

# ВЛИЯНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ЦВЕТОВ НА НАСТРОЕНИЕ

Удивительно, что в детях, даже самых маленьких, природой заложена определенная реакция на тот или иной цвет. У всех ребятшек повышена чувствительность к цветовой гамме. Одежда, игрушки, стены комнат - все вещи и предметы определенных цветов могут стать вашими помощниками во взаимоотношениях с сыном или дочкой, а могут и помешать.

У психологов принято разделять цвета на активные и пассивные. Активные действуют возбуждающе - они дают легкую "встряску" организму и в состоянии ускорить процессы жизнедеятельности. Такими способностями обладают прежде всего ярко-красный и ярко-оранжевый оттенки, в меньшей степени - желтый. В окружении красного или ярко-оранжевого ребенок первые 30 минут чувствует прилив энергии. Через 1-1,5 часа он уже гиперэнергичен, то есть перевозбужден, а через 5 часов станет раздражительным и агрессивным. Но стоит сменить эту гамму на салатно-голубую, и буквально через 20-30 минут маленький злюка превратится если не в ангелочка, то в человека, с которым можно вести переговоры и надеяться на взаимопонимание.

В 2-4 года наиболее приятны детскому глазу нежно-розовые, желтоватые и голубые оттенки. Розовый слон или голубой щенок вызовут нежную привязанность у чувствительных девочек. Мальчики же, по наблюдениям, выбирали исключительно светло-коричневых медведей, но решительно отказывались от точно таких же, но темно-коричневых или черных.

Однако это вовсе не означает, что теперь на все темное, красное или фиолетовое следует наложить табу. Просто учтите влияние этих цветов, выбирая детские наряды, и не покупайте для повседневной носки бордовые колготки, красные рубашки или лиловые платья - малышам в этой одежде предстоит провести в детском саду весь день!

Сколько конфликтов удалось бы избежать, если бы со стен в комнате, где обитает ребенок, с самого нежного возраста на него не смотрели "веселенькие детские рисунки" на белом, как правило, фоне. Статичные фигурки заек, мишек и корабликов очень быстро начинают "мозолить глаза" малышу. Только он, к сожалению, пока не в силах разобраться, что его раздражает, а тем более поведать вам об этом. Куда полезнее для его глаз и нервной системы однотонный спокойный колер: розовый, голубой, салатный, бледно-желтый. По возможности цвет ежегодно или раз в два года заменяйте на новый. Выручат недорогие обои, которые неоднократно можно покрывать краской.

И еще один любопытный вывод сделали психологи. Если при дневном свете малыш будет рисовать или учиться писать на белой бумаге, а вечером при свете лампы - на нежно-салатной, он весьма продвинется в этих начинаниях. Такое распределение цветов при письме и рисовании способствует лучшему запоминанию и меньше всего утомляет.

Как показали специальные исследования, функциональное состояние нервной системы малышей гораздо лучше, если они одеты в голубое и зеленое.

"Кислотные" цвета - пронзительные салатный, розовый и голубой маленьким детям абсолютно противопоказаны!

Цветопсихологи рекомендуют в помещениях для малышей использовать гамму цветов от желтовато-зеленого через желтый до бледно-оранжевого. Светло-синий и светло-зеленый цвета подходят для детских комнат, выходящих окнами на юг, - эти цвета создают ощущение прохлады. Покупая мебель для малыша, особенно стол, выбирайте светлый натурального дерева или салатного цвета.

Все мы с детства хорошо помним одну истину - каждый охотник желает знать, где сидит фазан. В свое время она помогала нам рисовать радугу. Позже мы узнали, что **красный, оранжевый, желтый, зеленый, синий, голубой и фиолетовый** – это не просто цвета радуги, а семь основных цветов спектра солнечного света. Эту великолепную семерку открыл английский ученый Исаак Ньютон.

Каждый цвет имеет свою специфику восприятия, эмоциональную характеристику и даже воздействие на организм человека. Вот, например:

**Красный цвет – самый сильный.** Как показывают исследования, именно ему отдают предпочтение дети. Это у нас красный цвет может ассоциироваться с вызовом, даже агрессией, а для ребенка это цвет активности, уверенности, праздника.

Однако не стоит перебарщивать и окружать ребенка красным цветом со всех сторон. В больших дозах он способен утомить любого.

Другое дело – **оранжевый цвет.** Он тоже теплый и стимулирующий, но менее напористый.

**Оранжевый цвет** можно назвать цветом хорошего настроения. Он самый веселый. Помните песенку, в которой оранжевое море, оранжевая мама и вообще все-все вокруг оранжевое? **Оранжевый – открытый, дружелюбный, эмоциональный.** Пастельные оттенки оранжевого снимают напряжение.

**Желтый** – цвет солнца, а значит тепла и оптимизма. Желтый цвет предпочитают мечтательные натуры, фантазеры и сказочники, а также люди очень отзывчивые. Он благотворно влияет на концентрацию внимания и память.

**Зеленый** – цвет юности, роста, новизны. Зеленый успокаивает, расслабляет и благотворно влияет на зрение. Его часто предпочитают уравновешенные, но настойчивые, целеустремленные люди.

**Голубой** – цвет неба, полета, мечты. Оказывает умиротворяющее воздействие. Среди взрослых пользуется особым уважением. Часто используется в интерьерах и одежде, как свежий, гармоничный и расслабляющий.

**Синий цвет** – цвет постоянства, доверия, истины и глубины. Успокаивает и умиротворяет. Олицетворяет собой покой, гармонию, новизну.

**Фиолетовый** – цвет сложный, насыщенный, мистический. По сути, охлажденный красный, от этого в нем присутствует нотка печали.

Ребенок воспринимает цвет буквально и четче. Он формирует отношение к цвету, опираясь на личные ощущения, точнее говоря, физиологические факторы.

Помните, как в детстве трава была зеленее, а небо ярче? Почему так? Этому можно найти разные объяснения.

Однако факт остается фактом: дети очень живо реагируют на цвета. Так живо, как большинству взрослых уже не дано.

Детям нравятся яркие игрушки, одежда, еда. Они уделяют цвету большое внимание и все это неспроста.

Существует мнение, что дети подпитываются цветами, как настоящими витаминами. Это взрослые, уставшие от суеты рабочих будней и больших скоплений народа, тяготеют к цветам мягким, пастельным, приглушенным.

Детям подавай яркость и контраст! И выбирая цветовую гамму детской одежды, игрушек, предметов интерьера для детской комнаты стоит помнить об этом.

Позвольте своему ребенку самому выбрать, те цвета, которые ему по душе.