

Метод цветowych выборов

Собчик Л.Н.

Метод цветowych выборов представляет собой адаптированный вариант цветowego теста Люшера*. Разработчик оригинального варианта теста — Макс Люшер, врач и социолог, доцент кафедры психотерапии швейцарского антропологического института в Базеле. Его восьмицветовой тест — методика чрезвычайно интересная, отличающаяся от большинства психодиагностических методик стимульным материалом, который воздействует как мощный аккорд одновременно на разные стороны человеческой психики.

* I Lu.scher M. Die Farbwahl als psychosomatischer Test. Dtsch. Med. Journal 1961. № 11, v. 12.

Разработка теста базируется на чисто эмпирическом подходе и изначально связана с установкой на изучение эмоционального и физиологического состояния человека. В основе весьма эклектичной интерпретационной схемы автора — социально-историческая символика цветов, элементы психоаналитического и психосоматического подхода.

Первые же попытки применить тест на практике обнаружили весьма выраженную его эффективность. Это вызвало серьёзное желание понять феноменологию теста, соотнести результаты обследования с концептуальным подходом к пониманию термина «личность» в теории ведущих тенденций, а также использовать тест для изучения психологических особенностей и актуального состояния детей. Для этого изучали данные восьмицветowego теста Люшера параллельно с системным психодиагностическим исследованием репрезентативной группы лиц, разных по возрасту, по уровню полученного образования и по профессиональной ориентации. Подробно результаты апробации и адаптации методики приведены в практическом руководстве*. В этой книге помимо подробного описания метода приводятся результаты многолетнего изучения восьмицветowego теста в сравнительном анализе с теоретически обоснованной моделью психодиагностического исследования целостного конструкта личности.

* Собчик Л.Н. Модифицированный восьмицветовой тест Люшера. Практическое руководство. СПб., 2001, 2002.

Опыт изучения восьмицветowego теста Люшера в отечественных условиях не только подтвердил его эффективность, но и позволил осмыслить феноменологию этого метода в контексте современного научного мировоззрения. Преимущество теста Люшера перед многими другими личностными тестами заключается в том, что он лишён культурно-этнических основ и не провоцирует (в отличие от большинства других, особенно вербальных тестов) реакций защитного характера. Методику можно применять при обследовании лиц любого возраста, в том числе и для изучения особенностей детской психики, начиная чуть ли не со дня рождения ребёнка. Методика выявляет не столько осознанное, субъективное отношение испытуемого к цветowym эталонам, сколько его неосознанные реакции, что позволяет считать метод глубинным, проективным.

Механизм воздействия разных цветов на человеческую психику

Г.Е. Бреслав* считает, что мы ошибаемся, когда рассматриваем цвет как свойство материала. Он утверждает, что в природе цвета нет, что цвет — «одна из особенностей восприятия человека: наш глаз по-разному ощущает потоки света с разными физическими характеристиками. Большинство наблюдаемых нами предметов сами не испускают световые лучи, а видны потому, что падающий на них свет рассеивается и попадает в наши глаза. Цвет — это ощущение, возникающее в мозгу человека как реакция на свет определённой длины волны, по-

павший в сетчатку его глаза».

* Бреслав Г.Е. Цветопсихология и цветолечение. СПб., 2000.

П.В. Яньшин* утверждает, что цвета взаимодействуют не только со зрением, но и со всем организмом человека, что «цвет несёт в себе нечто, ставящее его в совершенно особенные отношения с человеческой душевной организацией». Понять это «нечто» невероятно трудно, с чем нельзя не согласиться.

* Яньшин П.В. Эмоциональный цвет. Самара: СамГПУ, 1996.

В работах, направленных на исследование семантического поля цветовых предпочтений (Ч.Е. Осгуд, Л. Сивик, О.В. Сафуанова), изучался в основном вербальный аспект цветовых ассоциаций и транскультуральные особенности цветовосприятия. Мы же понимаем цветовое видение как процесс восприятия каждого конкретного цвета и через призму опосредующего субъективного опыта, и через неосознаваемые, чисто физиологические реакции «старого мозга», то есть диэнцефальной области, которая является дирижёром в сложном оркестре автономных систем организма и имеет индивидуальные различия в зависимости от генетически заложенных индивидуальных особенностей (темперамента человека).

