

С. СЛЯСКИ, М. БОРОВСКИ

Применение теста цветных пирамид в психологической диагностике

Одним из первых на взаимосвязь цвета и эмоциональности человека обратил внимание известный немецкий поэт XVIII века И.-В. Гёте. Им было замечено, что соединение света и тени влияет на поведение людей и вызывает разного рода реакции, такие как раздражительность, тревога, оживление или тоска [10].

Большой научный вклад в изучение того, как человек реагирует на цвет, внесли психиатр Пётровски, известный своим вкладом в распространение диагностического метода Роршаха (метод чернильных пятен), а также швейцарский психолог Люшер, впервые в мире представивший метод исследования личности с помощью карточек восьми цветов [2, 6]. Данное направление было развито в работах К. Шая и Р. Хейсса, которые создали свою теорию и разработали оригинальную диагностическую методику – тест цветных пирамид.

1. Теоретические принципы теста цветных пирамид

Этот тест был построен Шаем и Хейссом в пятидесятых годах XX века. Опираясь на теории, выясняющие связи между эмоциями и цветами, авторы теста выдвинули идею о том, что влияние цветов происходит по следующим правилам:

- Каждый цвет имеет свой побуждающий потенциал.
- С побуждением связаны некоторые значения, которые могут быть как низкими, так и высокими.
- С потенциалом и значением цвета связано значение эмоциональное, которое помещается в континуме от возбуждения до депрессии [3].

Цвет как физическое явление можно определить при помощи длины световой волны. Цвета с длинной световой волной (красный, оранжевый, жёлтый) узнают, так как они имеют большой (сильный) потенциал побуждения и высокое значение и в связи с этим могут легко вызывать состояние возбуждения, импульсивности, нетерпеливости. Цвета с короткой световой волной (зелёный, синий, пурпурный) имеют ограниченный потенциал возбуждения и низкое значение. Они вызывают состояние покоя и равновесия. Так называемые нейтральные цвета (коричневый и серый) обладают низким потенциалом возбуждения и низким значением. Они сочетают более сильные эмоциональные состояния с пониженным настроением. Цвета белый и чёрный являются, по представленной схеме, экстремистскими цветами. Белый выражает возбуждение и усиление эмоций, чёрный – заторможенность и подавление эмоциональных импульсов [5].

Исходя из вышеизложенного, можно описать эмоциональную сферу людей в зависимости от того, какие цвета они предпочитают при построении цветных пирамид.

Шай и Хейсс описывают сферу эмоциональности следующим образом:

- Состояние настроения – это направление эмоциональности, которое может изменяться от возбуждения до депрессии.
- Чувство понимается как живое и быстро исчезающее переживание, является реакцией на внешние и внутренние раздражители.
- Эмоции отличаются от чувств более сильными состояниями и тем, что они связаны со специфическими объектами. Эмоции имеют потенциал возбуждения выше или ниже, который связан с положительным или отрицательным характером стимуляции.

К. Шай и Р. Хейсс считают, что эмоциональные реакции «скуки» на цвета стоит делить на категории аналогично составным элементам эмоциональной структуры. К этой структуре, которая реагирует на определённые внешние и внутренние раздражители, авторы предлагают подходить динамически и целиком. В этой системе настроение может определять направление выражения эмоции, но и, наоборот, эмоции могут модифицировать настроение. Динамическая связь между составными элементами эмоциональности изменяется в процессе развития личности и её жизненного опыта. В результате жизненного опыта может наступить нарушение эмоциональной системы, что может привести к закреплению определённого настроения,

которое может быть неадекватным, привести к большим колебаниям настроения или выражения эмоций.

Авторы представляемого здесь метода указывают на следующие достоинства теста цветных пирамид:

- Тест объединяет исследование чувственной сферы личности по критериям экстраверсии и интроверсии, а также эмоциональной лабильности.
- Данное исследование свободно от влияния уровня интеллекта, культуры и образования личности.
- Вследствие определения актуальной психологической ситуации опрашиваемого тест особенно подходит к исследованиям успехов в психотерапии и педагогических воздействиях.
- Может применяться к взрослым и детям.
- Прост в исполнении для тестируемого.

2. Процедура исследования с помощью теста цветных пирамид

Тест состоит из цветных квадратиков 1,5 см x 1,5 см четырнадцати тонов (оттенков). Основными цветами являются красный, жёлтый, оранжевый, зелёный, синий, пурпурный, коричневый, серый, белый и черный. Цвета: красный, зелёный, синий и фиолетовый – выступают в двух тонах, светлее и темнее.

