

Сейсембекова М.С.

ТҮСТЕР ҮЙЛЕСІМДІГІНІҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ӘСЕРІ

Сейсембекова М.С.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ЦВЕТА

M.S. Seisembekova

THE PSYCHOLOGICAL IMPACT OF COLOR

УДК:345.321

Бұл мақалада автор бейнелеу өнерінде түстердің адам психологиясына әсері туралы қысқаша баяндаған.

Негизгі сөздер: мода, дизайн, түс, психология.

В этой статье автор кратко доложил о психологическом впечатлении цвета.

Ключевые слова: мода, дизайн, цвет, психология.

In this article an author briefly reported about the psychological impression of color.

Key words: fashion, design, color, psychology.

Күнделікті өмірде біз аса мән бере бермейтін «түстердің» адам психологиясына айтарлықтай ықпалы бар екендігін бүгінде дүниежүзілік ғалымдар дәлелдеп шықты. Сіздің таңдаған түсіңіз айналаңыздағыларға сіз туралы көп мәліметті беріп тұрады.

Көптеген авторлар адамзаттың мәдени салт-дәстүрде дамуының ұзақ тарихы ішінде жекелеген түстер мен белгілі бір символды мағыналар арасында түсіне алмайтын сәйкестіктер пайда болды деп ұйғарады. Адам қандай да болмасын бір түсті кезіктірген жағдайда физиологиялық сезімді сол мәдени дәстүрде бекітілген символикалық мағынамен спонтанды байланыстыра бастайды [4]. Алайда бұл тұжырымдаманың дәлелдігіне әртүрлі мәдени әдеп-ғұрыптарда бірдей түстермен байланысты түрлі символдық айырмашылықтардың болуы фактісі күмән келтіреді. Әрине, культуралды конструктардың түсті қабылдауға әсері, егер психикада терең тамыр жайған әлеуметтік конвенциялар және қандай да бір этнопсихологиялық ерекшеліктер түстің «физиологиялық» мағынасына жатқызылғанда орын алады. Мысалы, коммунистік мемлекеттер түстің қызыл гаммасының басым қысымында болған, ал фундаменталды ислам елдері жасыл түсті артық көретіні атап өтілген. Алайда түстің психологиялық әсер ету процесінің мағынасын ашуға бұл гипотезаның әсері жоқ. Символикалық мағыналардың пайда болуы туралы мәселе ашық қалып отыр. Олар «әлеуметтік келісім-шарттың» негізінде пайда бола алмаған, себебі түстің «ұғыну» мен «белгілеу» процесінің фундаменті болып қандай да болмасын түстің тербелістері мен түсініп болмайтын психикалық динамикасы арасындағы терең байланыс болып табылады.

Мәселен, жасыңызды, мәдениет деңгейіңізді, біліміңізді, ерекшеліктеріңізді, мінезіңізді сіз жиі қолданатын түске қарап – ақ байқауға болады. Сон-

дықтан да, төменде ұсынылған түстер психологиясын оқи отырып, жақындарыңыз туралы мәлімет алуға немесе айналаңыздағы адамдардың сізге деген оң пікірін тудыра отырып, өз стильіңізді, бедел-бейнеңізді қалыптастыруға мүмкіндігіңіз бар.

Көк түс – жан тыныштығын, молшылықты, татулықты білдіреді. Ол адамдар мен қоғамды байланыстыратын негізгі дәнекер іспетті, бірлік, көпшілдік сезімнің, сенімнің түсі. Сондай – ақ, көк түсті ұнататындар өкпелегіш, сары уайымға салынғыш болып келеді. Әсіресе, көк түсті молшылықтың нышаны болғандықтан семіз келген адамдар ұнатады.

Көк түсті таңдағандар – тыныш ортаны, маза-сыздық пен сотқарлықтан, келіспеушіліктен алыс болуды қалайтындар. Олар бір-біріне деген сенімді қалайды және өзгелердің деоларға сенуіне әбден болады.

Сары түс – жеңілдік пен қуанышты, сабырсыздықты, нұр сәулені білдіреді. Қуаныштың, күн шапағатының нышаны. Сары түс адамды болашаққа бағыттайды, жаңалыққа алпындырады, заманауилыққа, дамушылыққа құштар етеді. Бұл түсті таңдаған кез келген адам қиындықты тезірек жеңуге құлшынып, тезірек босап шығудың амалын іздеп тұрады. Өзгерісті жиі қалап тұрады, сары түске құмар адамға тұрақсыздық тән.

