

Методика цветowych метафор

- Метод цветowych метафор представляет собой модифицированный вариант ЦТО (Цветовой тест отношений). В настоящее время методика цветowych метафор входит в состав методического комплекса психосемантической диагностики скрытой мотивации. Данная методика позволяет решать следующие задачи:
- Защищенное от неискренности выявление реальных мотивов человека, в том числе тех, которые он скрывает от других людей, диагностика подлинных представлений и переживаний человека, утаиваемых им чувств, замыслов и намерений;
- Измерение как осознанных, так и неосознаваемых отношений человека к себе, другим людям и различным видам деятельности;
- Определение содержания побуждений к конкретным видам деятельности.
- Для диагностики мотивов и отношений необходим список понятий и цветные карточки, стандартных цветов соответствующих тесту Люшера.
[И.Л. Соломин «Современные методы психологической экспресс-диагностики и профессионального консультирования», СПб.: Речь, 2006]

Цветные карточки раскладываются на столе в произвольном порядке.

□ **Инструкция 1.**

Перед Вами находятся цветные карточки, каждая из которых обозначена определенным номером. Вы получили бланк, в котором имеется список понятий. Я прошу Вас обозначить каждое понятие из этого списка определенным цветом. Для этого Вам необходимо в столбике «№ цвета» справа от каждого понятия записать номер того цвета, который, по вашему мнению, лучше всего подходит для обозначения данного понятия. Так как понятий больше, чем цветов, Вы можете использовать один цвет для обозначения нескольких понятий.

□ **Инструкция 2.**

А теперь в самой верхней строчке таблицы, справа от клетки «№ цвета», запишите, пожалуйста, номер самого приятного для Вас цвета, цвета, который Вам сейчас больше нравится. В клетке правее номера самого приятного цвета запишите номер следующего по степени привлекательности цвета и так далее. Таким образом, в верхней строчке у Вас должны быть записаны номера цветов, упорядоченных по степени привлекательности от самого приятного до самого неприятного.

□ **Обработка результатов.**

Методика цветowych метафор основана на двух принципах:

- * Во-первых, если человек обозначает какое-либо понятие самым привлекательным цветом, то это может свидетельствовать о привлекательности этого понятия, позитивном к нему отношении. И, наоборот, к понятиям, обозначенным наиболее неприятным цветом, человек и относится, скорее всего, негативно;
- * Во-вторых, обозначение различных понятий одним цветом является косвенным показателем их субъективного сходства, то есть, если два или несколько понятий человек обозначает одним цветом, то, видимо, в этих понятиях есть для человека что-то общее, и он относится к ним приблизительно одинаково.
- Стоит обратить внимание также куда попали значимые понятия (они выделены жирным шрифтом) и что помимо них в карточке еще присутствует. Таким образом, например понятие «**каким я хочу быть**» связано с другими таким образом, что человек ассоциирует эти понятия с тем, каким он хочет быть и т.д.

