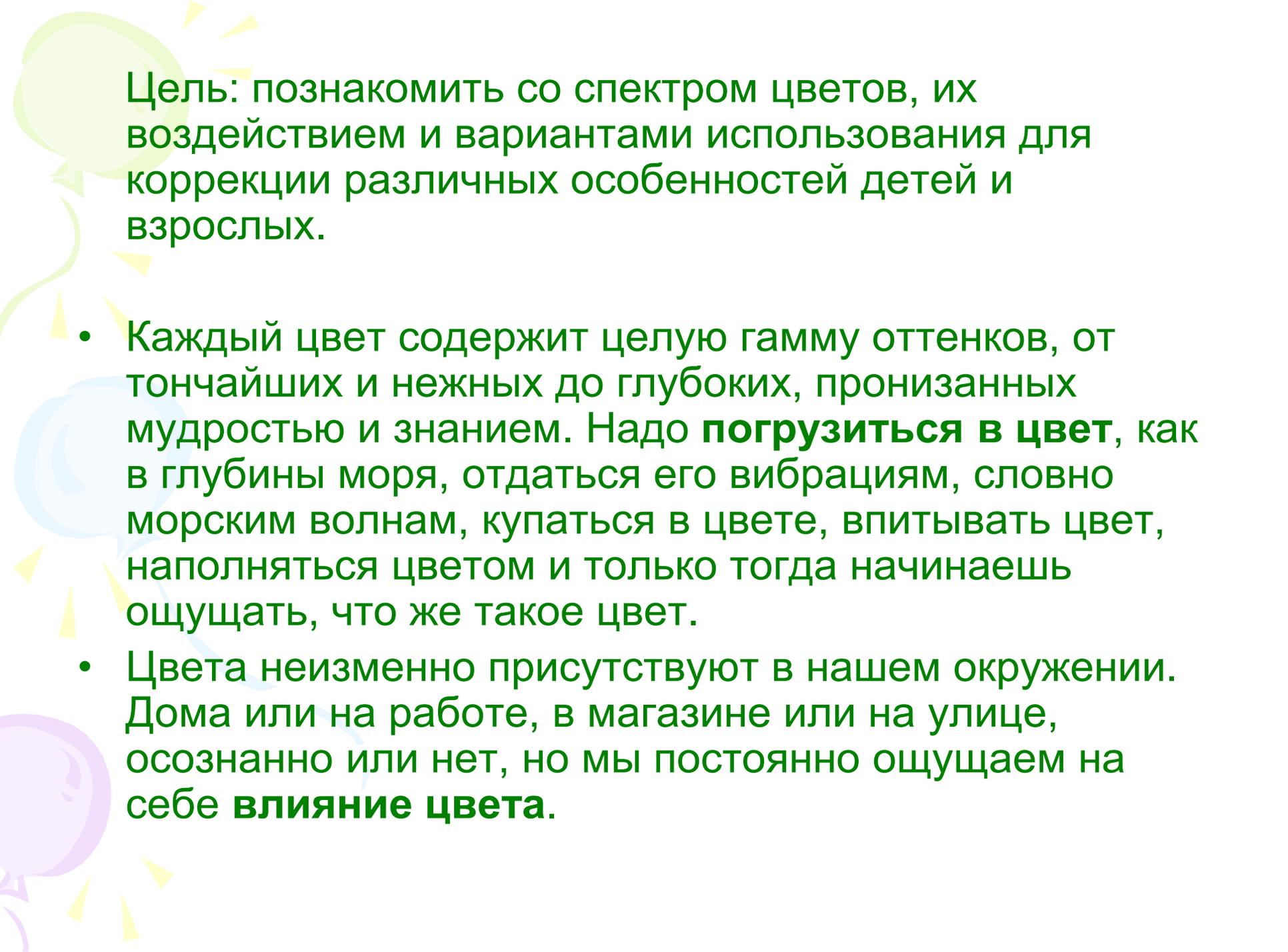


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №3 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению развития детей
г.Курлово

Педагог-психолог Медведева В.М.

ЦВЕТОТЕРАПИЯ

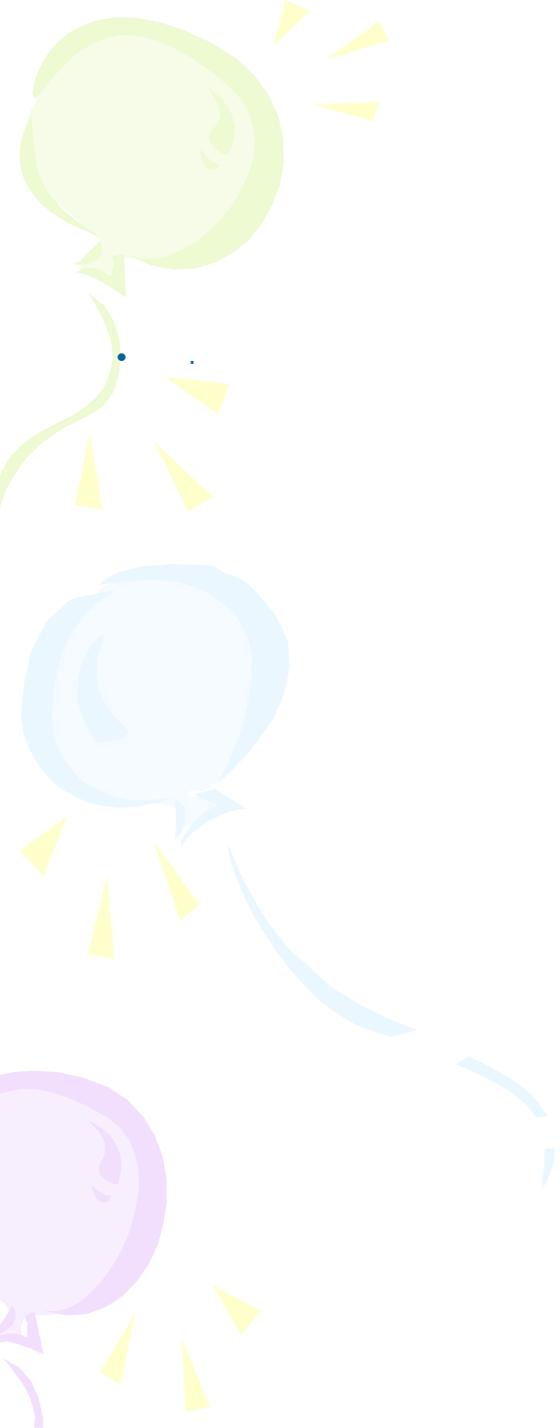




Цель: познакомить со спектром цветов, их воздействием и вариантами использования для коррекции различных особенностей детей и взрослых.