Қызыл түс адамның энергияға толы екенін көрсетеді. Өмірлік күшті, белсенділікті, нәтиже, сәттілікке қол жеткізу үшін барлық мүмкін болған талпынысты, бейімділікті, албырттықты, жеңіске деген жігерді, құлшынысты білдіреді. Бұл түсті таңдағандар – кез келген қиындыққа мойынсұнбайтын, күрескер, батыл адамдар.

Жасыл түс – еркіндікке деген жігерлікті, табандылықты, мақсаткерлікті, өзіншілдікті, «Мен» деп өзіне жоғары баға берушілікті білдіреді. Бұл түсті таңдағандар – өзінің құндылығына деген сенімді жоғарылатқысы келетіндер, айналасындағы адамдардан мақтаулар, жақсы пікірлер күтетін адамдар. Сондай-ақ, бұл түс тәкаппарлықтың нышаны.

Күлгін түс – адамның тілегені мен қиялындағысы ақиқатқа айналады деген үміттің нышаны. Асыл арман мен көркем қиялдың түсі. Бұл түсті таңдағандар тек өзгелерді таң қалдырғаны немесе сүйсіндіргісі келмейді, өзін де таң қалдырғандығын қалайды. Сондай – ақ, бұл түсті мектеп оқушылары, аяғы ауыр әйелдер таңдап жағады. Оларға әлем

сиқырлы, бар нәрсеге қол жеткізуге болатындай болып көрінеді.

Сұр түс – еркіндіктің нышаны. Бұлтүсті таңдағандар – белгілі бір жүктелетін міндеттен ада болғысы келеді. Ештеңеге араласқысы келмейді, көпшілік ортаны ұнатпайды. Ортада оның бары, жоғы байқала бермейді. Адамдар оларды тез жалықтырғыш, іш пыстыратын жаратылыс ретінде қабылдайды.

Қара түс – абсолютті шекара, өмірдің тоқтайтындығының белгісі. Ол ғайып болу, өлім ойын көрсетеді. Қара түс – соңы, енді ештеңе болмайтындықтың нышаны. Десе де, қара түсті таңдаған адам тағдыр ағысына қарсы тұра алады.

Ақ – қайырымдылық пен пәктіктің түсі. Әлемнің көптеген елдерінде қалыңдық ақ киім киеді, сондай-ақ кейбір салт-дәстүрлерде ақ түсті жерлеу рәсімдерінде пайдаланады. Ақ маргаритка – бұл өзара махаббат белгісі. Ақ дүйсенбі түсі болып келеді. Қара – ең сиқырлы түс. Батыс елдерінің дәстүрлеріне сай қара өлім символы болып есептеледі. Алайда, көптеген халықтарда (мысалы, Солтүстік Америка үндістерінде) қара – бұл жақсы түс, себебі ол құнарлы топырақты және жерді еске түсіреді. Қара – сенбі түсі. Қара – бұл түс емес, қара – бұл түстің жоқтығы. Әдетте, адамдар қарама-қарсылықты айтқанда олар ақ пен қара туралы айтады. Егер ақ түс бәрін анық кылса, қара түс керісінше жасырады деп ұғынылады. Қара – мағына беруші түс. Көпшілік санасында, қара адамдардың мүмкіншілігі мен деңгейі жайлы сыр беретіндігі анықталған. Көк түс – жан тыныштығын, молшылықты, татулықты білдіреді. Ол адамдар мен қоғамды байланыстыратын негізгі дәнекер іспетті, бірлік, көпшілік сезімнің, сенімнің түсі. Адам болмысы жаратушы күшімен тығыз байланыста болғандықтан көк түсі алғашқы болмыс ретінде көп тілде көрініс тапқан. Мәселен, латынша: *materia* – болмыс, алғашқы зат, үнді еуропаша *madher* – көк (синий), ежелгі үнді тілінде *mati* – сана, ақыл (разум); славян тілінде *matъ* – ана; неміс тілінде *mutter* – мать; түрікше *matî* – көк. Сары түс – жеңілдік пен қуанышты, сабырсыздықты, нұр сәулені білдіреді. Қуаныштың, күн шапағатының нышаны. Сары түс адамды болашаққа бағыттайды, жаңалыққа талпындырады, заманауилыққа, дамушылыққа құштар етеді. Сары түсті Гете «ашық түстердің ішіндегі ең мықтысы» деген екен. Сары түс адам бойын сергітеді, көңілдендіреді деп көрсетеді. Әрине бұл, қазақы таным-түсінікке жат нәрсе. Ғаламның тілдік бейнесіне байланысты орыс халқында сары түсі «ашықтық пен жақсы көңіл-күйді» ассоциацияласа, қазақы ұғымда сары түс жағымды мағынада да, жағымсыз мағынада да қолданылады. Көбіне қазақы ұғымда сары түсі «уайым мен қайғыны», «мұң-шер мен ауруды» ассоциациялаған.

