

۱۲۱

۱۶۰۵۴۰۸

روان شناسی رنگ ها

(متن کامل)

با آزمایش انتخاب رنگ شخصیت خود را

بهتر بشناسید

دکتر ماکس لوسر

ویدا ابی زاده



انتشارات لیوسا

Luscher, Max

لوشر، ماکس
روانشناسی رنگ‌ها / ماکس لوشر / ویدا ایی زاده
ص ۲۶۰

Psychologie der Farben

رنگ، جنبه‌های روان‌شناسی، آزمون‌ها

BF۹۶۸/۸/۱ ۹ ل ۹

۱۵۵/۹۱۱۴۵

۵۵۴۱۵۲۴

سرشناسنامه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات ظاهری

عنوان اصلی

موضوع

رده‌بندی کنگره

رده‌بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی



انتشارات لیوسا

■ نوبت چاپ: سی و پنجم (چهارم لیوسا)

■ سال چاپ: ۱۴۰۴

■ تیراژ: ۲۰۰ نسخه

■ چاپ و صحافی: چاپک

■ قیمت: ۲۷۰۰۰۰ تومان

■ نام کتاب: روان‌شناسی رنگ‌ها

■ نویسنده: دکتر ماکس لوشر

■ مترجم: ویدا ایی زاده

■ ویراست دوم: حمیده رستمی

■ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۰-۱۱۵-۰



۶۶۴۶۶۹۵۹ - ۶۶۴۶۶۹۵۹



۳۰۰۰۲۴۰۰۲



www.nashreliusa.com



instagram.com/dorsaliusa

۶۶۴۶۴۵۷۷

www.dorsabook.ir

liusa@nashreliusa.com

telegram.me/dorsaliusa



خیابان انقلاب، بین خیابان وصال و قدس (جنب سینما سپیده)، کوچه اسکو،

(کدپستی: ۱۴۱۷۸-۱۳۸۷۳)

پلاک ۱۲، طبقه همکف.

فهرست مطالب

۷	مقدمه‌ی مترجم
۹	راهنمای استفاده از کتاب
۱۲	رهنمودهای اولیه برای انجام آزمایش لوشر
۱۷	فصل اول: روان‌شناسی رنگ‌ها
۲۰	منشأ اهمیت رنگ
۲۲	فیزیولوژی رنگ
۲۵	رشد بینایی رنگ
۲۷	«کوررنگی» هیچ تفاوتی نمی‌کند
۲۸	آزمایش لوشر
۳۲	فصل دوم: روان‌شناسی کارکردی
۳۳	اهمیت هشت وضعیت
۳۶	تفسیر کارکردها
۳۷	فصل سوم: رنگ‌های اصلی و کمکی
۳۸	انواع چهار رنگ اصلی
۴۱	رنگ‌های اصلی مخلوط
۴۳	رنگ‌های اصلی را باید ترجیح داد

رنگ‌های کمکی ۴۳

فصل چهارم: گروه‌بندی و علامت‌گذاری ردیف ۴۵
هشت رنگ

فصل پنجم: اضطراب‌ها، جبران‌ها و تضادها ۵۰

منبع فشارهای روحی ۵۰

جبران‌ها ۵۲

جبران‌های مبالغه‌آمیز ۵۳

نشأت اضطراب و جبران ۵۴

پیش‌بینی ۵۶

خلاصه فواید علامت‌گذاری اضطراب‌ها و جبران‌ها ۵۷

مشکل واقعی ۵۸

دوگانگی عواطف ۶۲

خصایص طرد یا سرکوب شده ۶۳

شخصیت‌های عاطفی ۶۵

تضاد بین هدف و رفتار ۶۶

بی‌ثباتی دستگاه عصبی خودکار ۶۷

کار و خستگی ۶۸

فصل ششم: معنای هشت رنگ ۷۳

رنگ خاکستری ۷۴

رنگ آبی ۷۸

رنگ سبز ۸۴

رنگ قرمز ۸۷

رنگ زرد	۹۱
رنگ بنفش	۹۵
رنگ قهوه‌ای	۹۷
رنگ سیاه	۹۹

فصل هفتم: معنای ساختاری جفت‌های رنگ ۱۰۲

فصل هشتم: تفسیر آزمایش رنگ	۱۲۲
چند هشتاد و سه تحلیل‌گران آزمایش رنگ	۱۲۲
چند مثال از تالیفات آزمایش	۱۲۶
جدول‌های تفسیر رنگ	۱۳۶
چند نکته‌ی مهم	۱۳۷
جدول ۱: کارکردهای +	۱۴۰
جدول ۲: کارکردهای ×	۱۵۶
جدول ۳: کارکردهای =	۱۶۹
جدول ۴: کارکردهای -	۱۸۲
جدول ۵: کارکردهای + -	۲۳۳

