РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГИЯ

Агирбова Д.М., Абайханова А.А.

Особенности отражения цвета на психологическое состояние человека

ФГБОУ ВО «Северо-Кавказская государственная академия»
(Россия, Черкесск)

doi: 10.18411/lj-06-2019-29

idsp: ljjournal-06-2019-29

Аннотация

В статье рассматриваются механизмы и роль влияния цвета на психологическое и эмоциональное состояние человека и на его здоровье, ведь жизнь без красок представляется нам мертвым. Также, проводится анализ научных изысканий по проблеме отражения цвета на психическое составляющее.

Ключевые слова: психика, характер, восприятие, цвет, настроение.

Abstract

The article discusses the mechanisms and role of color influence on the psychological and emotional state of a person and his health, because life without colors seems to us dead. Also, the analysis of scientific research on the problem of reflection of color on the mental component.

Keywords: psyche, character, perception, color, mood.

«Жизнь – это большой, большой холст, и вы должны бросить на него всю краску, какую только сможете!»: пишет американский актёр Денни Кэй.

Цвета не оставляют нас равнодушными. Они свидетельствуют о жизни, изобилии и богатстве, оживляют, наполняют и обогащают нас. Цвета господствуют над вещами как волшебство, они в состоянии обворожить и околдовать нас. У каждого из нас есть свой любимый цвет. Эмоциональное восприятие цвета определяется его непосредственным физическим воздействием – возбуждающим или угнетающим, его характером, ассоциациями, им вызываемым, и его социально обусловленной символикой.

Несмотря на прогрессивное развитие науки и техники, ученые разных направлений поныне спорят об устройстве воздействия цвета на психическое составляющее. Многие ученые полагают, что цвет влияет на человеческий организм через физиологическое составляющее, через гипоталамус на вегето-сосудистую систему (Денисова О.И., Миронова Л.Н., Иванов Д.Г., К. Флехингаус, М. Люшер). Первооткрывателями в этой области являются: психиатр Макс Люшер и психолог Карл Флехингаус. Именно эти ученые выработали концепцию физиологичности цвета и подтвердили, что все люди в равной степени воспринимают основные цвета (коричневый, синий, красный, фиолетовый, желтый, серый и черный) [2].

Большой вклад в развитие психологии цвета как науки внесли такие ученые как: В. Шеллинг «Философия искусства», А. Шопенгауэр «О зрении и цветах», В. Кандинский «Язык красок», Дидро «Мои незначительные мысли о цвете».

Так же исследования по выявлению воздействия цвета на эмоции, психологию и здоровье людей проводили такие великие умы как: А.Н. Леонтьев, С.В. Кравков, В.В. Семенов, а также Л.М. Смирнов, В.В. Налимов, Г.Г. Воробьев и др. [1].

На сегодняшний день, психологи способны выявить несколько универсальных истин о цвете и о его влиянии на наше настроение. Подсознательно люди, похоже, воспринимают и реагируют на цвета. Каждый из них имеет свои индивидуальные

особенности, они по-разному влияют на восприятие и психологическое состояние человека [5]. Рассмотрим каждую цветовую гамму по-отдельности.

Красный – возбуждающий, согревающий, проникающий, активирующий все функции организма; используется для лечения ветряной оспы, скарлатины, кори и некоторых кожных заболеваний; на некоторое время увеличивает мускульное напряжение, повышает кровяное давление, ускоряет ритм дыхания. Так же красный – цвет напористой энергии, власти, силы, агрессии и любви! Однако холодные оттенки красного – бордовый, малиновый и младенческий розовый – нередко вызывают у мужчин активное раздражение и неприятие. Зато теплые оттенки красного цвета – алый, оранжевый, терракотовый и особенно персиковый – мужчины обожают.

Зеленый (самый привычный для органа зрения) – физиологически оптимальный; уменьшает кровеносное давление и расширяет капилляры; успокаивает и облегчает невралгию и мигрень; на продолжительное время повышает двигательную работоспособность. Зеленый – символизирует твердость, сопротивление изменениям, противостояние. Зеленый – цвет покоя, он никуда не зовет. Тот, кто выбирает зеленый цвет в одежде, скорее всего, хочет, чтобы во всем торжествовали его взгляды и убеждения. Чаще всего поклонники зеленого цвета отличаются завидным постоянством во вкусах. А вот люди, которые отвергают этот цвет полностью, стремятся избавиться от внутреннего напряжения.