- Каждый цвет содержит целую гамму оттенков, от тончайших и нежных до глубоких, пронизанных мудростью и знанием. Надо **погрузиться в цвет**, как в глубины моря, отдаться его вибрациям, словно морским волнам, купаться в цвете, впитывать цвет, наполняться цветом и только тогда начинаешь ощущать, что же такое цвет.
- Цвета неизменно присутствуют в нашем окружении. Дома или на работе, в магазине или на улице, осознанно или нет, но мы постоянно ощущаем на себе **влияние цвета**.

Красный



Красный

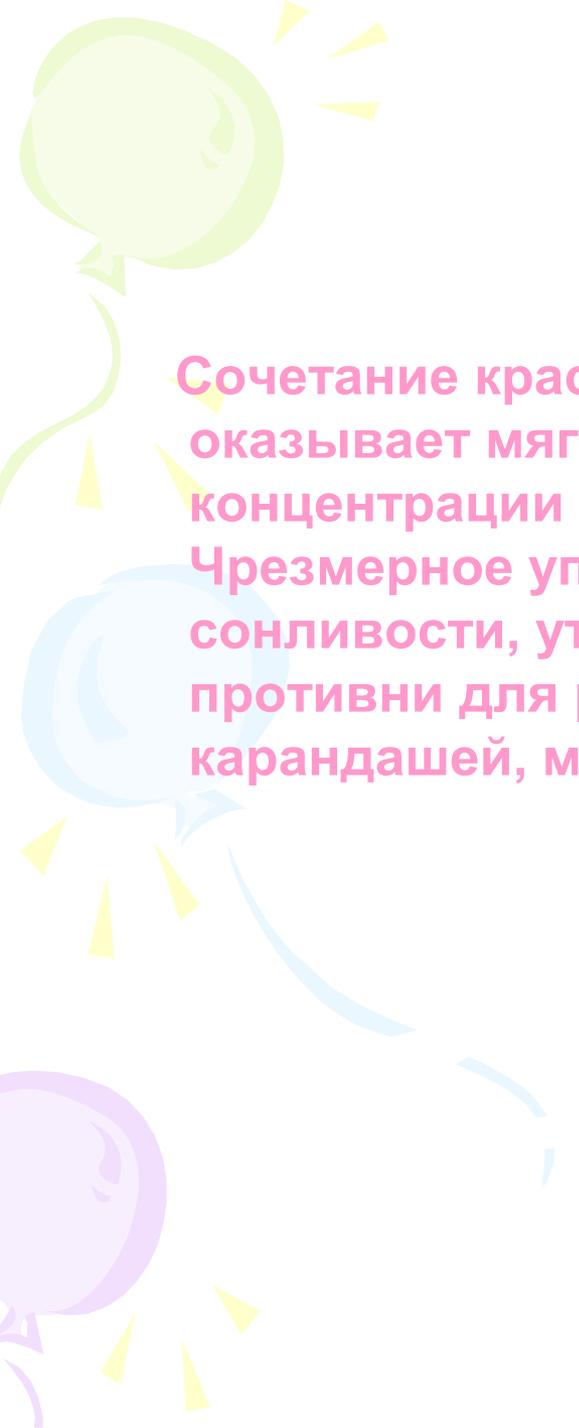
Красный символизирует состояние "расходования энергии".

Он выражает жизненную силу, нервную активность, означает всевозможные склонности и устремления получать результаты и добиваться успеха, импульсивность, волю к победе, жадное желание всего того, что может способствовать насыщенности бытия.

Повышает внутренние ресурсы организма, действует возбуждающе, стимулирует активность. Этот цвет необходим для работы с робкими, застенчивыми, неуверенными людьми. Чрезмерное использование его может привести к утомлению, нервному напряжению. В дизайне кабинета психолога могут использоваться некоторые элементы красного цвета: абажур настольной лампы, мячи, папки для рисунков.

