно избежать психологического стресса и физиологических симптомов, к которым он приводит. Еще один цветовой тест, который, кроме цветового теста Люшера, взят за основу в предлагаемой объединенной методике геометрических цветowych таблиц – цветоаналитический тест Фрилинга. Это психодиагностический тест для исследования личности, представляющий собой анализ внутренних стремлений человека, границ и горизонтов бессознательного и специфики восприятия окружающего мира на основе методики «Цветового зеркала». Что касается применения в объединенной методике геометрических цветowych таблиц методов психогеометрии, то за основу берется психогеометрический тест Сьюзан Деллингер. Однако, учитывая то, что типы характера в чистом виде встречаются достаточно редко, в объединенной методике геометрических цветowych таблиц тестируемому предлагается выбирать любые понравившиеся фигуры в неограниченном количестве.

Приведем значение фигур по данной методике.

Квадрат: организованность, пунктуальность, строгое соблюдение правил, аналитичность мышления, внимательность к деталям, ориентация на факты, пристрастие к письменной речи, аккуратность, рациональность, осторожность, практичность, экономность, настойчивость, твердость в решениях, терпеливость, трудолюбие, профессиональная эрудиция, слабый политик, узкий круг друзей и знакомых.

Треугольник: лидер, стремление к власти, честолюбие, установка на победу, прагматизм, ориентация на суть проблемы, уверенность в себе, решительность, импульсивность, смелость, неукротимая энергия, нетерпеливость, великолепный политик, остроумие, широкий круг общения.

Прямоугольник: изменчивость, непоследовательность, неопределенность, возбужденность, любознательность, позитивная установка ко всему новому,

низкая самооценка, неуверенность в себе, доверчивость, нервозность, частая смена настроения, избегание конфликтов, забывчивость, склонность терять вещи, непунктуальность, имитация поведения других людей («примерка ролей»), тенденция к простудам, травмам, дорожно-транспортным происшествиям.

Круг (овал): высокая потребность в общении, контактность, доброжелательность, забота о другом, щедрость, способность к сопереживанию, хорошая интуиция, спокойствие, склонность к самообвинению и меланхолии, эмоциональная чувствительность, доверчивость, ориентация на мнение окружающих, нерешительность, слабый политик, болтливость, способность уговаривать, убеждать, сентиментальность, тяга к прошлому, склонность к общественной работе, гибкий распорядок дня, широкий круг друзей и знакомых.

Зигзаг (спираль): жажда изменений, креативность, великолепная интуиция, одержимость своими идеями, мечтательность, устремление в будущее, позитивная установка ко всему новому, восторженность, энтузиазм, непосредственность, непрактичность, импульсивность, непостоянство настроения и поведения, стремление работать в одиночку, отвращение к бумажной работе, душа компании, остроумие, безалаберность в финансовых вопросах.

Что касается цветовой составляющей объединенной методики, то согласно исследованиям Фрилинга, в среднем последовательность предпочитаемых цветов такова: синий – красный – зеленый – фиолетовый, оранжевый, коричневый - пастельные тона – черный, белый.

Классификация цветов по Фрилингу:

– стимулирующие (теплые) цвета, способствующие возбуждению и действующие как раздражители: красный – волевой, жизнеутверждающий, подавляющий; оранжевый – теплый, уютный; желтый – контактирующий, лучезарный.

– дезинтегрирующие (холодные) цвета, приглушающие раздражение: фиолетовый – углубленный, тяжелый, таинственный; синий – подчеркивает дистанцию; светло-синий – уводит в пространство, направляющий; сине-зеленый – подчеркивает движение, изменчивость.

– пастельные цвета, приглушающие чистые цвета: розовый – нежный, производящий впечатление некоторой таинственности; лиловый – замкнутый, изолированный; пастельно-зеленый – мягкий; серовато-голубоватый – сдержанный.

– статичные цвета, способные уравновесить, успокоить, отвлечь от других возбуждающих цветов: чисто зеленый – требовательный, освежающий; оливковый – успокаивающий, смягчающий; желто-зеленый – обновляющий, раскрепощающий.

– цвета глухих тонов, которые не вызывают раздражение (серые); гасят его (белый); помогают сосредоточиться (черный). К ним относят две группы смешанных цветов: теплые темные тона (коричневые), стабилизирующие раздражение, действующие вяло, инертно: охра – смягчает рост раздражения;

коричневый, землистый – стабилизирующий; темно-коричневый – смягчающий возбудимость. И холодные темные цвета, изолирующие и подавляющие раздражение: темно-серые, черно-синие, темные – зелено-синие [4, с. 13].

Интерпретация цветов по Люшеру:

СЕРЫЙ (0). Разделяющий, отгораживающий, освобождающий от обязательств, укрывающий от внешних причин и воздействия. Его присутствие на первых позициях является компенсирующим (за счет невовлеченности). На последних позициях 0-й означает причастность, участие, ответственность.