Основной вывод, который можно сделать из проведённого исследования, — это то, что выбор цветового ряда зависит как от набора устойчивых (базисных) личностных характеристик, так и от актуального состояния, обусловленного конкретной ситуацией. Данные тестирования с помощью теста Люшера оказались сопоставимыми с индивидуально-типологическим подходом, который согласуется с концепцией целостного многоуровневого понимания личности в рамках теории ведущих тенденций*.

* Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. М.: ИПИ, 1997, 2001.

Общая характеристика методики

Изучение восьмицветового теста с этих методологических позиций значительно расширило рамки применения методики и позволило приблизить её к нуждам и интересам школьного психолога. Методика подкупает лаконичностью и простотой, способностью выявлять наиболее непосредственные, неподвластные сознанию индивидуально-личностные свойства. Естественно, в сочетании с другими методиками (например, с индивидуально-типологическим детским опросником ИТДО*) надёжность полученных данных повышается, хотя такого рода комплексное обследование занимает всего 10–15 минут. Компьютерный вариант, предусматривающий как прямой диалог с компьютером, так и ввод полученных при обследовании данных вручную, ещё в большей мере облегчает работу школьного психолога, выдавая на выходе готовую интерпретацию и рекомендации по выбору профессии и мер психологической коррекции.

6 Собчик Л.Н. Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений. Практическое руководство. СПб.: ечь, 2002.

Процедура обследования

Ребёнку предлагается выбрать из разложенных перед ним цветовых таблиц самый приятный цвет, сообразуясь с тем, насколько этот цвет предпочитаем в сравнении с другими при данном выборе и в данный момент. Раскладывая перед обследуемым цветовые эталоны, следует использовать индифферентный фон. Освещение должно быть равномерным, достаточно ярким (лучше проводить исследование при дневном освещении). Расстояние между цветовыми

таблицами должно быть не менее 2 см. Выбранный эталон убирается со стола или переворачивается лицом вниз.

Психолог записывает номер каждого выбранного цветового эталона. Запись идёт слева направо. Номера, присвоенные цветовым эталонам, таковы:

тёмно-синий — 1,
сине-зелёный — 2,
оранжево-красный — 3,
жёлтый — 4,
фиолетовый — 5,
коричневый — 6,
чёрный — 7,
серый — 0.

Каждый раз надо предложить детям выбрать наиболее приятный цвет из оставшихся, пока все цвета не будут отобраны.

Через 2–5 минут, предварительно перемешав цветовые таблицы, снова разложите их в другом порядке и полностью повторите процедуру выбора, сказав при этом, что каждый может выбирать те цвета, которые ему нравятся.

М. Люшер допускает интерпретацию данных тестирования и на основании однократного выбора. Но когда речь идёт о детях, нельзя не учитывать, что психика ребёнка ещё крайне неустойчива, эмоциональная сфера чрезвычайно лабильна. В обследовании они видят игровой компонент, интуитивно хотят понять, чего от них ожидают. Их реакции могут быть подражательными. Вместо того выбора, который шёл бы «от сердца», они могут придумать такую игру, в которой отражается не отношение к цветам, а выдуманные правила игры. Так, один мальчик, проследив за работой психологов, подошёл и сказал: «Я знаю, как надо выбирать цвета», и разложил их по порядку: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 0. Поэтому процедура обследования должна быть весьма продуманной.

Если ребёнок делает каждый раз другой выбор, ничем не похожий на предыдущий, то, скорее всего, он просто морочит психологу голову. Тогда надо объяснить ребёнку, что это серьёзное обследование, пообещать ему что-нибудь интересное для него. После повторных выборов, записав последний, перепутать карточки и разложить их в том порядке, как ребёнок выбрал их в последний раз. Затем спросить, хочет ли он что-либо изменить или готов остановиться на этом выборе.

Цвета разделяются на основные (1 — тёмно-синий, 2 — сине-зелёный, 3 — оранжево-красный и 4 — светло-жёлтый) и дополнительные, среди которых 7 (чёрный) и 0 (серый) — ароматические, а 5 (фиолетовый) и 6 (коричневый) — смешанные.