Розовый



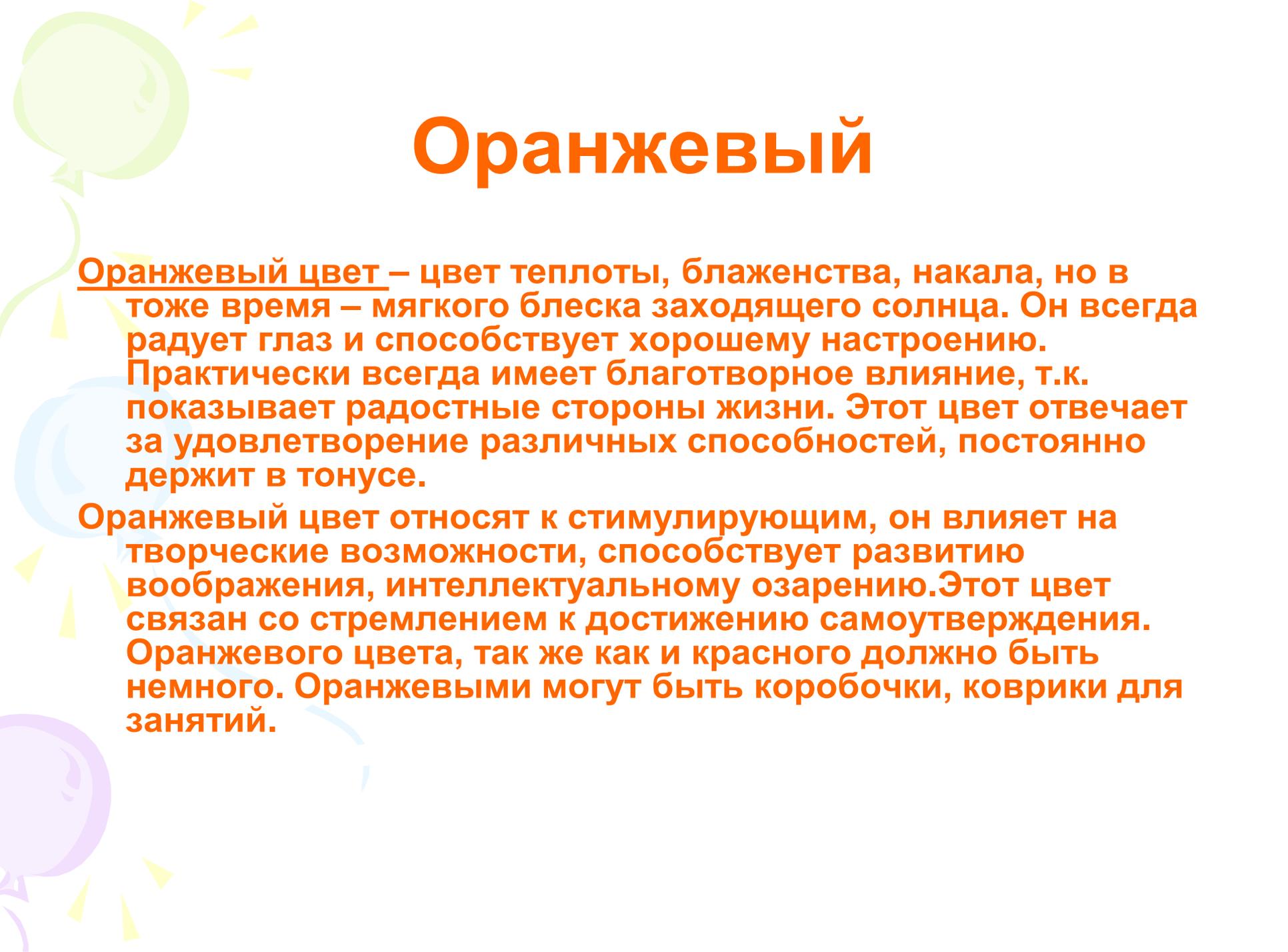


Розовый

Сочетание красного и белого цветов. Розовый цвет оказывает мягкое стимулирующее действие, помогает концентрации внимания, снижает нервное напряжение. Чрезмерное употребление этого цвета может привести к сонливости, утомлению. Розовыми могут быть подносы, противни для работы с водой, песком, глиной, стаканы для карандашей, мелкие элементы декора.

Оранжевый





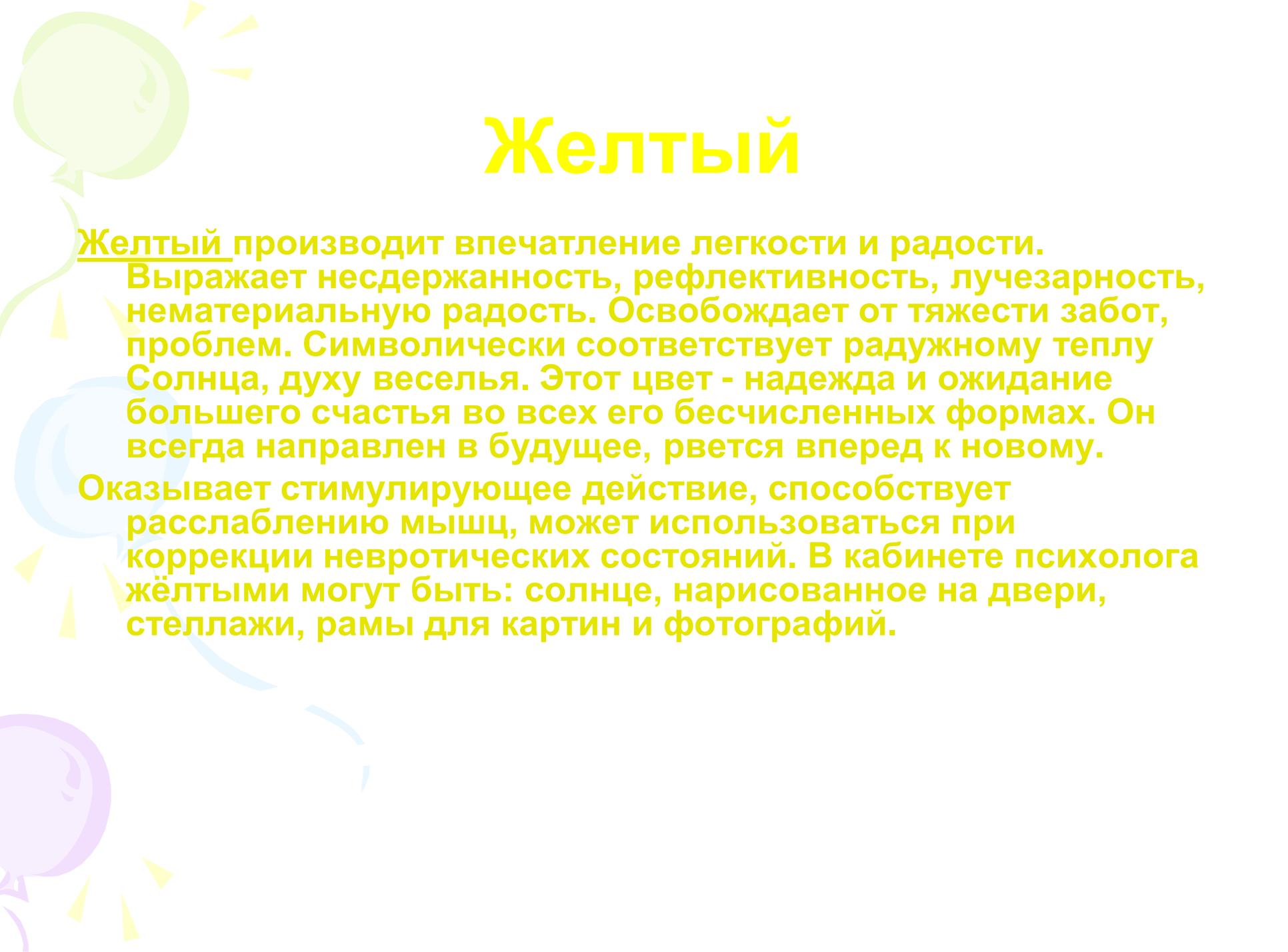
Оранжевый

Оранжевый цвет – цвет теплоты, блаженства, накала, но в то же время – мягкого блеска заходящего солнца. Он всегда радует глаз и способствует хорошему настроению. Практически всегда имеет благотворное влияние, т.к. показывает радостные стороны жизни. Этот цвет отвечает за удовлетворение различных способностей, постоянно держит в тонусе.

