

# Povezava med dejanji, barvami in čustvi

Psihologija

Raziskovalna naloga

Avtorici: Lucija Borak

Ana Erhatič

Mentorica: Tina Brodnjak Kokot

Somentorica: Tihana Bezdrob

Gorišnica, marec 2018

## Zahvala

Zahvaljujemo se mentoricama Tihani Brezdrob in Tini Brodnjak Kokot, ki sta naju usmerjali v pravo pot in nama omogočili, da sva napisali to raziskovalno nalogo po najinih najboljših močeh. Zahvalo mora dobiti tudi OŠ Gorišnica, ker nas spodbuja in nam daje veliko možnosti, da se izrazimo ne glede na področje zanimanja. Na koncu bi se zahvalili vsem, ki so na kakršenkoli način pomagali pri nastanku te raziskovalne naloge, četudi so rešili anketo.

Lucija Borak in Ana Erhatic

## Povzetek

Raziskovalna naloga obravnava povezavo med barvami, čustvi in dejanji pri učencih od 6. razreda osnovne šole do drugega letnika srednje šole.

Naša dejanja so močno odvisna od čustev. Povezavo med dejanji in barvami pa je težje najti, težje razložimo in najdemo čustva in dejanja v povezavi z določeno barvo. V raziskovalni nalogi poizkušamo dokazati, da povezava med dejanji, čustvi in barvami zagotovo obstaja. Obstaja namreč 5 temeljnih čustev: strah, jeza, zavist, žalost in ljubezen in tri osnovne barve: rdeča, rumena in modra. Rdeča barva načeloma simbolizira ljubezen, zelena svobodo, modra predstavlja zaupanje, rumena srečo, vijolična simbolizira skrivnost, bela čistost in črna žalost. Nekaterim je všeč več različnih barv ali odtenkov enakih barv. Barvo lahko izražamo na različne načine, na primer imamo oblačila naše najljubše barve. Radi povezujemo čustva z določenimi barvami, zaradi katerih se počutimo bolje. Nekateri avtorji ugotavljajo, da je vloga, ki jo imajo barve v naših življenjih, veliko večja, kot si morda večina od nas predstavlja. Barva dobesedno vpliva na vse vidike tega, kar smo, prav tako pa barve vplivajo tudi na čustva. Občutimo neskončno čustev, vendar zmoremo prepoznati le nekaj osnovnih čustev. Ljudje čustva prikažemo navzven s smehom, jokom, ... Večino čustev pa prikažemo na nebesedni način, tudi z barvo. Z raziskovalno nalogo dokažemo, da rumeno barvo pripisujemo k srečnim dogodkom, zeleno k naravi, modro k umirjenim dejavnostim, črno k žalosti. S pomočjo že znane teorije in raziskovalnega vprašalnika pa ugotovimo, da k rdeči barvi spadajo čustva, to sta ljubezen in jeza, k modri barvi umirjenost in zaupanje, k rumeni barvi veselje, k zeleni veselje in umirjenost, k beli pa vsa pozitivna čustva, k črni barvi pripisujemo žalost, k vijolični barvi pa mešana čustva.

**Ključne besede:** barve, dejanja, čustva

## Abstract

Our research describes the connection between colours, emotions and actions, with pupils from year six to year 11.

Our actions highly depend on our emotions. Finding a connection between actions and colours is hard, and explaining a connection between emotions and actions, without excluding colours is even harder. But in this research, we will try to confirm that a connection between actions, feelings and colours, does in fact exist. We recognise five basic emotions: fear, anger, jealousy, sadness and love and know three basic colours: red, yellow and blue. Red tends to symbolize love, green freedom, blue trust, yellow happiness and luck, purple symbolizes secret, white purity and black sadness. Some people like a range of different colours, whilst others like different shades of the same colour. We can show colours in many ways, most commonly by wearing clothes that have our favourite colour. We like to associate feelings with certain colours that make us feel better. Some authors are realising, that the role colours have in our lives is greater, than most of us can imagine. Colour affects all aspects of who we are, in the same way colours affect our emotions. We feel an infinite amount of emotions, but we can only recognise a few, which we show with laughter, crying, ... But we show the majority of our emotions without words, even with colour. With our research we found a connection between colours, emotions and actions. We proved that we can connect yellow with happy actions, green with nature, blue with relaxing activities, black with sadness. With the help of literature and an online questionnaire we found out that we can connect red with love and anger, blue with relaxation and trust, yellow with happiness, green with calmness, white with all positive emotions, black with sadness, purple with mixed feeling of red and blue.