Психологияда: «Бұл түсті таңдаған кез-келген адам қиындықты тезірек женуге құлшынып, тезірек

босап шығудың амалын іздеп тұрады. Қызыл – түстердің ішіндегі ең жылы түс. Бұл түсті сөзшен адамдар таңдайды, және еркектердің көпшілігіне ұнайды. Екінші жағынан қызыл түс күш пен қызбалықтың белгісі. Қытайда қызыл түс байлық пен дамудың белгісі ретінде ассоциацияланады. Бұдан бөлек қызыл түс азия елдерінде қызбен байланыстырылады. Бұған дәлел, қазақы танымда: «қыздың көзі – қызылда» десе, қытайда: *hong yan bo ming*, *hong yan* (сөзбе-сөз: қызыл реңк, 'әйелдің нұрлы жүзі' *bo ming*: соры ашылмаған) «арудың маңдайы тайқы» т.б. Жасыл түс – еркіндікке деген жігерлікті, табандылықты, мақсаткерлікті, өзімшілдікті, «мен» деп өзіне жоғары баға берушілікті білдіреді.

Жасыл – Америка мәдениетінде ақшаны ассоциациялайды. Жасыл түсі көп елдерде жастық пен жаңа шыққан көк, өсімдік бейнесімен ассоциацияланады. Мәселен, қазақы танымға сай жасыл мен көк түсі бір-бірінің орынына қолданыла берген. Соған сай жасыл шықты – көктеді, жасыл түсті – көк түсті (Көк түскен жер тақырды. Қыз Жібек); ал, әзірбайжан тілінде йаш деген сөз «дымқыл», «сулы», «көк» деп беріледі түсіндірме сөздікте.

Славян халқының танымында жасыл түсі «зелёный» – өмір мен жастықшақ, белсенділікпен ассоциацияланады екен. Психологияда, бұл түсті таңдағандар – өзінің құндылығына деген сенімді жоғарылатқысы келетіндер, айналасындағы адамдардан мақтаулар, жақсы пікірлер күтетін адамдар деп ұғынылады.

Қоңыр түс – топырақтың және ағаш тактаның реңі. Төзімділік және сенімділік береді. Қоңыр, сондай-ақ, жердің түсі. Жер халықтың тіршілік орны. Осымен байланысты қазақ елінің танымында ерекше жағымды мәнде ассоциацияланады. Жалпылай алғанда қоңыр түсі, ежелден Азиялық көшпелі халықтардың болмысына тән түс болғандықтан, бұл түсті тау-тас, құм мен дала, қой төлі мен шопан бала, самал жел, кеш, үй т.б секілді ұғымдармен ассоциацияланады. Түрлі-түсті киімдердің адамның өзіне, басқа адамдарға қандай әсері бар? Кез келген психолог, адамның қандай түс таңдағанына байланысты ол жайлы көптеген мәліметтер айта алады. Ал өзіміз қандай да бір түсті киім таңдап, көңіл-күйімізге, шешім шығару мен келіссөздің сәтті қабылдануына әсер ете аламыз ба?

1. Күлгін түс – егер сіз біреумен келісім шарт жасаспақ оймен кездесуге бармақ болсаңыз, күлгін түсті таңдаңыз. Психологтардың айтуынша, бұл түс адамға жақсы әсер етеді. Сонымен қатар, өміріңіздегі қиын-қыстау кезеңдерде, басыңыз жиі ауырғанда, ұйқысыздық орын алғанда сабырлы болуға көмектеседі. Ал шығармашылық адамдарға қиял әлеміне шомып, фантазиялар мен бейнелердің дүниеге келуіне ықпал етеді. Бірақ әр нәрсенің жақсы мен жаманы бар сияқты, күлгін қара түсті шамадан тыс көп пайдалану күйзеліске ұшыратып, жалғыздық сезімін еселендіре түспек. Әсіресе,

интерьерде күлгін түсті көп пайдаланудың қажеті жоқ. Оның орнына сарғыш күлгінге таңдау жасаңыз.