پیوست‌ها

پیوست الف - اختصاص علائم تعجب در یک نمونه از هزار فرد بالغ و عادی	۲۵۶
پیوست ب - گروه‌های کارکردی کمال مطلوب و نتیجه‌ی کمال مطلوب که با اختصاص دادن علامت ستاره (اضطراب) مشخص شده است	۲۵۸

مقدمه‌ی مترجم

در روان‌شناسی نوین «رنگ‌ها» یکی از معیارهای سنجش شخصیت به‌شمار می‌آیند چرا که هر یک از آنها تأثیر روحی و جسمی خاصی در فرد باقی می‌گذارد و وضعیت روانی و جسمی او را نشان می‌دهد. این موضوع با توجه به پیشرفت‌های ده دانش فیزیولوژی و روان‌شناسی به اثبات رسیده است. ناگفته پیداست که انسان از روزگاران بسیار دور تاکنون تحت نفوذ و تأثیر رنگ‌های پیرامون خود بوده و در صد سال اخیر که صنعت رنگ‌سازی به نقطه‌ی اوج تحول خود رسیده، تأثیر مزبور دوچندان شده و در همه‌ی ارکان زندگی روحی ما رخنه کرده است.

پس از آزمایش معروف رورشاخ^۱ در زمینه‌ی شناخت شخصیت انسان از طریق لکه‌های رنگین جوهر، آزمایش لوشر جدیدترین نظریه‌ای است که در این مورد ارائه شده است. بار علمی آزمایش لوشر و دستاوردهای سرشار از کامیابی آن به حدی است که اکنون آزمایش مزبور علاوه بر استفاده در موارد روانکاوی و روان‌شناسی، در نظام‌های استخدامی نیز به کار گرفته می‌شود.

۱. (Rorschach test) یک روش فرافکنی (آشکارسازی) است که به کمک ده ورقه یا کارت‌های حاوی لکه‌های جوهر انجام می‌گیرد. «هرمان رورشاخ» روان‌پزشک سوییسی (۱۸۸۴-۱۹۲۲) آزمایش‌های خود را با لکه‌های مرکب برای مطالعه‌ی بازتاب هذیان و توهم آغاز کرد. وی در این مطالعه بیش از ۴۰ لکه مرکب را به کار برد تا اینکه ۱۰ لکه‌ی آن را به صورت آزمایش معروف خود درآورد و

در ارتباط با اجرای آزمایش لوشر، لازم است چند نکته‌ی اساسی را یادآور شوم.

- اصول و روش کار آزمایش باید کاملاً رعایت شود تا نتیجه‌ی مطلوب به دست آید.

- یک رنگ به تنهایی نشان‌دهنده‌ی شخصیت نیست بلکه در انتخاب گروه‌ها و زوج‌های رنگ است که شخصیت افراد تحت آزمایش کاملاً نشان داده می‌شود.

- شرایط روحی و جسمی افراد را قبل از آزمایش رنگ نیز باید به حساب آورد، زیرا امکان دارد که افراد در شرایط متفاوت انتخاب‌های مختلف داشته باشند.

- جنبه‌ی نسبی بودن نتایج آزمایش را باید همواره به خاطر سپرد زیرا انسان موجودی است ناشناخته و تغییرپذیر.

- همچنان‌که نویسنده نیز با آوردن شده است، این کتاب کاملاً جنبه‌ی روان‌شناسی و روانکاری دارد و نباید آن را در ردیف آثار سرگرم‌کننده‌ی غیرعلمی همانند کتاب‌هایی دانست که در زمینه‌ی طالع‌بینی و نظایر آن منتشر شده است.

ویدا ابی‌زاده

راهنمای استفاده از کتاب

رهنمای اولیه برای انجام آزمایش رنگ‌ها

همراه این کتاب، هشت کارت رنگ که در داخل یک پاکت قرار دارد، ارائه می‌شود. در یک سمت کارت شماره‌ی آن نوشته شده (سمت شماره) و سمت دیگر آن رنگی است (سمت رنگ). این رنگ‌ها عبارتند از خاکستری، آبی، سبز، قرمز، زرد، بنفش، تپوه‌ای، سیاه.

کارت‌های رنگ خود را پیش از خواندن کتاب، انتخاب کنید.

۱- کارت‌ها را از داخل پاکت بردارید، آنها را بر روی میز قرار دهید که سمت رنگ آنها مقابل شما باشد.