**Key words:** colours, actions, emotions

## Vsebina

1. Uvod.....	7
2. Teoretični del.....	8
2.1 Čustva .....	8
2.1.1 Kaj so čustva .....	8
2.1.2 Glavna čustva.....	8
2.1.3 Izvor in izražanje čustev.....	9
2.2 Barve.....	10
2.2.1 Osnovne in sekundarne barve.....	10
2.2.2 Barvni krog.....	10
2.2.3 Pomeni različnih barv .....	11
2.3 Čustva in barve .....	12
2.4 Čustva in dejanja.....	15
2.5 Barve in dejanja .....	15
3. Raziskovalni del.....	16
3.1 Opredelitev raziskovalnega problema.....	16
3.2 Hipoteze.....	16
3.3 Raziskovalna metoda.....	16
3.4 Postopek zbiranja podatkov .....	16
3.5 Rezultati.....	17
3.5.1 Spol in razred .....	17
3.5.2 Zapiši svojo najljubšo barvo.....	17
3.5.3 Katero barvo bi izbral med spodaj navedenima? .....	18
3.5.4 K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. VESELJE .....	18
3.5.5 K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. ŽALOST .....	19
3.5.6 K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. STRAH.....	19
3.5.7 K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. JEZA .....	20
3.5.8 K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. RDEČA.....	21
3.5.9 K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. MODRA.....	21
3.5.10 K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. ZELENA .....	22
3.5.11 K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. RUMENA.....	23
3.5.12 Predstavljaš si, da tečeš zunaj in je vse mirno, slišiš samo zvoke narave. Katero barvo bi pripisal temu dejanju?.....	23
3.5.13 Hodiš po temni ulici, ko zaslišiš korake za seboj. Neznanec te začne zasledovati. Katero barvo bi pripisal temu dejanju?.....	24
3.5.14 Poletje je in sije sonce. Otrok se smeji, ker je dobil sladoled. Katero barvo bi pripisal temu dejanju? .....	25

3.5.15 Rešuješ problem pri matematiki, a ga nikakor ne uspeš rešiti. Katero barvo bi pripisal k temu dejanju? .....	26
3.5.16 Sošolci se norčujejo iz tebe in ti skrivajo torbo. K temu dejanju pripiši ustrezno čustvo in barvo. ....	27
4. Razprava .....	29
5. Zaključek .....	31
Viri in literatura.....	32
Priloge.....	32

## Kazalo slik

Slika 1: Plutchingovo kolo čustev .....	8
Slika 2: Ittanov barvni krog .....	10
Slika 3: Starinski barvni krog.....	11
Slika 4: Barvni krog, ki prikazuje odtenke barv.....	11
Slika 5: Abstraktni prikaz veselja .....	13
Slika 6: Abstraktni prikaz strahu .....	13
Slika 7: Abstraktni prikaz jeze .....	13
Slika 8: Abstraktni prikaz žalosti .....	14
Slika 9: Barvni krog, na katerem so prikazana barvam primerna čustva.....	14
Slika 10: Odtenki barv ter čustva, ki jih vzbudijo.....	14
Slika 11: Spol anketirancev in razred, ki ga obiskujejo.....	17
Slika 12: Najljubša barva.....	17
Slika 13: Izbira modre ali rdeče barve glede na spol anketirancev .....	18
Slika 14: Barva veselja.....	18
Slika 15: Barva žalosti .....	19
Slika 16: Barva strahu .....	19
Slika 17: Barva jeze .....	20
Slika 18: Dejanja rdeče barve .....	21
Slika 19: Dejanja modre barve.....	21
Slika 20: Dejanja zelene barve .....	22
Slika 21: Dejanja rumene barve.....	23
Slika 22: Barva, ki ustreza teku in zvokom v naravi .....	23
Slika 23: Barva, ki ustreza dejanju zasledovanja .....	24
Slika 24: Barva, ki ustreza sončnemu poletju s sladoledom v roki .....	25
Slika 25: Barva, ki ustreza nerešljivemu problemu pri matematiki .....	26
Slika 26: Čustvo, ki ustreza dejanju norčevanja ob skrivanju torbe .....	27
Slika 27: Barva, ki ustreza dejanju norčevanja ob skrivanju torbe .....	28