Оранжевый цвет относят к стимулирующим, он влияет на творческие возможности, способствует развитию воображения, интеллектуальному озарению. Этот цвет связан со стремлением к достижению самоутверждения. Оранжевого цвета, так же как и красного должно быть немного. Оранжевыми могут быть коробочки, коврики для занятий.

Желтый





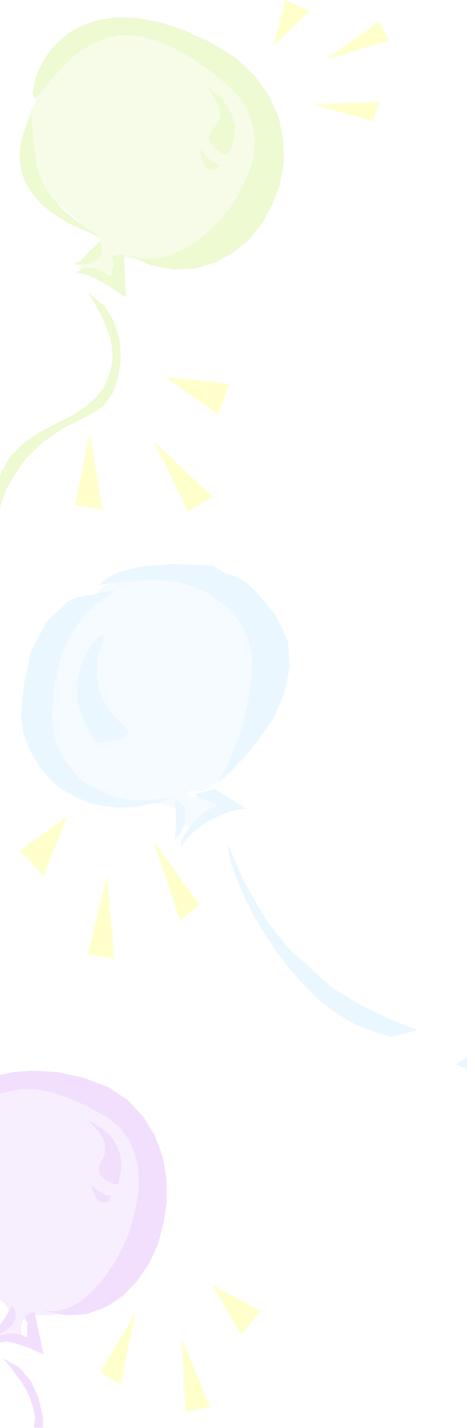
Желтый

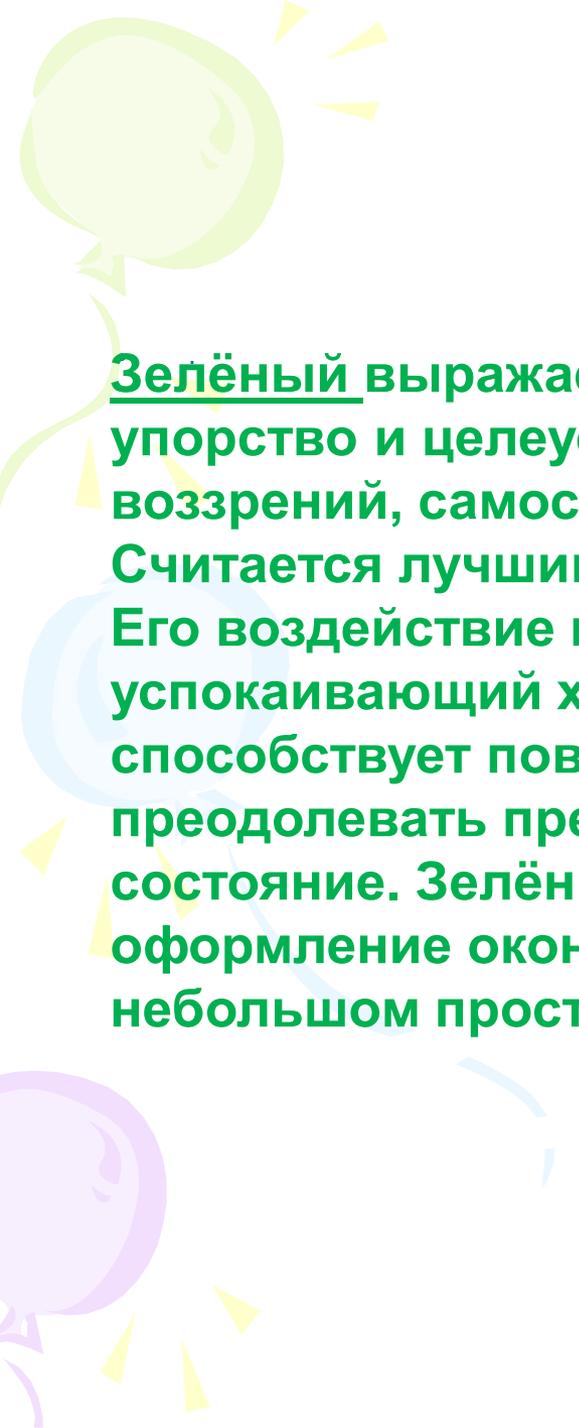
Желтый производит впечатление легкости и радости.

Выражает несдержанность, рефлексивность, лучезарность, нематериальную радость. Освобождает от тяжести забот, проблем. Символически соответствует радужному теплу Солнца, духу веселья. Этот цвет - надежда и ожидание большего счастья во всех его бесчисленных формах. Он всегда направлен в будущее, рвется вперед к новому.

Оказывает стимулирующее действие, способствует расслаблению мышц, может использоваться при коррекции невротических состояний. В кабинете психолога жёлтыми могут быть: солнце, нарисованное на двери, стеллажи, рамы для картин и фотографий.

