

Если вы оказались в стрессовой или конфликтной ситуации,  
**ПРИЕМЫ ЦВЕТОТЕРАПИИ** могут вам пригодиться.

**Желтый** цвет помогает при сдаче экзаменов, когда вам требуется предельная концентрация внимания и способность запоминать большие объемы текста. Людям творческих профессий желтый цвет дарит вдохновение.

Если в вашей жизни начинается новый этап – вы поступаете в ВУЗ или устраиваетесь на работу – окружите себя желтыми предметами. Это поможет вам преодолеть неуверенность в себе и легче воспринимать новые идеи.

**Оранжевый** принято называть цветом солнца. Он восстановит ваш уставший организм после тяжелого трудового дня, даст ощущение тепла и уюта в доме.

Если вас мучают сомнения, то ваш цвет – **синий**. На Востоке он символизирует истину и покой. Синий цвет поможет вам очистить сознание от ненужных мыслей, успокоит, если вам станет тревожно.

Используйте синие оттенки при оформлении квартиры – и вы сами заметите, что скандалы в семье практически прекратились. В синей спальне вас перестанет терзать бессонница.

Неприятности довели вас до нервного срыва? **Красный** цвет способен дать вам ощущение защищенности. Он традиционно считается цветом лидера.

Красный костюм моментально сделает вас центром внимания в любой компании. Вы можете быть уверены, что к вашим словам прислушаются. Но поскольку он очень возбуждает, обращаться с ним нужно осторожно.

Красная кофточка подарит вам чувство уверенности в собственных силах, но не стоит клеивать алыми обоями свою комнату – это чревато вспышками агрессии и даже гипертоническими кризами.

Красный как нельзя более уместен на кухне, так как помимо прочего возбуждает аппетит, но в спальне ему категорически не место.

**Зеленый** цвет уместен в любой ситуации. Это цвет природной гармонии. Он успокоит нервы и к тому же полезен для глаз. Кроме того, существует теория, что он привлекает финансовое благополучие (не случайно при слове «зеленые» у многих возникает ассоциация «доллары»).

**Голубой** цвет обладает свойством устранять страхи, даже такие, которые вы сами еще не осознали. Однако специалисты отмечают его негативное влияние на людей с пониженным давлением.

**Фиолетовый** цвет замечательно снимает напряжение. Кроме того, он помогает найти выход из творческого кризиса и снять нервное перевозбуждение.