В норме и при полной уравновешенности яркие цветовые эталоны должны находиться на первых позициях. Дополнительным цветам отводится роль разделяющих или разбавляющих. Подробная обработка цветовых выборов с выделением функциональных пар и подсказки по их интерпретации приводятся в практическом руководстве, упомянутом ранее.

Общие ориентиры

Однако есть весьма важные общие ориентиры, на которых можно строить изучение ведущих индивидуально-типологических тенденций и выявлять степень адаптированности (или дезадаптации) обследуемого ребёнка. При этом следует учитывать тот факт, что мы имеем дело с ещё не сложившейся, незрелой личностью. Поэтому для выявления более или менее устойчивых индивидуально-типологических черт следует проводить повторные, лонг-итюдные исследования. При этом нужно обязательно иметь в виду конкретную ситуацию, которая в значительной степени сказывается на цветовых выборах ребёнка.

Изучение разных по индивидуально-личностным особенностям детей, относимых к психической норме, убедительно показало значение цвета в определении ведущей, корневой ин-

дивидуально-психологической тенденции. Причём эта значимость тем выше, чем левее оказывается позиция того или иного основного цвета.

Таким образом, первые 4 выбора (позиции) цвета определяют личностные особенности как сочетание первоочередных (I позиция), вторичных (II позиция) и второстепенных (III и IV позиции) индивидуально-типологических свойств, однако с оговоркой: если этот выбор не случаен, если это — устойчивый, свойственный ребёнку на протяжении длительного периода выбор.

Для повышения надёжности результатов сама процедура обследования детей несколько трансформирована: если первый и второй выборы заметно отличаются, ребятам предлагают уточнить своё отношение к изменившимся позиции цветам в процессе их парного сравнения. Например, при двух выборах

12435607

24135607

дополнительная инструкция должна звучать так: «Какой из этих двух цветов ты предпочитаешь: синий или жёлтый? Зелёный или жёлтый? Жёлтый или красный? Зелёный или синий?» При этом пара 24 в данном выборе может оказаться случайной, если конечным выбором будут 2143 или 1234 на первых позициях, что встречается нередко.

Интерпретация цветовых предпочтений с позиций индивидуально-типологического подхода

Первый цветовой эталон, устойчиво занимающий в цветовом ряду первую позицию, свидетельствует о том, что ребёнок соответствует сензитивно-интровертному типу личности. Черты пассивности сочетаются с повышенной тревожностью, проявляется склонность к пессимистичности. Не уверенные в себе дети этого типа постоянно нуждаются в надёжной опоре и спокойствии: у них вырабатываются черты зависимости, крайней чувствительности к воздействиям среды, тенденция к укреплению своей позиции за счёт привязанности и защиты со стороны других, а потребность в тёплых отношениях становится ведущей. Среди девочек этот тип реагирования встречается значимо чаще, чем среди мальчиков.

В поведенческом плане у детей этого типа обнаруживается конформность установок, избегание конфликта, стремление к устойчивому стереотипу жизни, страх перед трудностями, нерешительность в принятии решений, вдумчивость, способность к сопереживанию, пассивность в отношении актуальных проблем, повышенная склонность к рефлексии (самоанализу).

Эти качества усугубляются и проявляются тревожно-мнительными чертами при сочетании первого с нулевым эталоном на первых позициях. В этой ситуации интровертированность уже звучит как проблема трудности общения и проявляется избыточной нерешительностью, застенчивостью, ощущением непонятости, неприятия значимыми другими, эгоцентричной невротической сосредоточенностью на своих проблемах. Сочетание предпочитаемого первого эталона с седьмым свидетельствует об эмоциональной (одновременно с вегетативной) неустойчивости, контрастных проявлениях ранимости с агрессивностью, обидчивости и раздражительности. Здесь выявляется проблема подавленной агрессии, что в целом свойственно детям с психосоматической предрасположенностью и вегетососудистым дисбалансом.

Сочетание предпочитаемого первого эталона с другими яркими цветами придаёт эмоциональному паттерну определённые оттенки, усложняющие его меланхолическую основу.