Зелёный

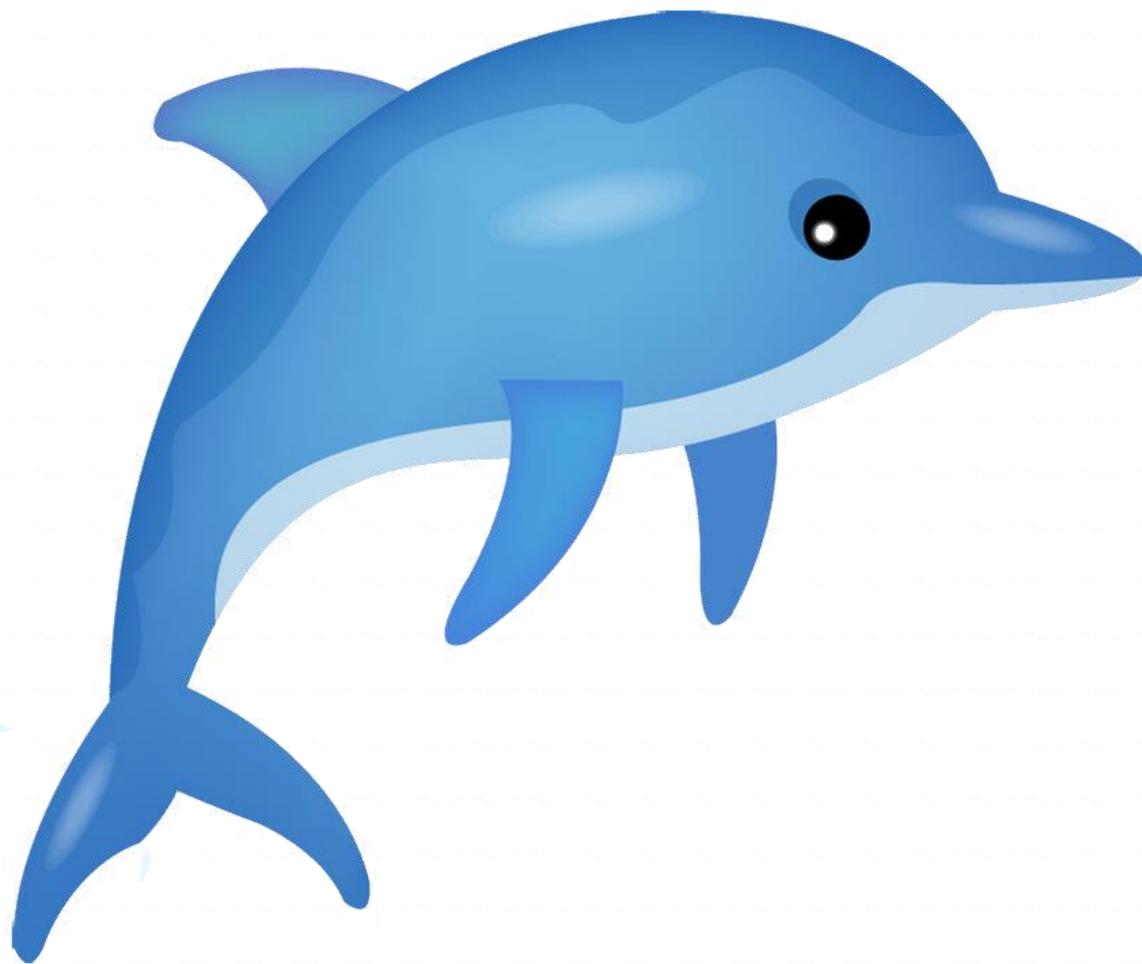


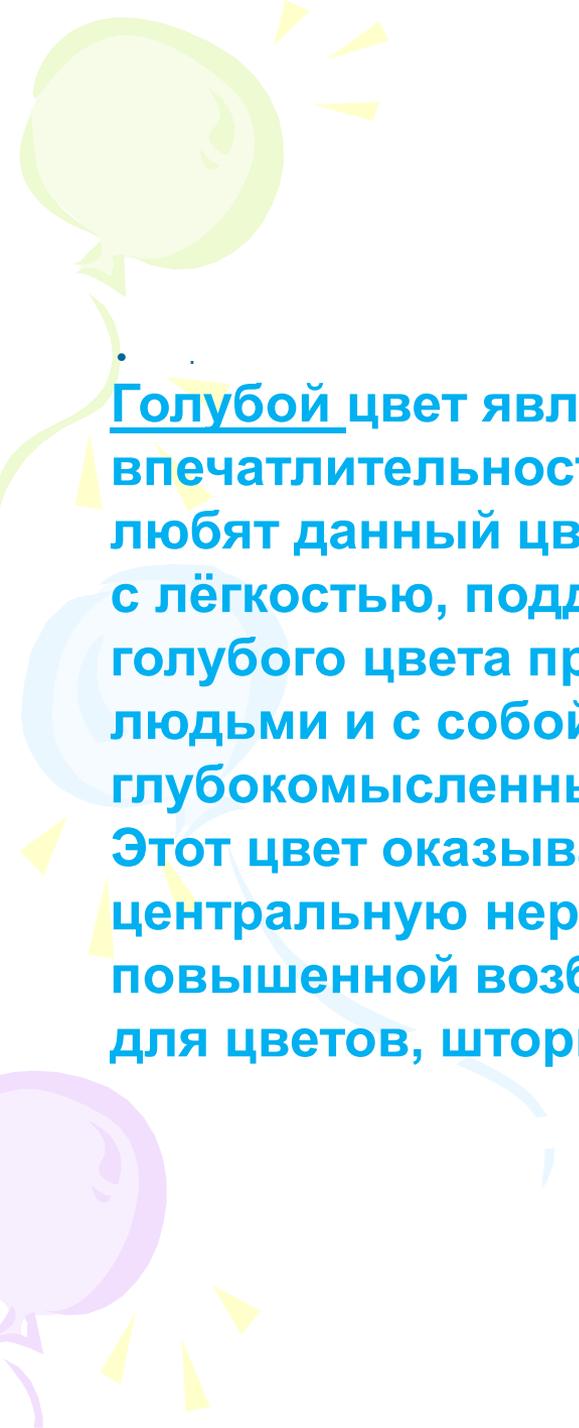


Зелёный

Зелёный выражает деятельную волю, упорство и целеустремленность, указывает на постоянство воззрений, самосознания и высокую оценку своего "Я". Считается лучшим цветом для восстановления организма. Его воздействие носит одновременно стимулирующий и успокаивающий характер. Использование зелёного цвета способствует повышению самооценки, возможности преодолевать препятствия, стабилизирует эмоциональное состояние. Зелёными могут быть растения, фотообои, оформление окон. Чрезмерное использование этого цвета в небольшом пространстве может привести к вялости, апатии.