Условия проведения исследований с помощью теста цветных пирамид точно определены. Его можно применять для детей, молодёжи и взрослых. В Польше установлены стеновые нормы только для детей и взрослых мужчин. Для исследования надо использовать тот же самый набор цветных квадратов, минимум по 15 штук каждого цвета. Исследование необходимо проводить при дневном свете, который должен падать под углом 45 градусов. Цветные квадраты следует разбросать так, чтобы тона цветов находились на расстоянии друг от друга [3, 7, 8, 9].

Опрашиваемый укладывает по очереди на предлагаемом образце три пирамиды, которые оценивает как красивые, а потом 3 пирамиды, которые оценивает как некрасивые (см. рис.1). Важно, чтобы пирамиды как красивые или некрасивые оценил сам исследуемый. На исследование одному человеку отводится около 20 минут. Продолжительное время исследования (около 45 минут) можно интерпретировать как выражение эмоциональной заторможенности, которую, чаще всего, вызывает какой-то определенный цвет. Исследование проводится строго индивидуально.

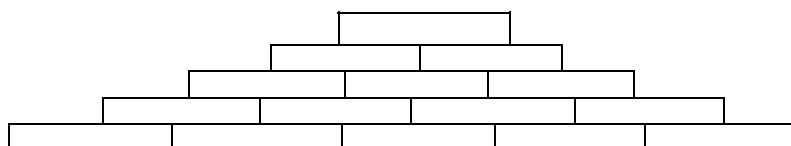


Рис. 1. Образец пирамиды

При интерпретации результатов теста цветных пирамид необходимо учитывать следующие элементы:

- Количественный выбор цветов и их тонов.
- Синдромы этой группы цветов.
- Секвенции, то есть тенденции предпочитать или отбрасывать некоторые цвета и тона.
- Расположение цветов в пирамиде.
- Разницу между выбором цветов в красивой и некрасивой пирамиде.

Интерпретация полученных результатов происходит в стеновой шкале: результаты в 5 и 6 стенов считаются средними, результаты в 7 стенов – выше среднего, результаты в 8-10 стенов следует полагать высокими, в 4 стена – ниже среднего, а в 3 стена и меньше – низкими.

3. Интерпретация результатов в тесте цветных пирамид

3.1. Психологическое значение цветов

Психологическое значение отдельных цветов представлено ниже.

Красный цвет связан с большим потенциалом эмоционального возбуждения и импульсивностью. Лица, которые демонстрируют повышенный выбор красного цвета, характеризуются импульсивными реакциями типа экстраверсии. При низких уровнях выбора красного цвета лица слишком сильно контролируют свои эмоции.

Оранжевый цвет связан с проявлением чувств. Высокие результаты свидетельствуют о присутствии эмоциональных потребностей, связанных с внешней экспрессией. Низкие результаты говорят о репрессии эмоции.

Жёлтый связан со спокойным разряжением эмоции. Высокие результаты свидетельствуют об ее адекватном выражении. Низкие результаты можно интерпретировать как неспособность к экспрессии чувств адекватно определенным общественным условиям.

Зелёный цвет указывает на адекватную интернализацию эмоционального опыта. Высокие результаты свидетельствуют о большой зависимости от внешних и внутренних эмоциональных раздражителей. Низкие результаты указывают на трудности в установлении отношений между людьми.

Синий цвет связан с проверкой собственных чувств. Высокие результаты показывают чрезмерное сдерживание или вытеснение эмоции. Низкие результаты говорят об отсутствии внутренней проверки чувств.

Фиолетовый цвет показывает уровень напряженности и беспокойства, вытекающий из разного рода эмоциональных конфликтов. Высокие результаты отмечают высокий уровень психологической приспособленности данного человека.

Коричневый цвет связан с низменными силами человека и жизненной ориентацией. Высокие результаты сообщают об активной, но неэффективной деятельности. Низкие результаты указывают на низкий уровень жизненной энергии.

Белый цвет связан с открытостью к разным раздражителям, внешним и внутренним. Высокие результаты говорят об уровне контакта с действительностью: чем больше белого цвета, тем лицо более удалено от реальности.

Серый цвет все считают нейтрализующим, указывающим на вытеснение чувств и эмоций. Высокие результаты свидетельствуют о невротических чертах.

Чёрный цвет считают показателем эмоциональной заторможенности. Высокие результаты указывают на наличие депрессивных тенденций, низкие результаты – на отсутствие блокирования чувств.

3.2. Анализ синдромов

Синдромы – это цвета, одинаково влияющие на личность. В этом методе различают следующие синдромы:

- Нормальный – (цвет красный, зелёный и синий) информирует исследователя о стабильности и эмоциональной зрелости опрашиваемого лица.
- Беспокойства – (цвет красный, оранжевый и жёлтый) свидетельствует о беспокойстве и неэффективной чувствительной (эмоциональной) активности.
- Инстинктивный – (цвет зелёный, жёлтый и коричневый) указывает уровень эмоциональной энергии данного человека.
- Ахроматический – (цвет серый, чёрный и белый) типичен для людей невротичных и психологически неадаптированных.

