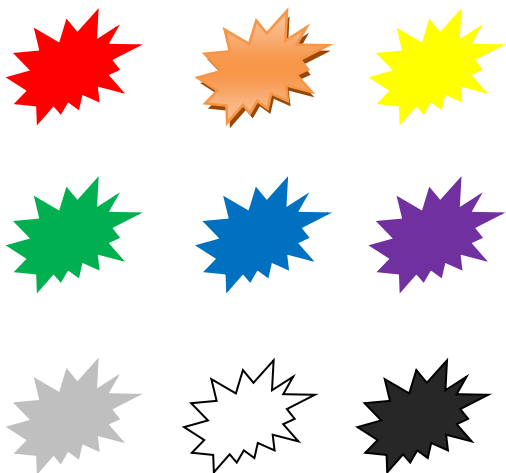


ДОРОГОЙ ДРУГ !

Выбери из предложенных цветов тот, который нравится тебе больше всего.

РЕШАЙ БЫСТРО !

Верным будет первый пришедший в голову ответ...



**Социально - психологическая служба
МБОУ ЦО № 31**

**педагог-психолог
Гацалова Алла Владимировна
Обухова Мария Юрьевна
Левачева Светлана Сергеевна**

**социальный педагог
Молоткова Татьяна Юрьевна**



**Информация предоставлена
Социальным педагогом
Молотковой Т.Ю.**

**Какого цвета твоё
НАСТРОЕНИЕ ?**



Понимание своего настроения важно не только для успешного планирования деятельности, но и для эффективного общения с людьми.



ТУЛА, 2020 год

" Радостные цвета "

Красный, оранжевый, желтый – все оттенки огня вызывают положительные эмоции.

Красный цвет символизирует огонь, жизнь, энергию, борьбу, страсть.

Человек, выбравший красный цвет полон жизненных сил и энергии, решителен и уверен в себе. Своей энергией вдохновляет всех, кто находится рядом, однако, этот цвет – агрессивный, доминирующий. Именно поэтому выбирающий его человек рискует оказаться в постоянном эмоциональном напряжении. Кроме того, сильно давит на близких людей своим напором.

Оранжевый цвет поднимает настроение и самооценку. Символизирует движение, радость, чувственность, жизнерадостность, общительность.

Оранжевый выбирают те, у кого веселое, радостное настроение. Своим «оранжевым настроением» человек притягивает к себе окружающих, и является «душой компании». Но если выбор оранжевого цвета – это система, то человеку не хватает серьезности и сосредоточенности.

Желтый цвет ассоциируется с интеллектом, способен положительно влиять на познавательную деятельность (известно, что он улучшает память), помогает принимать решения, генерировать новые идеи. Желтый считается самым «счастливым» цветом, олицетворяющим тепло и радость.

Человек, выбравший желтый цвет открыт к получению новых знаний, общителен, спокоен, рационален и любознателен. В таком настроении можно решать сложные задачи, однако это может привести к перенасыщению информацией, а следовательно, переутомлению. Будьте осторожнее!

" Спокойные оттенки "

Синий, зеленый и фиолетовый цвета ассоциируются с покоем и безмятежностью.

Зеленый цвет успокаивает и расслабляет, создает ощущение безопасности. Он символизирует жизнь, веру, гармонию, естественность.

Выбор зеленого цвета говорит о противоречии между внутренними ощущениями и их внешними проявлениями. Со стороны человек выглядит спокойным и невозмутимым, однако, глубоко внутри него кипит насыщенная жизнь, возможно переоценка ценностей, анализ событий, постановка выводов.

Синий цвет – успокаивает, способствует расслаблению. Практически все оттенки синего вызывают положительные эмоции, символизируют чистоту, искренность.

В отличие от зеленого, синий символизирует гармонию, баланс между внутренними переживаниями и их проявлениями. У человека, выбравшего синий – спокойное, умиротворенное настроение. Он расслаблен и погружен в себя, пребывает в гармонии с миром. Это настроение можно назвать счастливым и романтическим.

Фиолетовый цвет способствует вдохновению, символизирует мудрость, духовность, артистизм.

Выбор фиолетового цвета указывает на довольно противоречивое настроение. Вы чувствительны, ранимы, склонны к мечтам и фантазиям. Кроме того, «фиолетовое» настроение способствует обострению интуиции, поэтому, даже не имея возможности объяснить что – то логически, человек может на чувственном уровне определить верное направление своей деятельности. «Фиолетовое» настроение способствует творческому подъему.

" Беспокойные оттенки "

Этим цветам не хватает тепла, поэтому они воспринимаются как отстраненные, торжественные, тревожные.

Белый содержит в себе все цвета спектра и считается нейтральным, он ассоциируется с чистотой и невинностью. Символизирует покой, безмятежность, отрешенность, одиночество.

Выбор белого говорит о том, что ты устала от каких – то событий твоей жизни. Возможно, переживание ссоры, сильного стресса. Человек будто стоит на перепутье, однако есть все возможности для выбора продолжения дороги или возможности выбора нового направления.

Серый цвет считается беспристрастным, торжественным, тревожным. Зачастую он воспринимается как унылый, незаметный и отстраненный. Символизирует

стабильность, скуку, тоску. Выбор серого может означать тревожное, и беспокойное настроение. Хочется «спрятаться» от всех. Возможно, это просто усталость от прошлых событий, а может быть волнение перед предстоящими событиями.

Черный обладает амбивалентными свойствами: с одной стороны, создает ощущение защищенности и стабильности, с другой – препятствует принятию решений. Символизирует покой, печаль, подавленность, смерть.

Предпочтение черного цвета указывает на напряженное настроение. Возможно, человек переживает стресс или депрессию, даже утрату. Создается ощущение ненужности, одиночества. В данной ситуации нужно это состояние пережить, успокоиться, расслабиться и разобраться во всем происходящем.

ОДНАКО, ВСЕ ИНДИВИДУАЛЬНО! БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

