

## Рекомендации

- 1. Попробуйте добавить в свой комнатный декор побольше зелёных оттенков, тогда ваши глаза и ваше психоэмоциональное состояние будет в покое*
- 2. Каждый раз на случай усталости имейте какую-нибудь красную ручку или красный стикер (главное, не переборщить)*
- 3. При недостатке каких-то творческих идей используйте ручку (можно нарисовать что-нибудь синей ручкой), чтобы мозговая кора восприняла цвет правильно(не стоит перебарщивать)*
- 4. Пытайтесь окружать себя какими-то яркими и полезными цветами, нежели тусклыми*



Муниципальное автономное  
общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная  
школа №3 с углубленным  
изучением отдельных предметов  
имени Героя России Игоря  
Ржавитина»



Мешавкина Юлия 9Д

## Влияние цвета на эмоциональное состояние и на работоспособность выпускных классов



Г. Ревда



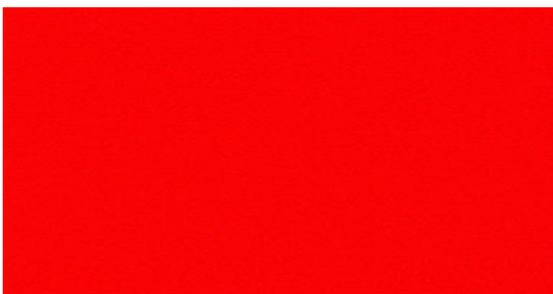
**Зеленый цвет** – освежает, дарит спокойствие, умиротворение. Повышает настроение, не вызывая излишней активности.



**Фиолетовый цвет** – трудно назвать цельным цветом, он ассоциируется с роскошью, таинственностью. Прекрасно справляется с паникой, дарит уверенность и знание



**Черный цвет** – спутник депрессии, угнетенности, негативных эмоций, может развить чувство неполноценности и неуверенности личности. Если человек погружается в мир собственных мыслей, он окружает себя черным цветом, который дарит не только депрессию, но и отдых от чрезмерных эмоций.



**Красный цвет** как бы «заводит» дремлющий организм. Даже если ситуация безвыходная, этот цвет заставит человеческий мозг работать на полную катушку.



**Синий цвет** – оказывает успокаивающее действие, притупляет эмоции и снимает раздражительность. Способен вызывать иллюзии у человека, окунуть его в мир фантазий, унося далеко от реального мира



**Желтый** усиливает умственную деятельность, способствует тренировке памяти, внимания, придает жизненные силы организму. Способствует интеллектуальному росту личности.