3.3. Анализ секвенции

Секвенция имеет своей целью получить информацию о тенденциях человека к отбрасыванию или выбору некоторых цветов, указывает ширину психического пространства человека, а также эмоциональную стабильность или лабильность.

Авторы выделили четыре рода секвенций:

- Сумма постоянная – указывает число цветов, избранных в трёх пирамидах.
- Сумма минимальных изменений – указывает число цветов, избранных в двух пирамидах.
- Сумма максимальных изменений – указывает число цветов, избранных в одной пирамиде.
- Сумма отброшенных квадратов – указывает число цветов, которые были упущены во всех пирамидах.

Количественная комбинация представленных выше секвенций позволила выделить девять типов их анализов:

- Выбор лабильный широкий – характеризует личность, ощущающую эмоциональную неуверенность и неустойчивость.
- Выбор лабильный средний – лабильность, чувствительная на меньшем уровне.
- Выбор лабильный ограниченный – указывает лицо с жесткими способами эмоционального реагирования.
- Выбор широкий переменный – описывает лиц, хорошо психически адаптированных.
- Выбор переменный средний – проявляется у лиц, адаптированных в меньшей степени.
- Выбор переменный ограниченный – характеризует личности, адаптированные психологически только в отдельных областях.
- Выбор постоянный широкий – характерен для эмоционально незрелых людей.
- Выбор постоянный средний – описывает меньшую степень эмоциональной незрелости людей.
- Выбор постоянный ограниченный – показывает лиц, реагирующих эмоционально схематично [5].

3.4. Анализ формы пирамиды

Анализ формы заключается в анализе конфигурации отдельных цветов в пирамиде. Авторы предположили, что структура цветов соответствует структуре личности и вытекает из процесса развития личности. Виды размещения цветов в пирамидах являются дополнительным источником информации о тестируемом. Выделяют следующие виды конфигурации пирамид:

- Чистая – подчинена одному цвету. Характерна для лиц, сравнительно эмоционально стабильных.
- Неопределённая – существует несколько цветов. Появляется у лиц с трудностями в приспособлении.
- Надтреснутая – много цветов. Необходимо интерпретировать очень осторожно, так как она указывает на отсутствие интеграции личности (шизофреники). Может также возникать у детей.
- Монохромная – выступает только один цвет. Демонстрирует попытку фальсифицирования результатов или умственную отсталость.
- Многохромная – отчётливо разделены цвета. Может свидетельствовать о твёрдом способе эмоциональной реакции.
- Симметрическая – когда выступает некоторая симметрия цветов. Указывает на зрелую, хорошо приспособленную (адаптированную) личность.
- Плащовая – покрытая одним цветом. Информирован о сильном контроле над эмоциями и применении оборонных механизмов.
- Ступенчатая – один цвет образует лестницу. Является указателем на наличие острых невротических черт у данного лица [4].

В ходе анализа необходимо рассмотреть по очереди все высокие или низкие результаты в очередных цветах и красках, а потом дополнить диагноз следующими источниками, такими как секвенции, синдромы и формы пирамиды. Можно дополнить этот диагноз подробным интервью, касающимся эмоциональных проблем данного лица, и только тогда описать в пределах возможного полный вид эмоциональной жизни тестируемого.

4. Применение теста цветных пирамид в исследованиях

Он начал распространяться в Польше в семидесятых годах XX века, сначала профессором психологии Обуховским в Познани в Университете им. Адама Мицкевича, а потом профессором Островской в Варшаве в исследованиях преступников юношеского возраста. Доктор Костуй и доктор З. Барткович применяли данные методики в исследованиях малолетних в воспитательном заведении и исправительном доме. Они отметили, что малолетние осужденные характеризуются слабым доверием к себе и другим, низкой степенью социализации и приспособления к общественным нормам, а также малой экспрессией чувств.

Авторы этой статьи взяли на себя исследования с помощью этого теста лиц, которые отбывали наказание за физическое и психическое насилие над близкими, и отметили, что в процессе психотерапии происходят важные процессы, направленные на остановку насилия в подвергающейся опросу группе. В эмоциональной сфере лиц, применяющих насилие,

настают следующие перемены: понижение уровня напряжения и беспокойства, понижение уровня эмоционального возбуждения и импульсивности, понижение уровня блокирования эффектов и депрессивных состояний [7]. Это очень положительные результаты, свидетельствующие о том, что в будущем такие лица могут прекратить совершать агрессию над собой или другими.