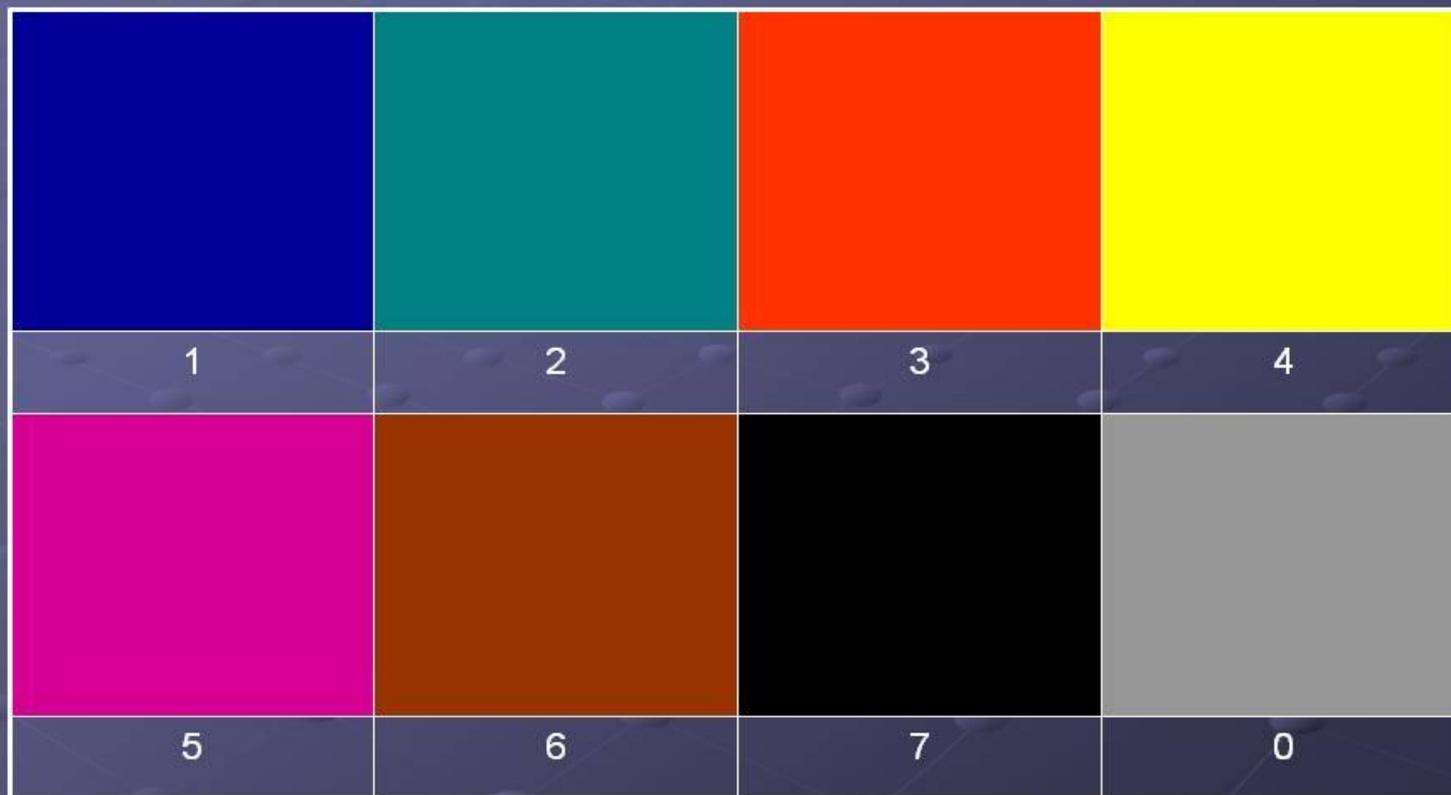
СПИСОК ПОНЯТИЙ

1. Успех
2. Неудача
3. Общение
4. Техника
5. Болезнь
6. Радость
7. Моя учеба
8. Свобода
9. Знания
10. Мой отец
11. Люди
12. Каким (какой) я хочу быть
13. Любовь
14. Моя работа
15. Конфликты
16. Угроза
17. Природа
18. Моя мать
19. Труд
20. Власть
21. Образование
22. Мой муж (моя жена)
23. Медицина
24. Мое настоящее
25. Конкуренция
26. Реклама
27. Искусство
28. Мой друг (подруга)
29. Семья
30. Мое прошлое

Список понятий (продолжение)

- | | | | |
|-----|-------------------------------|-----|---------------------------|
| 31. | Информация | 46. | Страх |
| 32. | Какой (какая) я на самом деле | 47. | Мои обязанности |
| 33. | Зарботок | 48. | Мое будущее |
| 34. | Перемены | 49. | Обслуживание |
| 35. | Печаль | 50. | Творчество |
| 36. | Мой дом | 51. | Материальное благополучие |
| 37. | Мой начальник | 52. | Мои сотрудники |
| 38. | Мое увлечение | 53. | Раздражение |
| 39. | Финансы | 54. | Моя карьера |
| 40. | Мой ребенок | 55. | Управление |
| 41. | Неприятности | 56. | Моя профессия |
| 42. | Интересное занятие | 57. | Домашнее хозяйство |
| 43. | Школа | 58. | Наука |
| 44. | Бизнес | 59. | Психология |
| 45. | Дети | 60. | Мои клиенты |

Цвета



Инструкция

- Индивидуальный вариант

- Перед Вами имеется ряд цветных карточек и несколько десятков понятий, напечатанных на карточках. Каждое понятие необходимо обозначить с помощью одного из данных цветов. Для этого карточку с понятием кладите надписью вниз на тот цвет, который, как Вам кажется, наиболее подходит для обозначения данного понятия.
- А теперь расположите, пожалуйста, цвета в порядке привлекательности от самого приятного до самого противного.