Синий – успокаивающее действие переходит в угнетающее; способствует затормаживанию функций физиологических систем человека. Так же синий – цвет спокойствия и удовлетворенности жизнью, он располагает к себе, символизирует традиции и непреходящие ценности. Синий цвет очень идет полным людям, ведь этот цвет несет в себе некую глубину и как бы поглощает полноту. Синий цвет – романтический символ. Мужчин почти всегда отталкивает холодный бирюзовый цвет, наглядно демонстрирующий излишнюю настойчивость, перерастающую в упрямство, а вот теплые оттенки цветов – цвет морской волны и бутылочного стекла – вполне подойдут даже для первого свидания.

Желтый (самый светлый в спектре) – тонизирующий, физиологически оптимальный, наименее утомляющий; стимулирует зрение и нервную деятельность. А так же желтый цвет – земной цвет. Он сразу бросается в глаза. Несмотря на то что желтый – это солнечный цвет надежды на счастье и веры в хорошее будущее, обилие желтого в костюме раздражает, возможно, потому что этот веселый цвет традиционно считается цветом внезапной измены. Кроме того, люди отдающие предпочтение желтому цвету, считают психологи, любят создавать себе лишние трудности, стремятся бороться ради самой борьбы, противостоять ради самого противостояния, даже если их усилия не принесут каких-нибудь результатов.

Фиолетовый – соединяет эффект красного и синего цветов; производит угнетающее действие на нервную систему. Фиолетовый так же является цветом интеллектуально незрелых людей. Дети и подростки очень любят одежду фиолетового цвета. Он символизирует собой сказку, мистику, волшебство, для детей фиолетовый костюмчик и платице – это прикосновение к волшебной лампе Алладина. Фиолетовый цвет в одежде часто используют взрослые с неуравновешенной психикой. Его предпочитают люди, пережившие непомерный страх и тяжелую болезнь, а так же беременные женщины. Основные качества поклонников фиолетового цвета – ранимость и импульсивность. Интересно, что, надев фиолетовое платье, вы можете рассчитывать на доверительную беседу.

Серый – означает надежность, скромность, практичность, печаль, достоинство, безопасность, завершенность, старость, интеллект, твердость, степенность, консерватизм. Серый цвет – абсолютно нейтрален во всех отношениях. Он наиболее спокоен и практически не оказывает никакого воздействия. Люди, которые предпочитают его, носят в себе какую-то тайну. Серый – это туман, дымка, завеса, за которой можно скрывать все

что угодно. Это излюбленный цвет пожилых людей, комсомольских работников и сотрудников спецслужб. Не случайно выражение «серый кардинал» фактически означает «скрытый руководитель».

Черный – воплощение силы, уверенности, интриги, богатства и загадочности. Черный – это особая история. Он представляет собой полное отсутствие цвета, его отрицание, символизирует идею небытия, исчезновение. Не случайно этот цвет так любят психотерапевты, экстрасенсы, колдуны. Впрочем, человек, который любит черный цвет, способен восстать против судьбы, действовать опрометчиво и безрассудно. Кроме того, черный цвет – это цвет защиты. Черные костюмы часто носят беременные женщины. Это помогает им оградить себя от окружающего мира, погрузиться в собственные ощущения. На черном не видна грязь – поэтому его так любят мужчины. Черный обеспечивает зрительное уменьшение форм, поэтому его любят женщины.

Белый – чистота, невинность, новые начинания, символ свободы, вдохновения, мира и веры. А так же белый цвет символизирует безмолвие. Сотрудники медицинской сферы носят именно белые халаты. Это связано с ассоциациями цвета с добром, честностью и совершенства. Во многих странах в традиционных одеяниях присутствует данный цвет. Точно раскрыть характер любителей белого невозможно, так как его широко используют в качестве рабочей одежды. Он эффектно смотрится в сочетаниях с прочими вариантами цветов и является классическим вариантом. [4]

Тайна цветов никогда не будет до конца исследована. Это указывает на их космическое божественное происхождение, которое на подсознательном уровне воздействует на человеческое мышление, на наше восприятие и даже на наши действия. Цвета – это наш мир. Они – тайна природы; для нас же они – экспрессивные возбуждающие средства, без помощи которых мы никогда не будем в состоянии полностью понять эти тайны.

«Жизнь – это большой, большой холст, и вы должны бросить на него всю краску, какую только сможете!»: пишет американский актёр Денни Кэй.