2. Алқызыл түс – биязылық пен жылылық түсі. Бұл түс позитивті ойлау мен жақсылыққа ұмтылуға шақырады. Әңгімелесушілер арасындағы ұяндықты жояды. Кейбір кезде тіпті шаттық сезімге бөлейді. Өмірді позитивті қабылдау негізі балалық шақпен байланыста жатыр. Интерьерде қолданылған алқызыл түс тыныштандыратын қасиетке ие. Кері әсері: бұл түс біздің назарымызды босаңсытып, өмірге шынайы көзқараспен қарауға кедергі келтіреді. Шешім қабылдаудан қашуға итермелейді. Алқызыл түстің көптігі физикалық әлсіздікке душар етеді және де алқызыл түсті тәттілер дәмдірек деген пікір қалыптастырады.

3. Қоңыр түс – бұл түс қиыншылықты жеңуге көмектеседі. Мінездегі тұрақтылық, еркіндік пен сабырлықтың көрінісі іспеттес. Қарым-қатынас жосығы мен тұрақтылығын ойлайтын адам көбіне осы түсті таңдайды. Кері әсері: жабырқау сезімін ушықтырады. Өзгелерден энергия іздеуге мәжбүрлейді. Екінші пландағы адам болуға итермелейді.

4. Қызыл түс – егер қоғамның назары сізде, ал пікір сіз жайлы болғанын іштей қаласаңыз, онда бейсаналы түре осы қызыл түсті таңдайсыз. Толыққанды сезімді қалайсыз. Белсенділік пен өмірге құштарлықты арттырады. Көшбасшылыққа ұмытталдырады. Өз құқығыңыздың тапталмауына барыңызды саласыз. Кері әсері: Басқыншылық сезімі мен қозу, есенгіреу мен ашушандыққа әкеп соғады. Тым көп қызыл түс адамды нәпсіқұмарлыққа итермелейді, жолына бөгет болғандарды қиратып, қатігездік пен қырықтық сезімін өршітеді.

5. Жасыл түс – өз-өзін сыйлау, табандылық, тұрақтылық пен табиғилық түсі. Өз-өзімен шынайы адамның, тектіліктің белгісі. Жасыл түсті киімдерге құмар адамдар: әділетті, өзін өзі басқара алатын адамдар. Кері әсері: Зерігу, эгоизм мен қызғаныш тудырады. Сонымен қатар, кей кейде адамның өзіне сенімділігін бәсеңдетеді.

6. Көк түс – егер сіз өзіңіздің эстетикалық тәрбиенізді көрсеткіңіз келсе, көк түсті таңдаңыз. Бұл түс кездесуге барғанда өте ыңғайлы. Беріктік пен игіліктің, тұрақтылыққа ұмтылыстың белгісі. Бұл түс бір уақыт өмірдің мәнін іздеуге, өз ойларыңды ретке келтіруге итермелейді. Кері әсері: Ойларды ауырлатып, еркіндікті тыяды.

7. Ашық көк- физикалық және ділдік тұрғыда босаңсуға әсер етеді. Қауіпсіздік әсерін арттырады. Жаңашылдық түсі болып табылады. Балғындық түс болғандықтан ашық көк түсті киім киген ару өз жасынан жас көрінеді. Кері әсері: ашық көк түстің молдығы меланхолияға, енжарлыққа, безушілік пен тұйықтыққа әкеп соғуы мүмкін. Сонымен қатар, ұйқышылық, шаршау мен ашушандық шақырады.

8. Қызғылт сары – күйзеліске төтеп берер бірден бір түс. Көңіл-күйді көтеріп, зейін қоюды арттырады. Бұл маңызды бас қосулар мен әңгімелесу

кезінде пайдалы. Тез шешім қабылдауға септігін тигізеді. Кері әсері: Тез шешім қабылдаймын деп, қате шешім қабылдап қою ықтималдылығы жоғарылайды. Тым көп эмоциядан адамды шаршатуы мүмкін.