Сочетание 12 выявляет несколько «смягчённых» благодаря синему цвету атрибуты зелёного цвета. Умеренно выраженный (неакцентуированный) характер этого типа содержит в себе наряду со сдержанностью, постоянством в привязанностях и глубиной переживаний оборонительные черты, стремление к точности, повышенное чувство аккуратности, практичность, склонность к систематизации опыта и накоплению негативных эмоциональных переживаний.

Сочетание 12 отражает потребность в самоуважении и уважении окружающих, сензитивность в отношении критических замечаний, стремление к упорному отстаиванию своих позиций социально поощряемыми или неагрессивными способами. Это же сочетание, смещённое с первых позиций ахроматическими таблицами и смешанными цветами, соответствует актуальности проблемы самоутверждения, задетого самолюбия и стремления к отстаиванию личностной позиции с оттенком уязвлённости.

Если же 12 находятся на III–IV позициях, а первые позиции заняты яркими цветами, то такой вариант может трактоваться как сочетание стенических и гипостенических тенденций у гармонично сбалансированной личности.

Присутствие второго цветового эталона на первых позициях отражает смешанный тип реагирования с преобладанием пассивно-оборонительных тенденций, если он сочетается с нулевым или первым эталоном и проявляется большей агрессивностью в сочетании с яркими цветами, придавая оборонительный характер позиции, при которой собственная агрессия оправдывается идущей извне угрозой и переживается личностью как вторичная, ситуативно обусловленная защитная реакция на агрессию окружающих.

Дети, постоянно выставляющие второй эталон на первые позиции, отличаются ригидностью установок, упорством и настойчивостью, склонностью к систематизации, способностями к точным наукам, тенденцией к опоре на накопленный опыт, повышенной чувствительностью к социальным критериям внешней оценки своей личности, отсюда — амбициозность, проблема собственного престижа, устойчивость привязанностей и интересов, чувство соперничества, соревновательность, аккуратность или даже педантизм. Подчинение для них неприятно, отсюда стремление к лидированию или, по крайней мере, к самостоятельности и социальному признанию. Этот тип реагирования значимо чаще встречается среди мальчиков.

Если второй эталон сочетается с нулевым, то можно говорить об усилении черт обособленности, о межличностном конфликте, трудностях общения, ощущении непонятости, неприятии окружающими, преувеличенной чувствительности к критике.

Иррациональный, дезадаптирующий аспект пятого эталона усугубляет подозрительность второго, и они в сочетании 52 или 25 на первых позициях выявляют тенденцию к систематизации субъективных, надуманных оценок по отношению к окружающим и сложившейся ситуации.

Расположение второго эталона на последних позициях цветового ряда свидетельствует о фрустрированной потребности в социальном самоутверждении, ущемлённом самолюбии, нереализованных притязаниях. Сочетание 23 или 32 на первых позициях усиливает характеристики второго эталона, тип реагирования характеризуется как более стеничный, позиция — как активно-оборонительная (23) или агрессивно-оборонительная (32) и отражает сплав свойств, присущих каждому из цветов в отдельности. Это сочетание представляется как столкновение сильных тенденций, создающих predisposition к взрывным реакциям.

Сочетание на первых позициях цветового выбора второго и четвёртого эталонов является ещё более конфликтным: характеристики ригидности противопоставлены эмоциональной неустойчивости; склонность к накоплению отрицательных эмоций сочетается с высокой спонтанностью, безудержностью эмоциональных реакций; тенденция к самоконтролю — с плохой контролируемостью; подозрительность — с демонстративностью; недоверчивость — с открытостью; аккуратность — с безалаберностью; оборонительная враждебность — с неразборчивой общительностью; осторожность — с беззаботностью. Если эти качества выражены умеренно, то это даёт в сумме нормальную сбалансированность гармоничной личности, в которой противоречиво направленные тенденции уравновешены и разумно дозируются соответственно конкретной ситуации. Но при избыточной выраженности каждой из этих тенденций характер приобретает черты заметной неустойчивости с резкими изменениями поведенческого паттерна, вспышками чрезмерных эмоциональных переживаний, склонностью к взрывным реакциям.