Цвета не оставляют нас равнодушными. Они свидетельствуют о жизни, изобилии и богатстве, оживляют, наполняют и обогащают нас. Цвета господствуют над вещами как волшебство, они в состоянии обворожить и околдовать нас. У каждого из нас есть свой любимый цвет. Тот, который нас успокаивает, дарит наслаждение, поднимает настроение или просто приятен для глаза. Но мало кто знает, что он может характеризовать не только самого человека, но и его нрав. Эмоциональное восприятие цвета определяется его непосредственным физическим воздействием – возбуждающим или угнетающим, его характером, ассоциациями, им вызываемым, и его социально обусловленной символикой.

На сегодняшний день психологи способны выявить несколько универсальных истин о цвете и о его влиянии на наше настроение. Подсознательно люди похоже воспринимают и реагируют на цвета. Каждый из них имеет свои особенности, они по-разному влияют на восприятие и психологическое состояние человека. [1]

Красный – возбуждающий, согревающий, проникающий, активирующий все функции организма; используется для лечения ветряной оспы, скарлатины, кори и некоторых кожных заболеваний; на некоторое время увеличивает мускульное напряжение, повышает кровяное давление, ускоряет ритм дыхания. Так же красный – цвет напористой энергии, власти, силы, агрессии и любви! Однако холодные оттенки красного – бордовый, малиновый и младенческий розовый – нередко вызывают у мужчин активное раздражение и неприятие. Зато теплые оттенки красного цвета – алый, оранжевый, терракотовый и особенно персиковый – мужчины обожают.

Зеленый (самый привычный для органа зрения) – физиологически оптимальный; уменьшает кровеносное давление и расширяет капилляры; успокаивает и облегчает невралгию и мигрень; на продолжительное время повышает двигательную работоспособность. Зеленый – символизирует твердость, сопротивление изменениям, противостояние. Зеленый – цвет покоя, он никуда не зовет. Тот, кто выбирает зеленый

цвет в одежде, скорее всего, хочет, чтобы во всем торжествовали его взгляды и убеждения. Чаще всего поклонники зеленого цвета отличаются завидным постоянством во вкусах. А вот люди, которые отвергают этот цвет полностью, стремятся избавиться от внутреннего напряжения.

Синий – успокаивающее действие переходит в угнетающее; способствует затормаживанию функций физиологических систем человека. Так же синий – цвет спокойствия и удовлетворенности жизнью, он располагает к себе, символизирует традиции и непреходящие ценности. Синий цвет очень идет полным людям, ведь этот цвет несет в себе некую глубину и как бы поглощает полноту. Синий цвет – романтический символ. Мужчин почти всегда отталкивает холодный бирюзовый цвет, наглядно демонстрирующий излишнюю настойчивость, перерастающую в упрямство, а вот теплые оттенки цветов – цвет морской волны и бутылочного стекла – вполне подойдут даже для первого свидания.

Желтый (самый светлый в спектре) – тонизирующий, физиологически оптимальный, наименее утомляющий; стимулирует зрение и нервную деятельность. А так же желтый цвет – земной цвет. Он сразу бросается в глаза. Несмотря на то что желтый – это солнечный цвет надежды на счастье и веры в хорошее будущее, обилие желтого в костюме раздражает, возможно, потому что этот веселый цвет традиционно считается цветом внезапной измены. Кроме того, люди отдающие предпочтение желтому цвету, считают психологи, любят создавать себе лишние трудности, стремятся бороться ради самой борьбы, противостоять ради самого противостояния, даже если их усилия не принесут каких-нибудь результатов.

Фиолетовый – соединяет эффект красного и синего цветов; производит угнетающее действие на нервную систему. Фиолетовый так же является цветом интеллектуально незрелых людей. Дети и подростки очень любят одежду фиолетового цвета. Он символизирует собой сказку, мистику, волшебство, для детей фиолетовый костюмчик и платице – это прикосновение к волшебной лампе Алладина. Фиолетовый цвет в одежде часто используют взрослые с неуравновешенной психикой. Его предпочитают люди, пережившие непомерный страх и тяжелую болезнь, а так же беременные женщины. Основные качества поклонников фиолетового цвета – ранимость и импульсивность. Интересно, что, надев фиолетовое платье, вы можете рассчитывать на доверительную беседу.

Серый – означает надежность, скромность, практичность, печаль, достоинство, безопасность, завершенность, старость, интеллект, твердость, степенность, консерватизм. Серый цвет – абсолютно нейтрален во всех отношениях. Он наиболее спокоен и практически не оказывает никакого воздействия. Люди, которые предпочитают его, носят в себе какую-то тайну. Серый – это туман, дымка, завеса, за которой можно скрывать все что угодно. Это излюбленный цвет пожилых людей, комсомольских работников и сотрудников спецслужб. Не случайно выражение «серый кардинал» фактически означает «скрытый руководитель».