- Групповой вариант

- Перед Вами имеются цветные карточки, пронумерованные цифрами от 1 до 0. На бланке напечатаны несколько десятков понятий. Каждое понятие необходимо обозначить с помощью одного из данных цветов. Для этого напротив каждого понятия в столбике «№ цвета» я прошу Вас записать номер того цвета, который, как Вам кажется, наиболее подходит для обозначения данного понятия.
- А теперь в самой верхней строчке таблицы в 8 пустых клеточках правее клеточки «№ цвета» запишите номера цветов в порядке привлекательности от самого приятного до самого противного.

Принципы методики цветowych метафор

1. Обозначение понятия самым привлекательным цветом свидетельствует о позитивном отношении к данному понятию. Напротив, к понятиям, обозначенным наиболее противным цветом, человек относится негативно.
2. Обозначение нескольких понятий одинаковым цветом свидетельствует о сходном отношении к данным понятиям.
3. Отношение к понятию, обозначенному не самым привлекательным, и не самым противным цветом, определяется не позицией цвета в ряду цветов, упорядоченных по степени привлекательности, а по эмоциональному смыслу тех понятий, которые обозначены тем же цветом, что и данное понятие.
4. Методика не опирается на стандартный психологический смысл цветов, на котором основан тест М.Люшера.

Показатели

1. Состав базовых потребностей
2. Удовлетворенность базовых потребностей
3. Состав актуальных потребностей
4. Отношение к настоящему, будущему и прошлому
5. Отношение к себе и другим людям
6. Отношение к различным видам деятельности
7. Источники негативных переживаний
8. Вытесненные представления и переживания

Ключевые понятия

- Критерии базовых потребностей:
 - «Мое увлечение»
 - «Интересное занятие»
- Критерий актуальных потребностей:
 - «Мое настоящее»
- Критерий ожиданий, надежд, намерений и планов:
 - «Мое будущее»
- Критерий воспоминаний:
 - «Мое прошлое»
- Критерии самооценки:
 - «Какой (какая) я на самом деле»
 - «Каким (какой) бы мне хотелось быть»
- Критерии негативных переживаний:
 - «Неприятности»
 - «Страх»
 - «Печаль»
 - «Раздражение»

Понятия-индикаторы потребностей и ценностей

- Материальные потребности:
 - «Материальное благополучие»
 - «Богатство»
 - «Деньги»
 - «Зарботок»
- Потребности в безопасности:
 - «Безопасность»
 - «Стабильность»
 - «Надежность»
 - «Уверенность»
- Коммуникативные потребности:
 - «Общение»
 - «Близость»
- «Любовь»
- «Доверие»
- Потребности в самоутверждении:
 - «Свобода»
 - «Признание»
 - «Власть»
 - «Карьера»
- Потребности в самоактуализации:
 - «Знания»
 - «Творчество»
 - «Успех»
 - «Выполнение обязанностей»

Понятия-индикаторы других явлений

- Занятия и виды деятельности:
 - «Моя работа»
 - «Моя учеба»
 - «Занятия бизнесом»
 - «Домашнее хозяйство»
 - «Развлечения»
 - и т.п.
- Люди и группы людей:
 - «Моя мать»
 - «Мой отец»
 - «Мой ребенок»
 - «Мой супруг»
 - «Моя семья»
- «Мои друзья»
- «Мой начальник»
- «Мои сотрудники»
- «Моя организация»
- и т.п.
- События:
 - «Неудачи»
 - «Угроза»
 - «Болезнь»
 - «Перемены»
 - «Конфликты»
 - и т.п.

