

# ЦВЕТОТЕРАПИЯ.

С самого рождения нас окружает множество различных цветов и оттенков. К трем месяцам ребенок больше внимания обращает на красные цвета. К шести месяцам – на желтые, затем на зеленые и позднее – на синие.

С давних времен известно воздействие цвета на организм человека. Цвет влияет на физиологические системы, активизируя или подавляя их деятельность, цвет создает то или иное настроение, внушает определенные чувства и мысли, благодаря цвету достигается лечебный эффект. Влияние цвета на нашу жизнь трудно переоценить.

Изучив литературу по цветотерапии, мы выделили те цвета, которые благоприятно влияют на мыслительную деятельность и развитие творческих способностей.

**Красный** – повышает поисковую активность, любознательность, вызывает преобладание эмоций интереса, любопытства.

**Желтый** – благотворно влияет на творческую деятельность. Помогает легче воспринимать новые идеи и принимать различные точки зрения. Он способствует лучшей самоорганизации и концентрации мысли. Повышает познавательный интерес у детей.

**Голубой** – связан с интеллектом и умением умиротворять с помощью слов. Честность и искренность также связаны с голубым светом. С помощью голубого можно отрешиться от внешнего мира и, оставшись наедине со своими мыслями, созерцать и спокойно размышлять. При занятиях медитативными практиками полезно зажигать голубую свечу или голубую лампу – это способствует креативности.

**Зеленый** – цвет концентрации, точного контроля, способности к анализу, логики и ясной памяти.

**Оранжевый** – способствует мыслительному процессу, как желтый цвет. Так же как стакан апельсинового сока, тонизирует и заряжает энергией на весь день. Повышает творческий потенциал.

**Фиолетовый** – это цвет вдохновения, который свойственен целителям и творческим личностям. Он поможет научиться принимать все происходящее со спокойным сердцем, успокоить душу и напитать ее энергией вдохновения. Фиолетовый объединяет тело и мышление, материальные потребности с потребностями души. Из людей с преобладанием фиолетового цвета в ауре получают умелые целители, а если они занимаются творчеством, то их произведения отличаются естественностью и языком, который понятен каждому.

Воздействие цвета на ребенка осуществляется через зрительное восприятие, кожные рецепторы и создаваемые воображением образы цвета.

Для этого можно использовать разнообразные материалы: цветные крышки из-под пластиковых бутылок, цветные ленточки, цветные деревянные брусочки, цветные пластиковые геометрические фигуры, платочки, нитки, палочки, однотонные куски ткани, вырезанные из картона различные цветные предметы (лепестки, домики, вагончики, звезды и т.п.), цветные шары, цветное тесто, цветные карандаши и краски, и др.