Черный – воплощение силы, уверенности, интриги, богатства и загадочности. Черный – это особая история. Он представляет собой полное отсутствие цвета, его отрицание, символизирует идею небытия, исчезновение. Не случайно этот цвет так любят психотерапевты, экстрасенсы, колдуны. Впрочем, человек, который любит черный цвет, способен восстать против судьбы, действовать опрометчиво и безрассудно. Кроме того, черный цвет – это цвет защиты. Черные костюмы часто носят беременные женщины. Это помогает им оградить себя от окружающего мира, погрузиться в собственные ощущения. На черном не видна грязь – поэтому его так любят мужчины. Черный обеспечивает зрительное уменьшение форм, поэтому его любят женщины.

Белый – чистота, невинность, новые начинания, символ свободы, вдохновения, мира и веры. А так же белый цвет символизирует безмолвие. Сотрудники медицинской сферы носят именно белые халаты. Это связано с ассоциациями цвета с добром,

честностью и совершенства. Во многих странах в традиционных одеяниях присутствует данный цвет. Точно раскрыть характер любителей белого невозможно, так как его широко используют в качестве рабочей одежды. Он эффектно смотрится в сочетаниях с прочими вариантами цветов и является классическим вариантом. [2]

Тайна цветов никогда не будет исследована до самого конца. Это указывает на их космическое божественное происхождение. Цвета – это наш мир. Они – тайна природы; для нас же они – экспрессивные возбуждающие средства, без помощи которых мы никогда не будем в состоянии полностью понять эти тайны.

1. История возникновения психологии цвета // https://studbooks.net/1634036/psihologiya/psihologiya_tsveta/ (дата обращения: 15.05.2019)
2. Макс Люшер. Цветовой тест Люшера/ Макс Люшер - М.: изд. АСТ, Сова, 2005. – 187 с.
3. Миронова, Л. Н. Цвет в изобразительном искусстве : пособие для учителей / Л.Н. Миронова. - 3-е изд. - Мн. : Беларусь, 2005. - 151 с.
4. Психология цвета и значение цветов в психологии // <https://psychologys.ru/> дата обращения: 15.05.2019)
5. Хакимова Г. А. Психология и символика цвета // Молодой ученый. — 2018. — №9. — С. 107-109. — URL <https://moluch.ru/archive/195/48625/> (дата обращения: 15.05.2019)
6. Хакимова Г. А. Психология и символика цвета // Молодой ученый. — 2018. — №9. — С. 107-109. — URL <https://moluch.ru/archive/195/48625/> (дата обращения: 15.05.2019).
7. Психология цвета и значение цветов в психологии // <https://psychologys.ru/psixologiya-cveta-i-znachenie-cvetov-v-psixologii/> (дата обращения: 15.05.2019).

Бурова Е.А., Воронова А.А., Сметанина А.А.

Изучение особенностей военно-профессиональной деятельности и нервно-психической устойчивости военнослужащих

*ФГАОУ ВО "Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского" (ННГУ)
(Россия, Нижний Новгород)*

doi: 10.18411/lj-06-2019-30

idsp: ljjournal-06-2019-30

Аннотация

В данной статье рассматриваются особенности деятельности военнослужащих по призыву. Авторами обращается внимание на то, что военно-профессиональная деятельность отличается своей спецификой и экстремальными условиями. Отмечается, что военно-профессиональная деятельность предъявляет особые требования к физическому и психическому здоровью, а также уровню нервно-психической устойчивости. В статье делается акцент на значимость изучения нервно-психической устойчивости при профессионально-психологическом отборе

Ключевые слова: военно-профессиональная деятельность, профессионально-психологический отбор, военнослужащие, нервно-психическая устойчивость

Abstract

This article discusses the features of the military conscription. The authors draw attention to the fact that military-professional activity is characterized by its specificity and extreme conditions. It is noted that the military-professional activity has special requirements for physical and mental health, as well as the level of neuropsychological stability. The article focuses on the importance of the study of neuropsychological stability in professional psychological selection

Keywords: military-professional activity, professional-psychological selection, military personnel, neuropsychological stability

Военно-профессиональная деятельность направлена на защиту государства от посягательства третьих лиц. Одним из средств защиты любого государства является армия. Именно военнослужащие защищают границы при нападении и управляют почти