## 1. Uvod

Z raziskovalno nalogo želiva izvedeti, ali so čustva in dejanja povezana z določenimi barvami. Mnogo avtorjev je že raziskovalo, kakšen učinek imajo barve, čustva in dogodki na nas. Čustva so v slovarju slovenskega knjižnega jezika opredeljena kot duševni proces ali stanje, ki je posledica odnosa med človekom in okoljem. Zaradi te povezave z okoljem sva se odločili, da raziščeva, kako je vpliv okolja povezan z našimi čustvi ali z določenimi barvami. Najprej bova predstavili osnovna čustva, ki jih je raziskoval Robert Plutching. Njegova lestvica zavzema osem osnovnih čustev, ki jih je nato še razdelil in jim določil ustrezne barve.

Psihologinja Varja Kališnik pa meni, da ima vsak človek drugačno notranjo esenco in zato različna čustva, kljub temu pa loči pet temeljnih čustev, in sicer strah, jezo, zavist, žalost in ljubezen (2009, str. 61). Ker so čustva le energija s posebno vibracijo, ki učinkuje na nas in okolico, ne da bi jo zunaj lahko videli, imajo psihologi različne ideje o osnovnih čustvih. Zaradi tega sva se odločili, da bova raziskovali, katere barve bi pripisali k posameznemu čustvu.

Vemo, da obstajajo tri osnovne barve, to so rdeča, rumena in modra. Z nalogo bova raziskovali, ali zraven osnovnih barv še z zeleno, vijolično, belo in črno barvo povezujemo točno določena čustva. V teoriji s pomočjo razne literature spoznamo, da rdeča barva načeloma simbolizira agresivnost, ljubezen ter pomembnost, zelena pa naravo in svobodo. Modra predstavlja zaupanje, mir in varnost. Rumena načeloma predstavlja srečo, nevarnost in prijaznost. Vijolična simbolizira plemstvo in skrivnost. Značilnosti bele barve so čistost, nedolžnost in zdravstvo. Črna predstavlja moč, žalost in eleganco.

Dejanja so v SSKJ opredeljena kot uresničenje odločitve ali volje in naša čustva najpogosteje nastanejo kot posledica odziva na okolje. Redko prihajajo čustva iz nas brez zunanjega vpliva, zaradi česar lahko razberemo, da so naša čustva močno odvisna od dejanj in obratno. Waharam (2009, str. 32), meni, da "je večina čustev reaktivnih, kar pomeni, da nekdo nekaj reče ali stori, kar v drugi osebi vzbudi določena čustva." Kljub temu pa je povezavo med dejanji in barvami težje najti, saj smo ljudje navajeni izražati dejanja, ne pa čustev, ki bi za posledico ali vzrok imela barvo, ki jo občutimo. Odločili sva se, da z nalogo raziščeva povezavo med dejanji in barvami, saj sva obe po najinem mnenju bolj vizualna tipa in nama dejanja in čustva pomenijo več kot besede napisane na papirju. Želiva tudi izvedeti kaj več o temi, s katero se neposredno srečujemo v našem vsakdanu. Barve nas zaznamujejo vsak dan z barvami našega okolja, ki vplivajo na naše razpoloženje oziroma čustva, in z našimi oblačili. Zanimivo je, da najini vrstniki izbirajo modro, sivo, črno barvo, medtem ko mlajši otroci izbirajo bolj žive barve. Ugotovitve te raziskave bi lahko uporabili pri oblačenju, če bova izvedeli, katere barve sodijo k posameznemu čustvu ter kakšen vtis pustijo na človeka. Izsledki lahko pomagajo tudi pri dekoraciji bivalnih prostorov. Lahko z barvo vplivam na dobro voljo žalostnega prijatelja, je možno omiliti negativna dejanja z določenimi barvami? S pomočjo raziskave želiva izvedeti več o človekovih čustvih in o tem, kako pomembna so za naš vsakdan in naše življenje v dolgem roku.

