**Методика «Цветодиагностика эмоциональных состояний»**

Методика разработана Е. Ф. Бажиным и А. М. Эткин-дом (1985) на основе метода цветовых выборов М. Люшера (1948), исследования которого заложили прочную основу применения цвета в практике психологической диагностики. Следует отметить, что метод цветовых выборов Люшера успешно применялся при изучении групп людей, больных шизофренией, невротическими расстройствами.

Цветодиагностика эмоциональных состояний [10] может применяться с 3-4-летнего возраста с целью изучения динамических особенностей личностных и групповых эмоциональных состояний, психологического климата группы, самочувствия личности в группе, для оценки воздействия различных ситуаций на ребенка, а также для выяснения влияния на эмоциональное самочувствие учащегося воздействий разных педагогов.

[Источник](http://pedlib.ru/Books/5/0381/5_0381-135.shtml)

**Методика «Цветодиагностика эмоциональных состояний»**

Методика разработана Е. Ф. Бажиным и А. М. Эткиндом (1985) на основе метода цветовых выборов М. Люшера (1948), исследования которого заложили прочную основу применения цвета в практике психологической диагностики. Следует отметить, что метод цветовых выборов Люшера успешно применялся при изучении групп людей, больных шизофренией, невротическими расстройствами.

Цветодиагностика эмоциональных состояний может применяться с 3-4-летнего возраста с целью изучения динамических особенностей личностных и групповых эмоциональных состояний, психологического климата группы, самочувствия личности в группе, для оценки воздействия различных ситуаций на ребенка, а также для выяснения влияния на эмоциональное самочувствие учащегося воздействий разных педагогов.

Теоретической основой данной методики является представление о том, что отношение к тем или иным людям, событиям, объектам или явлениям отражается в цветовых ассоциациях к ним. То есть каждый цвет спектра является условным знаком определенного настроения:

* красный – восторженное;
* оранжевый – радостное, теплое;
* желтый – светлое, приятное;
* зеленый – спокойное, уравновешенное;
* синий – неудовлетворительное, грустное;
* фиолетовый – тревожное, напряженное;
* черный – полный упадок, уныние;
* белый – символизирует ответ типа: «трудно сказать».

Основным методическим инструментом цветодиагностики является дневник настроений, рабочая часть которого демонстрирует их цветовой диапазон. Цветоматрица заполняется в начале и в конце каждого коррекционно-развивающего занятия. В инструкции ребенку предлагается выбрать ту полоску, которая похожа на его настроение в настоящее время.

Интерпретация результатов производится в двух вариантах. Первичная оценка — по представленности и соотношению цветов. Выделяются общие цветовые синдромы, дающие картину настроений во всей группе, и зональные (групповые) цветовые синдромы. По своему содержанию синдромы могут оцениваться следующим образом:

1. позитивно-стимулирующие (цвета верхней части спектра);
2. умеренные, стабилизирующие (цвета средней части спектра);
3. негативные, астеничные (нижняя часть спектра);
4. напряженные (представлены противоположные по значению цвета);
5. «ковровые» (пестрота цветов, отсутствие единства в настроениях).

Более глубокий анализ – вторичная обработка цветоматрицы – требует квантификации полученных данных: числового преобразования оценок. Оценка символизирует интенсивность выраженности эмоциональных состояний:

* красный +3 балла
* оранжевый +2 балла
* желтый +1 балл
* зеленый 0 баллов
* синий -1 балл
* фиолетовый -2 балла
* черный -3 балла
* белый 0 баллов

Таким образом, каждый цвет в цветоматрице можно заменить числовыми данными.

Анализ полученных данных возможен в нескольких вариантах:

**1**. Исследуется вертикальный столбец в цветоматрице. Он символизирует эмоциональное состояние перед началом занятия (в конце занятия). Условный его показатель «А» высчитывается по каждому вертикальному столбцу в матрице по формуле:

где £ (+) – сумма всех положительных баллов, V (–) – сумма всех отрицательных баллов, п – количество человек.

Данный показатель служит определенным критерием деятельности психолога. Он отражает общее эмоциональное настроение группы детей. По нему взрослый может в некоторой степени судить о том, смог ли он своим воздействием на детей вызвать у них чувство эмоционального благополучия, которое отражается в хорошем настроении у детей («А» со знаком «+»). Либо, наоборот, следствием общения психолога и группы стало чувство эмоционального дискомфорта, выражающееся в неудовлетворительном, тревожном настроении («А» со знаком «–»).

**2**. Исследуется представленность цветов у всех членов Т-группы в течение определенного периода времени (на протяжении реализации программы). В этом случае можно говорить об общих цветовых синдромах, то есть о преобладании определенных настроений у детей за данный период. Таким образом, исследуется влияние на эмоциональную атмосферу в группе макрофакторов – каких-либо значимых событий, наиболее понравившихся занятий. Динамика эмоциональных состояний детей в процессе реализации программы представлена графически.

**3**. Проводится анализ горизонтального столбца цветоматрицы – смена настроений отдельного ребенка. Учитывается представленность цветов, словесные пояснения ученика. Это дает возможность психологу (педагогу) глубже узнать ребенка, выявить наиболее важные факторы, влияющие на его эмоциональное состояние, а следовательно, найти оптимальные цветовые варианты воздействия на ребенка.

Применение методики выполняет исследовательскую функцию. Методика рекомендуется для практических психологов, учителей, воспитателей.