Если выбор первого эталона на первые позиции характерен для людей с сензитивной акцентуацией, то выбор второго в аналогичной позиции свойствен ригидным в нашей

классификации людям с эпилептоидными чертами характера, особенно если второй эталон сочетается с пятым или седьмым, а у ригидных интровертов — с нулевым.

Третий эталон в качестве предпочитаемого характерен для детей, у которых отмечается сильный, стенический тип реагирования, и выявляет потребность в активности, направленной на достижение цели, на овладение всем тем, что доставляет радость и наслаждение; в том числе это и высокая сексуально-эротическая направленность у подростков. Выбор этого эталона на первые позиции свойствен детям с выраженной самостоятельностью, независимым, авторитарным, быстро принимающим решения. Им свойственны высокая поисковая активность, любознательность, преобладание эмоций интереса, любопытства. Высказывания и поступки могут опережать их продуманность в силу спонтанности поведения, раскованности чувств. Это — стремление к самореализации, которое проявляется в аффективном поведении, если реализовать потребность в данный момент невозможно. У дисгармоничной личности это качество выливается в импульсивность, сниженный самоконтроль, агрессивные высказывания и поступки.

Возможность безудержного поведения с компульсивной агрессией возрастает, если третий эталон находится на одной из последних позиций (фрустрированность насущных, жизненно важных потребностей, невозможность самореализации), а седьмой эталон при этом находится на одной из первых позиций (иррациональные и безудержные протестные реакции).

Если сочетание со вторым и четвёртым предпочитаемыми цветами по-своему дополняет характеристики третьего цвета, выявляя смешанные варианты реагирования по ригидно-импульсивному и неустойчиво-импульсивному типу, то при сочетании 31 «сильные», возбудимые черты, свойственные третьему эталону, входят в противоречивое взаимодействие с характеристиками слабого тормозимого типа — пассивностью, сензитивностью, пессимистичностью, мягкостью, вдумчивостью, зависимостью, женственностью. Люшер выделяет этот вариант как идеально-гармоничный. Однако наш опыт показывает, что этот тип личности, хотя и выглядит внешне достаточно уравновешенным из-за выраженного самоконтроля, отличается выраженной внутренней напряжённостью.

Выбор, в котором на первых позициях находятся третий и нулевой эталоны, свойствен нарциссическому варианту личности; при этом эгоцентризм и жажда жизни сочетаются с холодно-дистантным отношением к окружающим. Сочетание 37 как на первых, так и на последних позициях говорит о способности к импульсивным агрессивным поступкам. При низком интеллекте такие дети отличаются своевольным и непокладистым характером, повышенным чувством независимости, иррациональными поведенческими реакциями, стремлением выделиться, не подчиняться общепринятым нормам, что при неблагоприятных условиях может выражаться в антисоциальных тенденциях (особенно при сочетании 357, 375, 753 на первых позициях).

Вывод четвёртого эталона на первую позицию свойствен детям эмотивного склада. Переживания и процесс общения сами по себе им насущно необходимы; ведущая потребность — быть вовлечёнными в процесс эмоционально насыщенного межличностного взаимодействия. Активность ради активности, общение ради общения, жизнь ради жизни — таковы потребности этого типа личности. В отличие от третьего эталона, характерного для тех, кто зажигает других своей целеустремлённостью и жаждой жизни, выбор четвёртого эталона на первые позиции присущ детям, которые загораются от общения с другими.

У людей, предпочитающих четвёртый цвет, выбор профессии больше ориентирован на сам процесс деятельности, приносящий удовлетворение, чем на достигаемые этой деятельностью цели. При выраженной дезадаптации эти черты перерастают в истероидные, фобические и неврастенические проявления, т.е. в те невротические расстройства, которые свойственны эмоционально неустойчивым людям. Для детей с акцентуированным характером по данному типу характерна склонность к страхам, экзальтация чувств, неустойчивость интересов, избыточный оптимизм, непостоянство, нетерпеливость, демонстративность.

Черты демонстративности усиливаются при сочетании 54. Здесь они сопровождаются

признаками избыточной эмотивности, сниженным самоконтролем, защитным механизмом вытеснения, иррациональным способом достигнуть целей, перекадывая трудности на плечи других.