Голубой





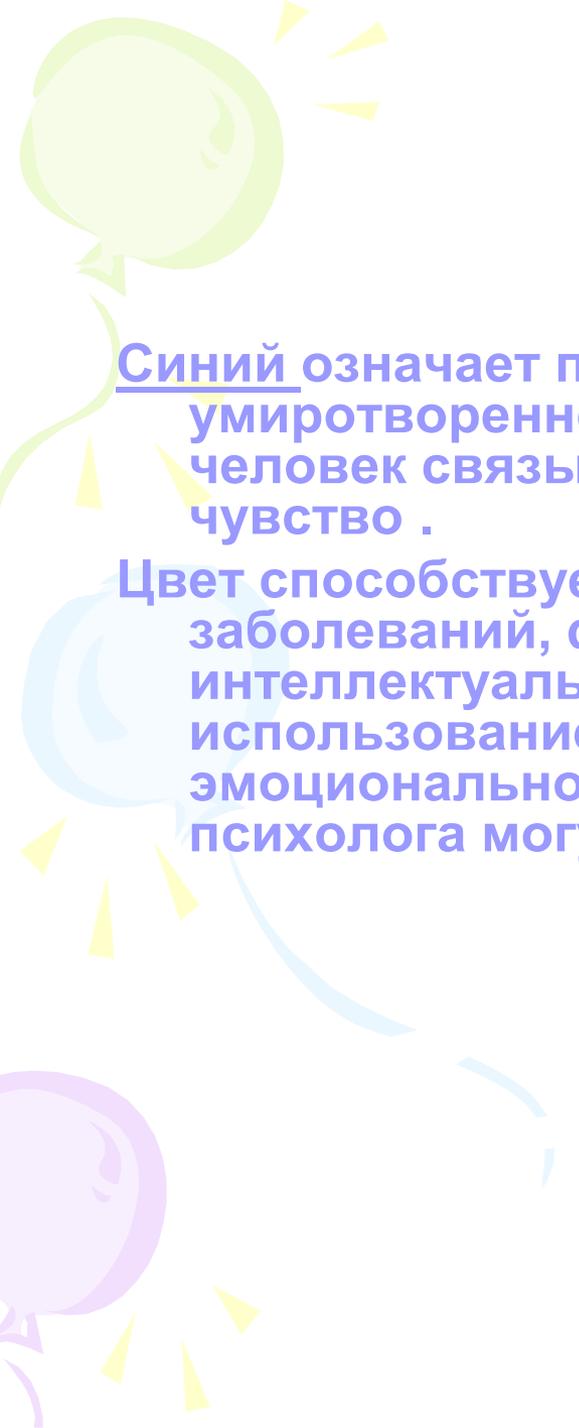
Голубой

Голубой цвет является символом верности, впечатлительности и привязанности. О тех людях, которые любят данный цвет, можно с уверенностью сказать, что они с лёгкостью поддаются унынию во время неудач. Любители голубого цвета предпочитают покой, стремятся к гармонии с людьми и с собой, они обладают способностью к довольно глубокомысленным размышлениям.

Этот цвет оказывает успокаивающее действие на центральную нервную систему, помогает при бессоннице, повышенной возбудимости. Голубого цвета могут быть ваза для цветов, шторы, панно, или картина (небо, вода)

Синий





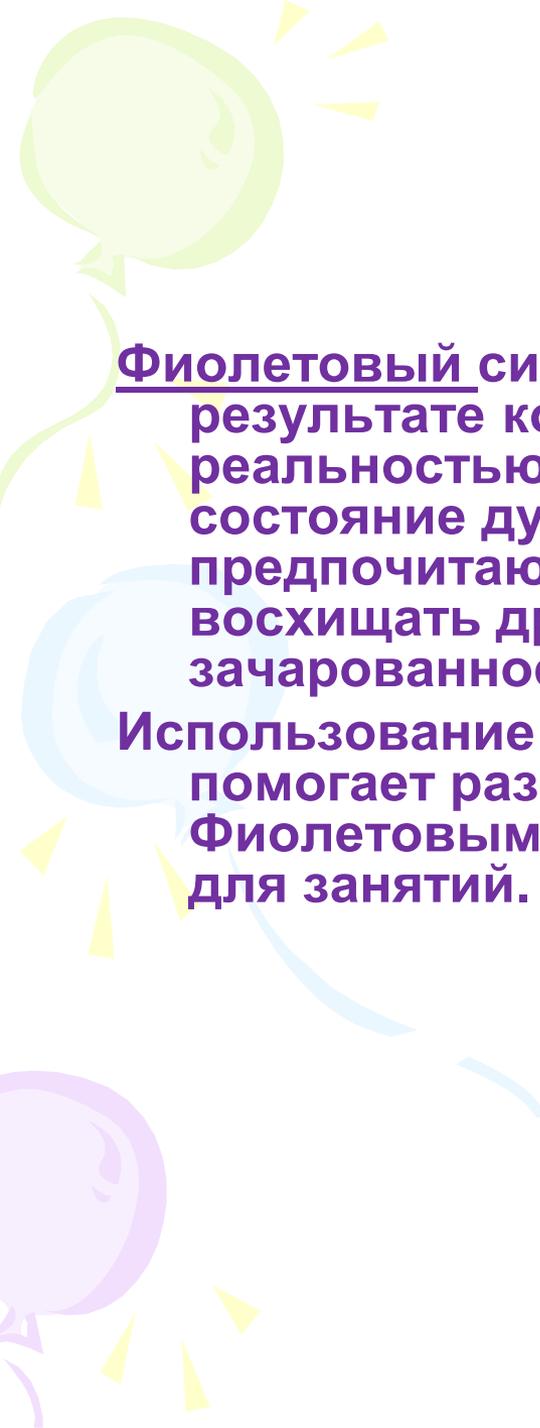
СИНИЙ

Синий означает полное спокойствие, довольство, умиротворенность. Он олицетворяет собой узы, которыми человек связывает себя с окружающими; объединение, чувство .