1. Базовые потребности

- Характеристики:
 - Определяют содержание стремлений, интересов и увлечений
 - Наиболее устойчивы
 - Обусловлены особенностями личности
 - Их удовлетворение является важным условием эмоционального благополучия
 - Их отсутствие или недостаток является признаком депрессии
- Критерии:
 - Понятия-индикаторы потребностей, обозначенные самым привлекательным цветом или связанные с понятием «Мое увлечение» или «Интересное занятие»

2. Удовлетворенность базовых потребностей

1. Удовлетворенность уже в настоящее время	Понятие «Мое настоящее» обозначено самым привлекательным цветом или связано с понятиями «Мое увлечение» или «Интересное занятие»
2. Надежда на удовлетворение в будущем	Понятие «Мое будущее» обозначено самым привлекательным цветом или связано с понятиями «Мое увлечение» или «Интересное занятие»
3. Воспоминания об удовлетворении в прошлом	Понятие «Мое прошлое» обозначено самым привлекательным цветом или связано с понятиями «Мое увлечение» или «Интересное занятие»
4. Неудовлетворенность в настоящем, ожидаемом будущем и воспоминаемом прошлом	Ни «Мое настоящее», ни «Мое будущее», ни «Мое прошлое» не обозначены самым привлекательным цветом, не связаны с понятиями «Мое увлечение» и «Интересное занятие»

3. Актуальные потребности

- Характеристики:
 - Определяют , чем человек озабочен, на чем он сосредоточен, о чем думает в настоящее время, что вынужден делать
 - Динамичны
 - Обусловлены содержанием ситуации и внешними обстоятельствами
 - Их удовлетворение не делает человека счастливым, а может лишь избавить от страданий
- Критерии:
 - Понятия-индикаторы потребностей, связанные с понятием «Мое настоящее»

4. Отношение к прошлому, настоящему и будущему

- Позитивное:
 - Обозначено самым привлекательным цветом, связано с «увлечением», «интересным занятием» или «радостью»
- Негативное:
 - Обозначено самым непривлекательным понятием, связано с «неприятностями», «страхом», «раздражением» или «печалью»
- Нейтральное:
 - В остальных случаях

5. Отношение к себе и другим

- Позитивное:
 - Человек обозначен самым привлекательным цветом, связан с «увлечением», «интересным занятием», «радостью», «любовью», «доверием» и т.п.
- Негативное:
 - Человек обозначен самым непривлекательным понятием, связан с «неприятностями», «страхом», «раздражением», «печалью», «конфликтами» и т.п.
- Нейтральное:
 - В остальных случаях

6. Отношение к различным видам деятельности

1. Побуждается базовыми потребностями	Обозначена самым привлекательным цветом или связана с ключевыми понятиями «Интересное занятие» или «Мое увлечение»
2. Побуждается актуальными потребностями	Связана с ключевым понятием «Мое настоящее»
3. Побуждается малозначимыми потребностями	Связана с понятиями-индикаторами потребностей, не являющихся базовыми или актуальными
4. Является источником негативных переживаний	Обозначена самым противным цветом или связана с ключевыми понятиями «Неприятности», «Страх», «Печаль», «Раздражение»

7. Источники негативных переживаний

- Характеристики:
 - Определяют, чего человек боится, что его угнетает, что вызывает агрессию, чего он может избегать
- Критерии:
 - Люди, виды деятельности или события, обозначенные самым противным цветом, или связанные с ключевыми понятиями «Неприятности», «Страх», «Печаль» или «Раздражение»

8. Вытесненные из сознания представления или переживания

- Характеристики:
 - То, о чем человек старается забыть, на что он не обращает внимание, что не замечает, игнорирует
 - Обусловлены эмоциональными травмами, запретами значимых лиц или недоступностью желаемых объектов
- Критерии:
 - Понятия-индикаторы потребностей и ценностей, занятий и видов деятельности, событий, людей и эмоций, являющиеся изолированными, единичными в группе

Преимущества методики цветовых метафор

- Защищенность от неискренности, возможность выявления как осознанных, так и неосознанных, недекларируемых отношений, потребностей и мотивов
- Универсальность и гибкость, возможность использования для решения широкого круга задач
- Простота и экономичность, незначительные затраты на сбор и обработку данных
- Возможность использования в широком возрастном диапазоне
- Повышение эффективности индивидуального консультирования, оптимизация активности клиента, наглядность и доступность в понимании структуры и содержания отношений