Сочетание 41 выявляет выраженную чувствительность к средовым воздействиям в связи с тем, что каждый цвет в отдельности по-своему связан с высокой чувствительностью к факторам внешнего влияния. В сочетании они выявляют циклотимный тип личности со склонностью к перепадам настроения, легко провоцируемым внешними поводами, с быстрыми переходами от грусти к экзальтированной весёлости, личности, тяжело переживающей одиночество, испытывающей повышенную потребность в общении, что делает её зависимой от авторитетного для неё лица и мнения референтной группы. В сочетаниях, где четвёртый эталон оказывается на одной из последних позиций, этот признак становится предвестником дезадаптации.

Смешанные и ахроматические цветовые эталоны, выбираемые на первые позиции, определяют степень и индивидуальный тип дезадаптации.

Пятый эталон на первой позиции статистически чаще встречается у детей и подростков с эмоциональной незрелостью, с недифференцированной полоролевой и социальной позицией. Также он отражает богатую фантазию, творческий, нешаблонный подход к выполнению заданий, своеобразие интересов, высказываний и поступков. Детский период характеризуется тем, что личность ещё не сформирована, отсюда слабая интеграция «Я». Трудности подросткового возраста связаны с тем, что ребёнок переживает промежуточный период между детством и взрослостью. Непосредственный способ восприятия, когда каждая ситуация воспринимается как впервые переживаемая, а способность использовать накопленный опыт и готовые формы поведения ещё не стала привычкой, отражает свойственное детям богатое воображение, которое чаще всего угасает с повзрослением. Как показывает опыт, сохранным оно остаётся у творческих, оригинально мыслящих личностей.

Один из часто встречающихся выборов для акцентуированных личностей — предпочитаемый пятый и четвёртый эталоны. В этом выборе пятый эталон отражает неустойчивость адаптации и сниженный контроль над эмоциональной сферой, что усиливает непосредственность, неустойчивость эмоций, повышенную чувствительность к средовым воздействиям, подверженность сиюминутным настроениям, нетерпеливость, склонность к вытеснению проблем, свойственные характеристикам четвёртого эталона, обогащая их иррациональными тенденциями, необузданной фантазией, трудностями идентификации, усиливающими подражательные тенденции, богатым воображением, художественным складом мышления, иногда — выраженными истероидными чертами.

Предпочитаемый шестой эталон отражает проблему тревожности с витальной (соматической) окраской, переживание чувства неуверенности и приниженности; при сочетании шестого эталона с третьим можно говорить о напряжённости физиологических потребностей, в ряде случаев об ипохондрической фиксированности, дискомфорте общесоматического плана или неудовлетворённости гедонической личности. Шестой эталон на третьей и четвёртой позиции часто означает ситуативно обусловленный дискомфорт, отражая тем самым адаптивную реакцию на изменение привычного стереотипа.

Седьмой эталон на первой позиции выявляет не только протест против сложившейся ситуации и негативное отношение к ней, но и агрессивность, крайний субъективизм, чувство обособленности и непокорность, активное противодействие среде. Агрессивность увеличивается и принимает компульсивный (неуправляемый) характер при сочетании седьмого эталона с третьим на первых позициях и проявляется как затаённая агрессия, контролируемая (хотя и с трудом) при сочетании этих же эталонов на последних позициях.

Сочетание седьмого эталона с четвёртым характерно для состояний, связанных с переживанием навязчивых страхов, а с пятым выявляет иррациональную, субъективную позицию ребёнка-индивидуалиста.

Нулевой эталон в качестве предпочитаемого может означать: временную усталость; ситуативные трудности в межличностных контактах; интровертированность как константное

свойство личности, если такого рода выбор постоянно повторяется.

Часто нулевой или седьмой эталон «выскакивает» на первое место в тех случаях, когда ребёнка обследование настораживает или вызывает протестную реакцию. Спокойный и доброжелательный тон психолога снимает настороженность, и тогда ахроматические цвета сразу уходят на последнюю или одну из последних позиций в цветовом ряду.