Цвет способствует коррекции психосоматических заболеваний, формированию самоконтроля, развитию интеллектуальных и творческих способностей. Чрезмерное использование этого цвета может привести к эмоциональной заторможенности. Синего цвета в кабинете психолога могут быть полки, шары, детали декора.

Фиолетовый



A decorative background on the left side of the slide features a light green balloon at the top, a light blue balloon in the middle, and a light purple balloon at the bottom. Yellow streamers and small yellow triangles are scattered around the balloons.

Фиолетовый

Фиолетовый символизирует некоторый мистический союз, в результате которого все мыслимое и желаемое становится реальностью. Это мечта, ставшая явью, магическое состояние души, когда исполняются фантазии. Человек, предпочитающий его, не только хочет сам очаровывать и восхищать других, но и желает сам находиться в состоянии зачарованности.

Использование фиолетового цвета в небольшом количестве помогает развивать воображение, творческое мышление. Фиолетовыми могут быть элементы декора, мячи, коврики для занятий.

Белый



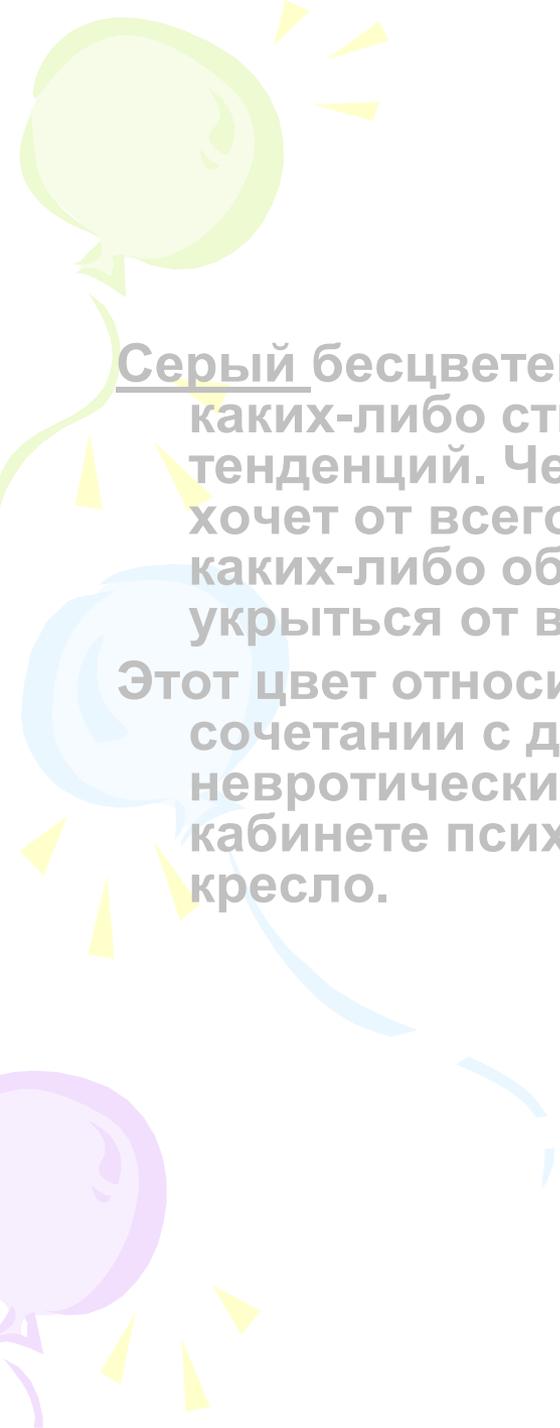
Белый

Белый - Основным качеством белого цвета является равенство. Белый цвет ищет справедливости. Он беспристрастен. В белом цвете заключена вера, но не слепая. Она всегда исходит в своей вере из той или иной причины, даже если ее трудно определить. О вещах, которые вам трудно понять, вы думаете неохотно. Белый цвет символизирует чистоту.

Не является ни тёплым, ни холодным цветом. Белый цвет не рекомендуется в качестве основного фона, так как , зрительно увеличивая пространство, рассеивает внимание, снижает активность.