СИНИЙ (1). Означает спокойствие и умиротворенность чувств (что, как уже было сказано, не подтверждается на практике), выявляет чувствительность и ранимость. Выявляет сензитивность, доверие, самопожертвование, преданность. Его перемещение на последние позиции ряда выявляет неудовлетворенность эмоциональными отношениями.

ЗЕЛЕНый (2). Это цвет эластичной (упругой) напряженности, выявляет упорство, целеустремленность, сопротивляемость изменениям, постоянство воззрений. Предпочтение зеленого цвета выявляет скрупулезную точность, критический анализ, логическую последовательность, т. е. «все, что приводит к абстрактному формализму», а также потребность производить впечатление, сохранять свою позицию.

КРАСНый (3). Символизирует физиологическое состояние, связанное с расходом энергии. Красный – выражение жизненной силы, нервной и гормональной активности, стремления к успеху, жадного желания всех жизненных благ. Это воля к победе, влечение к спорту, борьбе, эротике, «сила воли». Выбор красного на первое место означает стремление к полноте бытия, лидерские черты, творческое начало, активную деятельность.

ЖЕЛТый (4). Выражает несдерживаемую экспансивность, раскованность, релаксацию, полную радостных надежд изменчивость при отсутствии последовательности и плановости. Предпочтение желтого говорит о надежде или ожидании большого счастья, направленных в будущее, о стремлении к новым, еще неясным перспективам. В роли компенсирующего цвета желтый выявляет нетерпеливость, поверхностность, беспокойность, черты завистливости.

ФИОЛЕТОВый (5). Содержит в себе свойства и синего и красного, объединяет «победность красного и капитуляцию синего, символизируя тождество, т. е. нечто вроде мистического союза; высокая степень чувствительной близости, ведущая к полному слиянию субъекта и объекта, волшебство, магия и зачарованность, стремление восхищать других, способность к интуитивному и сензитивному постижению, нереальность желаний и безответственность.

КОРИЧНЕВый (6). Этот цвет символизирует чувственную основу ощущений.

ЧЕРНый (7-й). Это «нет» в противоположность «да» белого, это «конец, за которым больше ничего нет». Сочетание 74 в одной группе указывает на ту или иную форму экстремального поведения [3].

Однако необходимо учитывать традиционные культурные ассоциации разных народов на определенные цвета, т. к. человек может выбрать тот или иной цвет, который в традиции определенной культуры обозначает удачу, а не потому, что он близок его состоянию и нравится ему.

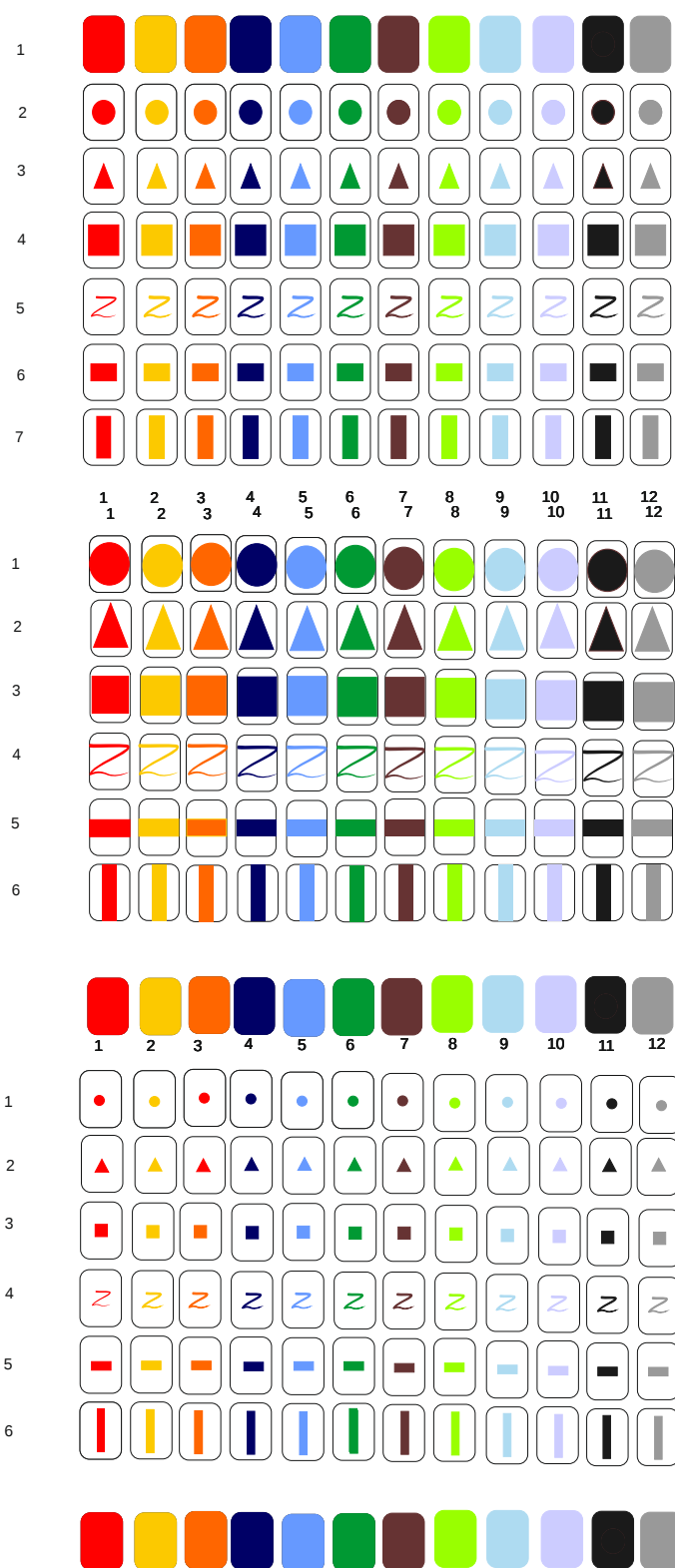
Культура	Красный	Черный	Синий	Зеленый	Желтый
Запад	Любовь Опасность Действие	Смерть Траур Угроза	Депрессия Доверие Спокойствие	Удача Ревность Жадность	Счастье Радость Предусмотрительность
Дальний Восток	Имущество Удача Энергичность	Здоровье Стабильность Достаток	Расслабление Исцеление Женское начало	Жизнь Надежда Плодородие	Священность Величие Мужественность
Ближний Восток	Опасность Зло Осторожность	Тайна Перерождение Траур	Рай Духовность	Сила Надежда	Счастье Достаток
Индия	Красота Сила Богатство	Зло Темнота Негатив	Сила Виды спорта	Урожай Нравственность Надежда	Священность Благополучие

