**[Влияние цвета на психику ребенка](http://www.babylessons.ru/vliyanie-cveta-na-psixiku-rebenka/)**

Цветовая гамма комнаты ребенка, цвет одежды, красочные игрушки, мебель – все это не только развивает зрение, внимание и речь, но также оказывает и психологическое влияние на ребенка.

Как правило, создавая дизайн детских товаров, игрушек и одежды используется три главных цвета – различные оттенки красного, желтого и синего. Эти цвета наиболее восприимчивы для детей, поэтому часто для оформления комнаты ребенка отдается предпочтение именно этим цветовым комбинациям. Каждый родитель должен знать и понимать, как влияет цвет и его оттенок на психику ребенка. Руководствуясь этим можно создать максимальный комфорт и уют для малыша, выбрать наиболее подходящие цвета, которые будут благоприятно влиять на его развитие.

Красный цвет для детей является раздражителем, обычно даже у самого спокойного ребенка он может вызвать чрезмерное беспокойство, активность и агрессивность. Красный цвет лучше использовать для апатичных, скромных и вялых детей, он будет способствовать увеличению их активности и коммуникабельности, также улучшать настроение и аппетит. Этот цвет не стоит использовать для оформления детской комнаты и постельного белья ребенка.

Желтый цвет вызывает у детей радость и счастье, стимулирует психику к сосредоточенности, гармонии и послушанию. Психологи рекомендуют использовать именно желтый цвет для оформления детской, он благоприятно влияет на психику нервных и возбужденных детей, часто закатывающих истерики. Как известно обои, [постельное белье](http://worldtex.ru/) и игрушки находятся на виду у ребенка. Купив для чрезмерно активного и возбудимого ребенка желтое постельное белье, можно улучшить качество и продолжительность сна, успокоить его психику и нервную систему. Зайдя в магазин постельных принадлежностей, можно подобрать соответствующий комплект для вашего ребенка, цветовая гамма которого будет направлена на урегулирование эмоциональных и психических процессов.

Зеленый влияет на характер детей, пробуждает интерес к окружающему миру и учебе. Спокойные и мягкие оттенки зеленого цвета поднимают самооценку и уверенность в себе, внушая смелость. Но не стоит сильно увлекаться этим цветом, особенно застенчивым и пассивным детям.

При стрессах и головных болях незаменим синий или голубой цвет. Он успокаивает весь организм как ребенка, так и взрослого человека, снижая давление. Голубой цвет избавляет от страха, депрессии и переживаний, поэтому детям рекомендуется оформлять комнату именно этим цветом. Для постельного белья ребенка также рекомендуется использовать нежный голубой оттенок, он способен снять возбуждение и нейтрализовать напряжение.  
Белый цвет благоприятный и восприимчивый для детской психики, особенно в сочетании с зеленым, голубым или желтым.  
Розовый цвет является пограничным, если он насыщенный и яркий, то воспринимается как красный, а если же бледный, то мозг читает его как голубой или синий цвет.

 Большинство родителей одевают девочек в розовые цвета, а мальчишек в голубые. Но кто установил такие правила? Цвета оказывают огромное влияние на детей, и правильно подобрав оттенки можно держать под контролем психическое и эмоциональное состояние ребенка, когда нужно успокоить или же увлечь.  
И не забывайте, что в жизни вашего ребенка должно быть множество различных красок! Нужно разумно соблюдать равновесие в детской комнате, игрушках и одежде, использовать только приятные и теплые оттенки!

# Как цвет интерьера влияет на психику ребенка

Наукой уже давно доказано, что цвет существенно влияет на эмоциональное состояние человека, а длительное нахождение в помещении, цвет которого возбуждает или подавляет, может даже привести к психическим заболеваниям. Вот почему родителям, при обустройстве детской комнаты, стоит обратить свое внимание не только на то, из каких материалов произведена детская мебель, но и на то, какого цвета обои лучше для нее подойдут. Подбирая цвет интерьера детской комнаты необходимо понимать то, что ребенок еще более восприимчив к внешним раздражителям, чем взрослый сформировавшийся человек.

Научные исследования показали, что негативно на психику человека могут влиять не только очень темные или яркие цвета, но и контрастный геометрический рисунок на обоях, коврах, занавесках. Кроме того негативное влияние имеют и острые углы на мебели.

Существует перечень цветов, на которые психологи советуют обратить особое внимание. Позитивное влияние на ребенка имеют следующие цвета:

1. Желтый цвет. Данный цвет замечательно подходит для комнаты младенца. Считается, что желтый цвет позитивно влияет на новорожденного, поскольку активизирует мозговую деятельность, улучшает скорость восприятия, остроту зрения, а также улучшает настроение. Оформление комнаты в желтых цветах противопоказано лишь в тех случаях, когда ребенок поддается перевозбуждению или невралгии.

2. Зеленый цвет. О позитивном влиянии зеленого цвета на эмоциональное состояние человека давно известно. Что касается непосредственного влияния зеленого цвета на состояние ребенка, то считается, что он увеличивает остроту зрения. Кроме того он обладает еще массой замечательных качеств, среди которых: нормализация давления (как кровяного давления, так и глазного), стабилизация дыхания и пульса, улучшение настроения и повышение концентрации внимания. При бессоннице также рекомендуется выбирать интерьер в зеленых тонах.

3. Пастельные оттенки. Доказано, что пастельные оттенки голубого, розового, желтого и зеленого цветов идеально подходят для детских комнат. Эти цвета замечательно освежают комнату и повышают настроение. Кроме того доказано, что такие оттенки позитивно влияют на развитие творческих способностей ребенка. Так, поставив детские двухъярусные кровати в комнате двойняшек, и разрешив им рисовать на стенах, в будущем родители повышают вероятность того, что их дети будут обладать развитым образным мышлением, а также не бояться воплощать свои оригинальные идеи в жизнь.

Подбирая интерьер в детскую комнату, стоит также учитывать то, что красные и бордовые цвета имеют негативное влияние на состояние ребенка, поскольку возбуждают его психику, а также могут привести к повышению кровяного давления, к частым головным болям и плохому сну.