Приложение 3.

**ЦВЕТОВАЯ КАРТА ДЛЯ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ И АРТ-ТЕРАПИИ**

**Красный**

Красный цвет — теплый, стимулирующий, ассоциируется с кровью, жизнью, силой, витальностью, возбуждением, радостью и любовью. В то же время он символизирует чувственную страсть, гнев и насилие. Оказывает стимулирующее воздействие на двигательные функции и процесс принятия решений, а также провоцирует импульсивное поведение.

**Оранжевый**

Оранжевый цвет сочетает в себе экстравертированность и импульсивность красного цвета с интуитивностью желтого. Если клиент выбирает оранжевый цвет, это указывает на его социабельность и склонность к легкому, но несколько поверхностному, установлению контактов с окружающими. Этот цвет также указывает на высокую активность и получение энергии вместе с пищей, поскольку существует множество продуктов именно

оранжевого цвета. Избыточное количество оранжевого цвета может служить свидетельством неусидчивости и нервозности.

**Желтый**

ЗОЛОТОЙ желтый цвет символизирует солнечного бога, мудрость, понимание, интуицию и радость. Желтый цвет занимает срединное положение в спектре, он соединяет теплые и холодные цвета. Он может быть представлен лимонным желтым цветом или теплым золотым желтым. Данный цвет ассоциируется с процессом принятия решений и различными аксессуарами. Предпочтение желтого цвета указывает на склонность клиен-

та к теоретизированию и недостаточную способность к воплощению намеченных планов в реальную жизнь. Кроме того, желтый цвет ассоциируется с деструктивными тенденциями, ненавистью, обманом, трусостью и предрассудками.

**Зеленый**

Зеленый цвет тесно связан с растительной жизнью, ростом, устойчивостью, надежностью и прямолинейностью. Он обозначает умиротворение, покой, статику и исцеление. Предпочитающие зеленый цвет лица противятся изменениям и не склонны к фантазиям. Желто-зеленый цвет может ассоциироваться с началом новой жизни, активностью, ростом, регенерацией и радостью.

Некоторые оттенки зеленого могут обозначать зависть, леность, эгоизм и депрессию.

**Синий**

Синий цвет ассоциируется с бесконечной далью или глубиной. Это цвет, обозначающий небо, истину, надежность, гармонию, покой и надежду. Он оказывает успокаивающее действие, однако в слишком больших количествах может вызывать депрессию. Темно-синий цвет также ассоциируется с неподвижностью, холодом и смертью.

**Фиолетовый**

Фиолетовый цвет ассоциируется с царственностью, духовностью, вдохновением, загадочностью, мистикой, и магией. В то же время он обозначает самообольщение и снобизм. Темно-фиолетовый цвет также указывает на уход от реальности в мир фантазии.

**Белый**

Белый цвет символизирует единство и гармонию всех цветов, невинность, веру и истину. Флаг белого цвета означает признание своего поражения. Кандинский связывает белый цвет с молчанием и многообразием возможностей. Он также считает, что белый цвет способен нейтрализовать все другие цвета.

**Черный**

Черный цвет символизирует пустоту, отсутствие света и цвета. Он ассоциируется с силой, загадочностью и тьмой, из которой появилась жизнь, а также обозначает скорбь, печаль, зло, колдовство, бездуховность и ад. Кандинский рассматривает черный цвет как символ полной тишины, отсутствия возможностей и обездвиженности (Kandinsky, 1977, р. 39); в то же время черный цвет способен подчеркивать яркость других цветов.

**Коричневый**

Коричневый цвет ассоциируется с землей, ростом, поддержкой жизни и плодородием Матери-природы — с той почвой, из которой произошла жизнь. В возрасте четырех-пяти лет дети изображают землю как горизонтальную линию в нижней части бумажного листа, на которой они располагают растения, людей и дома. Отсутствие такой линии указывает на дефицит поддержки и неуверенность ребенка в своих силах. Кроме того, коричневый цвет ассоциируется с экскрементами и ощущением собственной загрязненности, могилой и смертью, а также со стремлением подчиниться воле группы и отказом от индивидуальности.

**(ист.: Штейнхардт Ленор. Юнгианская песочная психотерапия.**

**Серия ≪Практикум по психотерапии≫ Перевод с английского и научная редакция канд. мед. наук А. И. Копытина.)**