Авторами данной статьи были также проведены исследования тестом цветных пирамид заключённых, страдающих алкогольной зависимостью. Благодаря этому у исследуемых был выявлен такой фактор, как депрессивность, который может значительно затруднять лечение алкогольной зависимости [8]. Было установлено, что эти лица характеризовались эффективными защитными механизмами, агрессией и различными конфликтами в эмоциональной сфере.

Аналогичные исследования лиц, страдающих алкоголизмом и заключённых за уклонение от уплаты алиментов, показывают возможности применения теста цветных пирамид в психологической и педагогической диагностике. Совершенно очевидно, что лица, заключённые за насилие, имеют высокий потенциал эмоционального возбуждения, а также острую необходимость в проявлении своих чувств, что может время от времени проявляться в агрессивном поведении. Эти заключённые восприимчивы к эмоциональным импульсам и пытаются их более или менее контролировать, характеризуются разнородным восприятием эмоциональных импульсов. Такой процесс может проявляться в схематическом и импульсивном поведении, доказательством чего является выбор испытуемыми соответствующих форм пирамид и секвенции цветов, которые подтверждают, что эти заключённые имеют проблемы с различением эмоциональных импульсов и с установлением близких интерперсональных связей. Результаты тестирования характеризуют их как невротических лиц, которые сильно подавляют свои эмоциональные нужды.

Заключённые, зависимые от алкоголя и наказанные за то, что не платили алиментов, характеризуются другой структурой эмоциональной жизни. Прежде всего, они очень чутки к разного рода эмоциональным импульсам, что может вызвать в них высокий уровень возбуждения. Из полученных результатов следует, что эти заключённые стараются и прикладывают много усилий, чтобы проверять свои эмоции, что может привести к понижению настроения и чувству неприспособленности к окружающей действительности, а также изолированности этих людей от ближайшей среды. Однако такие эмоциональные реакции могут приводить к тому, что они совершают меньше физического или психического насилия. Эти заключённые являются менее эмоционально-лабильными и меньше подавляют свои эмоциональные нужды. Среди них замечаем больший процент людей, которые различают внешние и внутренние импульсы и могут лучше эмоционально взаимодействовать с окружающей средой [7].

Характерным кажется факт, что тест цветных пирамид находит применение в местах, где не оправдаются классические тесты типа бумага – карандаш. Оказывается, что его результаты являются более достоверными, чем результаты других тестов, например теста прилагательных (АЦЛ), так как проективные тесты доставляют больше информации об испытуемых [6]. Тест цветных пирамид показывает спонтанные и непроверяемые эмоциональные реакции испытуемых на экспонированные импульсы, чего не гарантируют другие традиционные тесты.

На основе представленного выше описания можно сделать вывод о том, что этот метод стоит применять как в психологическом диагнозе, так и при разного типа психотерапии и педагогических воздействиях, так как он даёт много информации об эмоциональных действиях каждого человека.

В Польше этот тест до сих пор не до конца адаптирован. Не сделаны стеновые нормы для взрослых женщин.

Библиографический список

1. Барткович, З. Эффективность перевоспитания в исправительном доме и воспитательном заведении [Текст]. – Люблин: ЧМКС, 1987.
2. Домова, К., Коттас, А., Славиньска, Й. Учебник для теста цветов М. Люшера. [Текст]. – Варшава: ПТХП, 1988.

3. Загурска, В. Избранные концепции связей между цветами и эмоциями [Текст]. // Психологические новости. – 1991. – № 5-6, 17-24.
4. Квятковка, Г., Тест цветных пирамид [Текст]. – Люблин: УМКС, 1994.
5. Островска, К., Милевска, Е. Диагностирование психологическое в криминологии [Текст]. – Варшава: КТА, 1986.
6. Рембовски, Й. Проекционный метод в психологии детей и молодёжи [Текст]. – Варшава: ТНИ, 1986.
7. Сляски, С. Эмоциональные проблемы заключённых за применение насилия [Текст] / Возьяк В. Преступник и осуждённый не теряют собственного достоинства. – Олещко: Мазурский Университет, 2005. С. 115-129.
8. Сляски, С. Психотерапия зависимостей [Текст]. – Плоцк: Изд. Высшей Школы им. Павла Влодковица, 2001.
9. Сляски, С. Эффективность лечения лиц, зависимых от алкоголя и применяющих насилие [Текст] // Алкоголь и здоровье. – 1997 – № 18. – С. 41-53.
10. Шай, К.В., Хейсс, Р. Цвет и личность [Текст]. – Берн: Ханс Хубер Паблицерс. – 1964.