Оценка тревожности

Выбор 607 выявляет состояние выраженного стресса независимо от того, чем и у кого этот стресс вызван. Это может быть объективно сверхсложная ситуация или невротическая реакция у неустойчивой личности на жизненные трудности. При нарушенной или затруднённой социально-психологической адаптации интенсивность показателя тревожной напряжённости измеряется количеством знаков «!». Их следует вычислять следующим образом.

Наличие в цветовом ряду первого, второго, третьего или четвёртого эталонов на VI позиции оценивается как один знак «!» (1 балл тревожности), на VII позиции — как два «!!» (2 балла), на VIII — как три «!!!» (3 балла).

К этим баллам тревожности, выраженным суммой знаков «!», вычисленных в связи с нахождением ярких цветовых эталонов на последних позициях цветового выбора, добавляются те, которые обозначают присутствие ахроматических цветовых эталонов на первых позициях: это значит, что присутствие шестого, седьмого или нулевого эталона на III позиции оценивается как «!» (1 балл тревожности), на II позиции — «!!» (2 балла), на I позиции — «!!!» (3 балла).

Все баллы тревожности суммируются (пятый цвет не обозначается «!» ни на какой позиции). Таким образом, тревога в целом может быть оценена максимально 12 баллами. Сравнение количества знаков «!» в первом и втором выборе — прогностически важный признак: очевидна, например, тенденция к нарастанию тревоги, если во втором выборе знаков «!» больше, чем в первом, и, наоборот, если количество «!» больше в первом выборе, это говорит о тенденции к снижению тревоги в перспективе.

Чем ближе к началу ряда предпочитаемый цвет, тем больше значимость выявляемой им ведущей индивидуально-личностной тенденции, а сочетание основных цветов между собой образует мозаику характера, которая определяется их пропорциональными соотношениями, в зависимости от близости к первой позиции цветового выбора. Сочетание неразрозненных ахроматическими цветами ярких цветовых эталонов отражает хорошую работоспособность и называется собранной «рабочей группой». Это позитивный фактор, отражающий устойчивость к стрессам и преходящий характер признаков дезадаптации, если таковые обнаружены.

Профориентационные аспекты цветовых предпочтений

Исследование с помощью цветового теста репрезентативных групп лиц, объединённых профессиональной принадлежностью, показало, что предпочтение первого эталона свойственно довольно широкому кругу представителей профессий, в которых требуются такие качества, как вдумчивость, сосредоточенность на содержательной, смысловой структуре информации, гуманистический характер деятельности, тяга к кабинетному стилю работы без вовлечённости в широкий круг контактов. Это, как правило, лица с преобладанием вербального стиля познавательной деятельности. При высоком интеллекте это могут быть научные работники, теоретики, искусствоведы, словесники, литераторы. При невысоком интеллекте лица этого круга в силу ответственности и старательности успешно справляются с канцелярской работой, с выполнением деятельности, чётко регламентированной определёнными правилами и инструкциями, с теми видами работы, где нет необходимости принимать самостоятельные решения. Типологически эти личности отличаются сензитивностью, тревожностью, ин-

тровертированностью.

Предпочитают второй эталон обычно люди с формально-логическим мышлением, опирающимся на цифровую знаковую систему, тяготеющих к точным сферам знаний. В сочетании с первым эталоном он формирует пару, которая отражает способности к математике, технике или физике, стремление системно оценивать информацию, опираясь при этом на конкретный опыт. Отсюда и сфера их интересов нередко лежит в области экономики, инженерно-конструкторской деятельности, связана с бухгалтерским делом, а также выявляет способности к преподаванию точных наук и к военной кадровой службе. Если специальность не насыщает ведущую потребность в кропотливой, точной работе, то люди, оказывающие стойкое предпочтение второму цвету, в свободное время занимаются выпиливанием, рисованием, вязанием, шитьём, конструированием. Разные виды ремёсел, связанных с ручным, требующим точности трудом, также нередко представляют вид деятельности, к которому тянутся люди этого типа, отличающиеся педантизмом, интровертностью, ригидностью.