۲- به کارت‌ها نگاه کنید و رنگی را که بیشتر از بقیه در دست دارید، انتخاب کنید. در انتخاب رنگ دلخواه سعی نکنید که آن را با رنگ شینی دیگری نظیر پارچه، مبلمان، خودرو یا دیگر وسایل مقایسه کنید، بلکه فقط آن را به عنوان رنگ مورد علاقه‌تان برگزینید.

۳- کارت رنگ انتخابی خود را بردارید و آن را از سمت شماره، در بالا و در سمت چپ هفت کارت دیگر بگذارید.

۴- سپس به رنگ‌های باقی‌مانده نگاه کنید و رنگی را که بیشتر مورد علاقه‌ی شماست از روی میز بردارید و آن را از سمت شماره در کنار کارت رنگ دلخواه اول قرار دهید.

۵- رهنمود شماره‌ی ۴ را در مورد شش کارت باقی‌مانده به کار ببرید، به طوری که تمام کارت‌ها در سمت شماره‌شان در یک ردیف قرار گیرند و رنگی که بیشتر مورد علاقه‌ی شماست در سمت چپ و رنگی که کمترین علاقه را به آن دارید، در سمت راست باشد.

۶- شماره‌ی کارت‌ها را از چپ به راست بخوانید و آنها را به ترتیب روی یک تکه کاغذ بنویسید.

۷- کارت‌های رنگ را از روی میز بردارید، دوباره آنها را بر بزنید و سپس مقابل خودتان روی میز قرار دهید.

۸- رهنمودهای ۲ تا ۶ را تکرار کنید. اصلاً سعی نکنید انتخاب اول رنگ‌ها را به خاطر آورید یا آنها را به همان ترتیب انتخاب کنید (در عین حال، عمدتاً تلاش نکنید تا آنها را به یاد نیاورید)، بلکه در انتخاب رنگ‌ها طریقی رفتار کنید که گویی آنها را برای نخستین بار می‌بینید.

۹- شماره‌های کارت‌های رنگ دلخواه خود در انتخاب دوم را روی همان تکه کاغذ و در زیر شماره‌های قبلی بنویسید. (مراقب باشید که این تکه کاغذ را گم نکنید زیرا پس از خواندن متن کتاب به شماره‌های ثبت شده بر روی آن احتیاج دارید).

در مرحله‌ی بعد، رهنمودهای زیر را دنبال کنید:

۱. پس از انجام رهنمودهای هشت‌گانه‌ی بالا و دو انتخاب از کارت‌های رنگ، دو ردیف عدد دارید که یکی زیر دیگری قرار گرفته است، مثلاً:

۵	۱	۴	۳	۲	۰	۶	۷
۱	۴	۵	۲	۳	۶	۰	۷

۲. از هشت عدد هر ردیف، چهار جفت (گروه) عدد بسازید. به این ترتیب که گروه اول با علامت «+»، گروه دوم با علامت «x»، گروه سوم با علامت «=» و گروه چهارم با علامت «-» باشد. در مثال مورد نظر ما، گروه‌های اعداد به صورت زیر خواهد بود:

$$+5+1 \quad x4x3 \quad =2=0 \quad -6-7$$

$$+1+4 \quad x5x2 \quad =3=6 \quad 0-7$$

۳. علاوه بر آن، اولین و آخرین رقم در هر ردیف یک گروه پنجم را تشکیل می‌دهد که با علامت «+» مشخص می‌شود. به این ترتیب، دو گروه دیگر زیر نیز وجود می‌آید:

$$+5-7 \quad \text{و} \quad 1-7$$

۴. تفسیر و معنای کارکردهای «+» و «-» در جدول شماره ۱ از جدول‌های تفسیر (صفحه ۱۰۰) آمده است. تفسیر گروه‌های $+5+1$ و $+1+4$ را بخوانید.

۵. جدول شماره ۲ (صفحه ۱۵۶) کارکردهای گروه «x»، جدول شماره ۳ (صفحه ۱۶۹) کارکردهای گروه «=»، جدول شماره ۴ (صفحه ۱۸۲) کارکردهای گروه «-» و بالأخره جدول شماره ۵ (صفحه ۲۳۳) کارکردهای گروه «+» را تفسیر می‌کنند.

توجه داشته باشید که انتخاب دوم کارت‌های رنگ معمولاً بیشتر حالت خودبه‌خود دارد و لذا معتبرتر از انتخاب اول (خصوصاً در موارد مشکوک) است.

۶. بعد از اینکه رنگ‌ها را به ترتیب انتخاب کردید، مطالعه‌ی کتاب را شروع کنید. البته اگر بعداً مایل بودید، می‌توانید برطبق مطالب فصل‌های ۳ و ۴ این کتاب، انتخاب‌های خود را دوباره گروه‌بندی و آنها را کامل‌تر تحلیل کنید.