Рисунок – Традиционные цветовые культурные ассоциации

Следовательно, при анализе результатов теста необходимо учитывать социокультурный фактор. Так как оценка цвета все равно будет производиться из социокультурного опыта [2; 5].

Цвет помещения, в котором будет проводиться тестирование, также может повлиять на его результаты. Рекомендуется работать в просторном помещении в нежно-голубых тонах, т. к. это цвет творчества. Его используют для учебных аудиторий и классных кабинетов. Голубой цвет в психологии олицетворяет легкость, нежность, воздушность, ощущение чистоты.

Предлагается методика экспресс-тестирования состояния человека посредством объединения обеих проективных методик с некоторыми дополнениями, касающимися вопросов подсознательной самооценки личности. *Объединенная методика геометрических цветовых таблиц* состоит из трех уровней: фигур большого, среднего и уменьшенного размера. Данная разница взята для анализа уровня самооценки человека.



Методика заключается в том, что перед тестируемым раскладываются три листа разного уровня с геометрическими фигурами основных цветов. Тестируемый выбирает те фигуры, которые для него привлекательны (любое количество). Фигуры на листе располагаются по принципу морского боя (цифровое обозначение столбца и строк). Тестирующий записывает выбранные фигуры, как например 1.7, где 1 – это цифровое обозначение строки, а 7 –

цифровое обозначение столбца. Таким образом тестирующему облегчается запись выбранных вариантов, а также последующий анализ теста.

Данная методика относится к методикам экспресс-тестирования и призвана оказать помощь в работе психологов, педагогов, спортивных психологов, а также социальных педагогов.

Список использованных источников

1. Люшер, М. Цветовой тест Люшера / М. Люшер; пер. англ. А. Никоновой. – М. : Эксмо, 2003. – 190 с.
2. Самарина, Л. В. Традиционная этническая культура и цвет / Л. В. Самарина // Этнографическое обозрение. – 1992. – № 7. – С.147–156.
3. Собчик, Л. Н. МЦВ - метод цветовых выборов. Модифицированный восьмицветовой тест Люшера. Практическое руководство / Л. Н. Собчик. – СПб. : Изд-во «Речь», 2001. – 112 с.
4. Фрилинг, Г. Человек-Цвет-Пространство./ Г. Фрилинг, К. Ауэр; пер. с нем. – М. : Стройиздат, 1973. – 141 с.
5. Шалимова, Л. А. Культура восприятия семантики цвета в тесте Макса Люшера / Л. А. Шалимова // Мир науки, культуры, образования. – № 1 (44). – 2014. – С. 251– 255.
6. Шалимова, Л. А. Парадигма цвета: монография : [материалы сборника статей] / Л. А. Шалимова. – Москва : У Никитских ворот, 2010. – 215 с.