Третий эталон на первых позициях встречается весьма часто в разных профессиональных группах как признак лидерства, предприимчивости, целеустремлённости, склонности к риску. Большинство руководителей, администраторов, общественных активистов предпочитают третий цвет. Кроме того, такой выбор часто встречается среди летчиков, шофёров, танцоров, артистов. В сочетании с пятым цветом он особенно подчёркивает наступательную позицию и творческую независимость личности, высокую поисковую активность, спонтанность и неконформность поступков и суждений, импульсивность и повышенную интуицию, нередко подменяющую опору на опыт.

Предпочтение четвёртого эталона встречается у людей, профессия которых так или иначе связана с широкими контактами, вовлечённостью в разные сферы общения. В любом деле сам процесс деятельности, субъективно нравящийся, значит для индивида гораздо больше, чем та цель, к которой эта деятельность ведёт. К тому же явное предпочтение оказывается тем видам работы, в которых меньше формальностей и больше простора для свободного выбора действий. Это — люди с преобладанием художественного склада ума и образного восприятия. Сочетание четвёртого эталона с пятым часто встречается среди артистов, учителей и людей, увлекающихся общественно-благотворительной деятельностью; типологически они относятся к эмоционально-лабильным, впечатлительным, тревожным и в то же время оптимистичным, с чертами демонстративности.

Пятый эталон, за исключением детей и подростков, предпочитают люди с оригинальным, нестандартным мышлением и своеобразием интересов. Дети и подростки, выбирая пятый цвет, демонстрируют тем самым и эмоциональную незрелость, и отсутствие стереотипов мышления, что создаёт определённые предпосылки для дальнейшего развития творческого, самобытного начала в структуре личности, реализация которого в значительной степени зависит от процесса воспитания и бережного подхода к индивидуальности ребёнка. Выбор профессии у людей, предпочитающих пятый цвет, нередко связан с сублимацией нереализованных потребностей (педагогика, искусство) и со своеобразием иерархии ценностей (психология, философия, психиатрия, нетрадиционные методы врачевания, астрология).

Предпочтение ахроматических и смешанных цветов свидетельствует о затруднённой адаптации. Что касается когнитивного стиля, то он определяется предпочтением ярких эталонов.

Предпочтение первого эталона выявляет преобладание вербального типа мышления, аналитического стиля познавательной деятельности; предпочтение второго эталона характерно для системного, формально-логического, конкретного, опирающегося на язык цифр и других символов склада ума; предпочтение третьего говорит об интуитивном, целостном, опережающем опыт эвристическом когнитивном стиле; предпочтение четвёртого — о наглядно-образном, художественном типе восприятия.

В норме наличие всех ярких цветовых эталонов свидетельствует о сочетании разных типов мышления, но цвет, находящийся на первой позиции, как правило, выявляет преобладающий когнитивный стиль.

Это означает, что следует развивать все варианты познавательной деятельности, но при выборе любимого предмета и будущей профессии ребёнок тянется (не всегда осознанно) к тому виду активности, который органично связан с его ведущей индивидуально-типологической тенденцией и с производным от неё преобладающим стилем когнитивной деятельности. Это должен учитывать и педагог для выработки дифференцированных мер обучения, и школьный психолог.

Подчеркнём, что количественные критерии для этого метода трудно поддаются чёткому определению. Некоторые психологи не относят метод Люшера к тестовым из-за невозможности его жёсткой стандартизации. Кстати, это не единственный метод в психологии, требующий больше качественного анализа, чем квантифицированного подхода. Однако это не повод, чтобы отрицать, что восьмицветовой тест — один из лучших инструментов психодиагностики, так как он позволяет при использовании оригинального стимульного материала получить в коротком эксперименте те данные о ребёнке, которые обрисовывают глубинные основы индивидуально-личностного паттерна и сложный рисунок эмоционального состояния. Интерпретация с опорой на функциональные пары, которая приводится во многих, в том числе и в наших практических руководствах в качестве формализованных подсказок, может рассматриваться как этап в изучении возможностей метода. Высокий уровень профессионализма в овладении методикой определяется умением интерпретировать цветовой выбор на базе целостного, интегративного восприятия цветового ряда, чему и посвящена данная статья, специально написанная её автором в помощь школьному психологу.