9. Сары түс – Ой әрекетіне жақсы әсер етеді. Шамалы әлдендіріп, интеллектуалды жұмыста көмектеседі. Жаңа идеялар мен адамдардың көзқарасын оң қабылдауға жәрдемдеседі. Оптимизм түсі. Шабыт пен рақымшылық сезімін арттырады. Кері әсері: Әлсіздік пайда болуы мүмкін. Сары түс мол кеңседе ұзақ отыру бас ауруын туғызуы мүмкін. Аса қанығу жүйке жүйесін жұқартып, агрессия мен мазасыздық тудырады.

10. Сұр түс – іскерлік пен бейтараптылық түсі. Ресми кездесулерде өте орынды. Адамның психологиялық болмысын тұрақтандырады. Іскерлік үйлесімге шақырады. Кері әсері: Сүренсіздік пен белгісіздік сезімін тудырады.

11. Қара түс – бұл түс бәрін өзінде жасыратын түс. Қызығушылықты арттырады. Өзіне баурап, көзді демалдырады. Элеганттылық сезімін арттырады. Кері әсері: Қара түстің аса көп мөлшерде пайдалану күйзеліске, енжарлыққа душар етуі мүмкін.

12. Ақ түс – шешім қабылданғанын, аяқталғанын, біткенін білдіретін түс. Еркіндікті сезінуге ықпал етеді. Кедергісіз өмірді сезіну, теңдік орнағандай сезім береді. Бұл түс барлық түстердегі игі қасиеттерді теңдей дәрежеде сезінуге көмектеседі. Егер сіз ақ түске құмар болсаңыз, сіз мейірімді, жағымды, жаңалыққа құмар білімпаз адамсыз. Кері әсері: Ақ түс адамда шарасыздық сезімін тудыруы мүмкін, қажетсіздік пен тығырыққа тірелу де бар.

Психологтардың тәжірибелеріне сәйкес түстік қатынаста қалыпты, гармониядағы орта өзіне тартады, шығармашылық атмосфера тудырады, сабырлық береді және адамның арасындағы қарым-қатынасты жақсартады. Түс адамның психоинтеллектуалдық жай-күйіне әсер етеді. Түстер адамның логикасына емес, сезімдеріне әсер етеді, толығырақ:

- психологиялық реакция тудырады: сапаны, көңіл-күйді, айқын өрсетеді; жылы немесе суық орта тудырады; жыл мезгілін білдіреді және т.б.;

- жақсы немесе жаман оптикалық тітіркендіргіштер физиологиялық салдарларға алып келеді;

- түйсінулерге мыналар «жанасады»:

- канағаттану, жағымды сыртқы бейне және т.б.;

- сезімдерді «шақырады»: ортаға және заттарға көлем береді. Арнайы зерттеулерге сәйкес, түс пен жарықтың 80% жүйке жүйесіне, ал тек 20% көзге жұмсалады.

Түстердің адам қабылдауына немесе оның психикалық жай-күйіне әсерін швейцариялық психолог Макс Люшер көп зерттеген. Оның зерттеулеріне сәйкес, белгілі бір анықталған түс адамда анықталған эмоциялар тудырады. Мысалы, сары-қызыл тондар белсенділік, қозғыштық, алаңдау-

шылық сезімдерін тудырады. Көк, сұр түстік тондар, керісінше, демалдырады, сабырлық сезіміне алып келеді.

Сонымен, адамның өміріне оның психикалық және физикалық күйіне түстердің және оларды дұрыс үйлесімінің маңызы зор.. Түстер мен олардың реңдерін дұрыс үйлестіру арқылы адамның барлық іс-әрекетіне оң ықпал жасауға болады.

Литература:

1. Макс Люшер. Какого цвета ваша жизнь. Закон гармонии в нас. пр. ру / пер. с нем. Е.Назарян: научная ред. Е.Шикова. – М.: НИРО, 2003.
2. Практикум по психологии личности. СПб Питер 2003. Елисеев О. П.
3. Собчик Людмила Никонова. Модификация восьмицветного теста Люшера: практическое руководство/ гл. ред. И.Авидон.-Спб.: речь/2006.-
4. Анна Стармер. Цвет. Энциклопедия 2005-14-15 стр. (Советы по цветовому оформлению интерьера вашего дома).
5. Гуревич П.С. Приключения имиджа: типология телевизионного образа и парадоксы его восприятия. – М. 2001.
6. <http://massaget.kz/kyizdarga/psihologiya/13983>
7. http://www.perwoll.kz/kil_kteru/tster_zhaiynda/

Рецензент: к.пед.н., доцент Жолдасова Б.