Серый



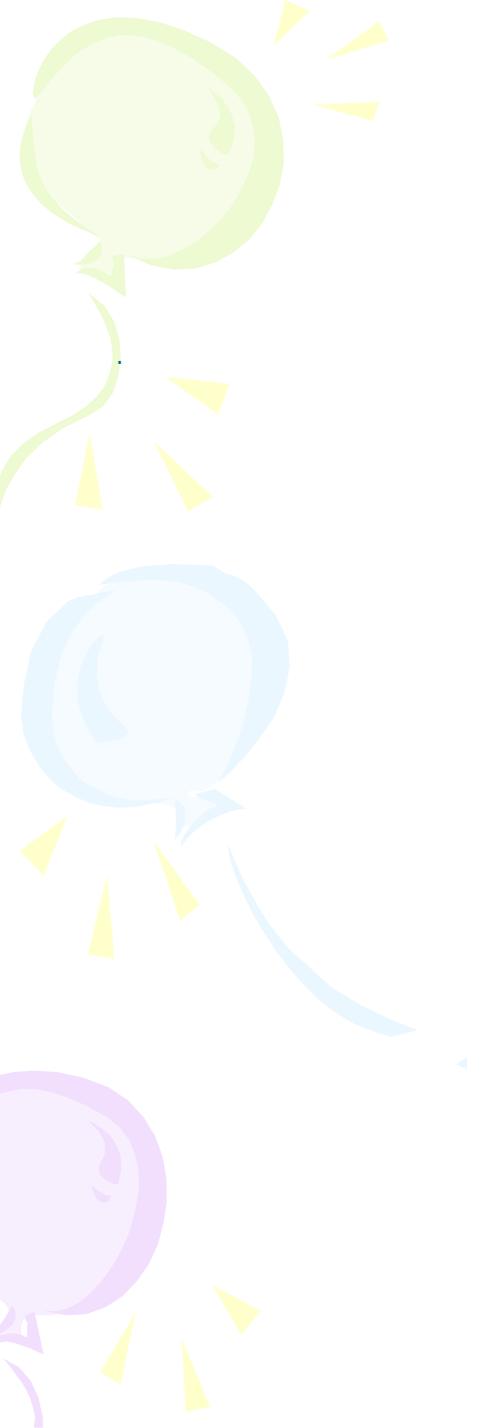


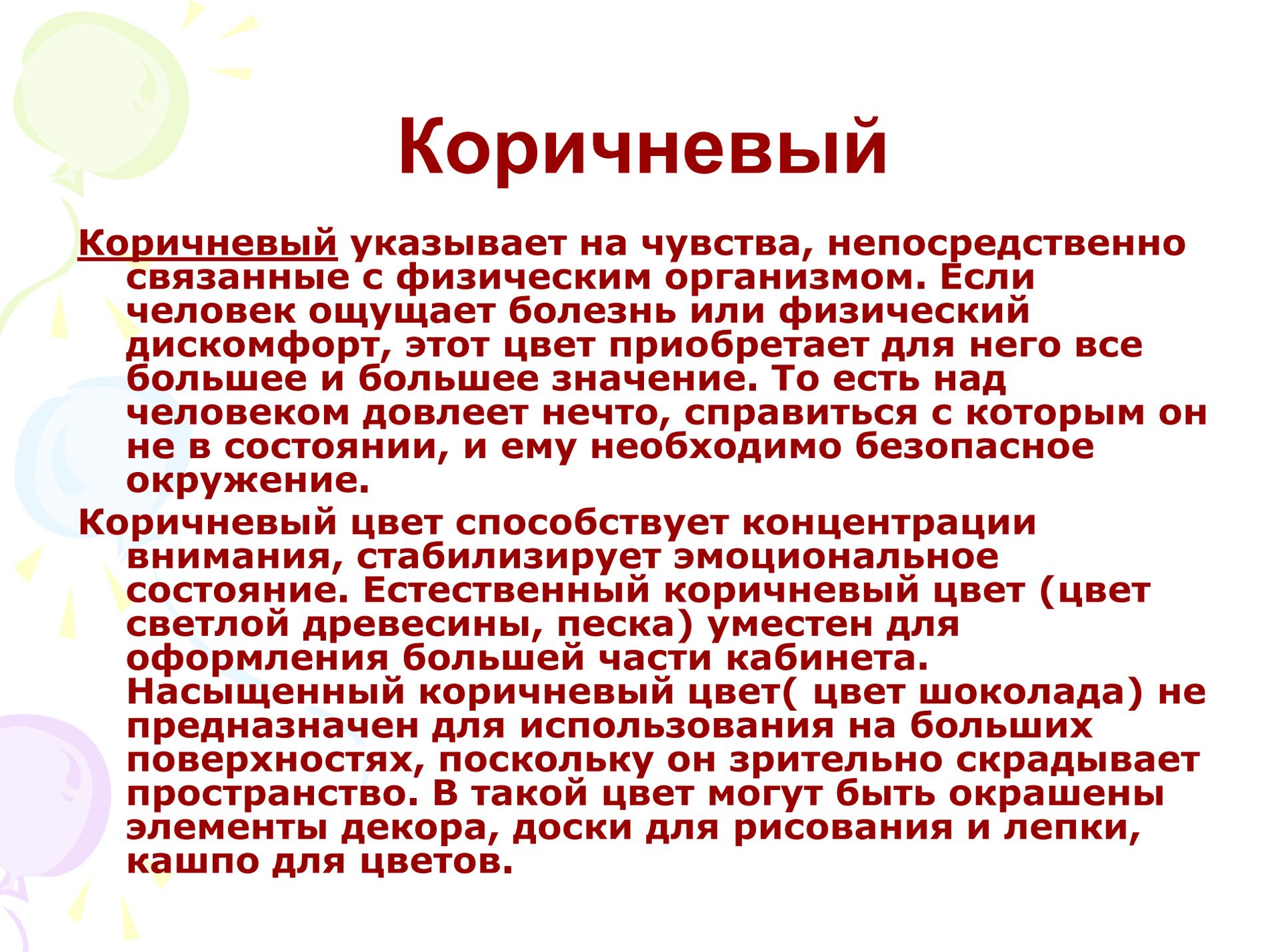
Серый

Серый бесцветен, ни темный, ни светлый, абсолютно лишен каких-либо стимулирующих или психологических тенденций. 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.

Этот цвет относится к нейтральным, используется в сочетании с другими цветами. Помогает справиться с невротическими реакциями, агрессией. Серого цвета в кабинете психолога могут быть напольное покрытие, кресло.

Коричневый





Коричневый

Коричневый указывает на чувства, непосредственно связанные с физическим организмом. Если человек ощущает болезнь или физический дискомфорт, этот цвет приобретает для него все большее и большее значение. То есть над человеком довлеет нечто, справиться с которым он не в состоянии, и ему необходимо безопасное окружение.

Коричневый цвет способствует концентрации внимания, стабилизирует эмоциональное состояние. Естественный коричневый цвет (цвет светлой древесины, песка) уместен для оформления большей части кабинета. Насыщенный коричневый цвет (цвет шоколада) не предназначен для использования на больших поверхностях, поскольку он зрительно скрадывает пространство. В такой цвет могут быть окрашены элементы декора, доски для рисования и лепки, кашпо для цветов.

Черный



Черный

Черный - это абсолютный предел, за которым жизнь прекращается. Он передает идею небытия, исчезновения. Цвет-это чистый лист, на котором еще будет написана история, а черный цвет - конец, за которым уже ничего не будет. Белый и черный - начало и конец. Человек, который выбирает черный, стремится скрыть свой внутренний мир от окружающих, восстает против судьбы, склонен действовать опрометчиво и безрассудно.

Чёрный цвет действует угнетающе, подавляет эмоциональную активность. Он не используется для коррекции, и количество чёрного цвета в кабинете психолога должно быть минимальным.

Источники: Аралова М.А, Справочник психолога ДОУ.-М.2007.
интернет-ресурсы: vk.com Педагоги-психологи.