V raziskovalnem delu bova iskali povezave med barvami in določenimi čustvi. Uporabljali bova pet osnovnih čustev, ki jih prepozna psihologinja Varja Kališnik, saj so bolj razumljiva ter bolj preprosta za prepoznanje. Najprej želiva ugotoviti, ali bodo sta rdeča in modra barva pripisani določenemu spolu oziroma ali bodo dekleta izbrala rdečo barvo. Zanimalo naju bo, ali zeleno barvo pripisujemo bolj umirjenim dejavnostim, ki potekajo zunaj v naravi (na primer tekanje) in ali moder odtonek izbiramo k mirnim sproščenim dejavnostim, kot je brskanje po internetu. Želiva izvedeti tudi, ali rumena barva zaznamuje srečne dogodke in ali črno povezujemo z žalostjo.

## 2. Teoretični del

### 2.1 Čustva

#### 2.1.1 Kaj so čustva

Beseda emocija (emotion) je sestavljena iz e in movere, črka e pomeni energijo in movere gibanje. Wharam (2009, str. 31) pravi, da "so čustva osnovno in zelo močno orodje, ki nas žene, da nekaj naredimo". Čustvo je torej neka energija, ki nas premika, giba proti temu, da nekaj storimo. V SSKJ so čustva opredeljena kot duševni proces ali stanje, ki je posledica odnosa med človekom in okoljem. Kljub temu pa lahko čustva izhajajo iz nas brez povezave z okoljem.

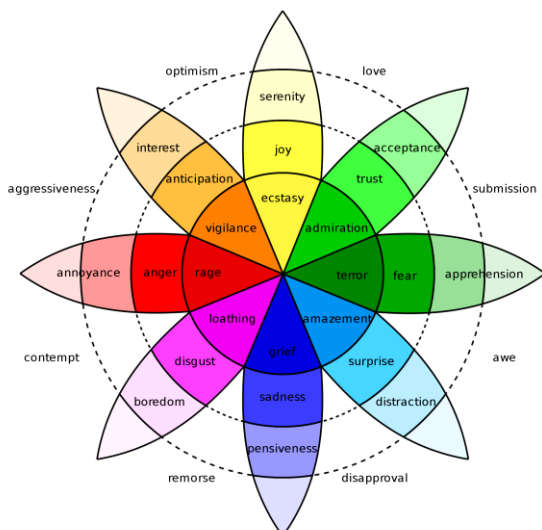
Kališnikova (2009, str. 82) pravi, da "je čustvo energija, ki jo čutimo v telesu in da skozi čustva v resnici živimo". Čustva so torej neka energija, ki je izjemno pomembna v našem življenju ter nam omogoča, da delujemo kot normalni ljudje.

#### 2.1.2 Glavna čustva

Glavna ali osnovna čustva so čustva, ki jih občuti vsak, ne glede na način vzgoje in druge faktorje. So tudi najpomembnejša čustva, ki jih občutimo.

"Morda bi lahko rekli, da so čustva (navezujoč se na glavna čustva) /.../ instinktivna in ne vključujejo razmišljanja, medtem ko druga čustva (sekundarna) potrebujejo večjo ali manjšo stopnjo analize" (Wharam, 2009, str. 35).

Robert Plutching je odkril osem osnovnih čustev: optimizem, agresivnost, ljubezen, sovraštvo, odpuščanje, nestrinjanje, strah in submisivnost; le tem je nato dodelil še milejšo in intenzivnejšo različico.



Slika 1: Plutchingovo kolo čustev (Vir: <http://whatis.techtarget.com/definition/Plutchiks-Wheel-of-Emotions>)

Psihologinja Varja Kališnik (2009, str. 61) pa meni, "da se je lažje zavedati, kaj čutimo, če se naučimo delati z metodo petih temeljnih čustev, to so strah, jeza, zavist, žalost in ljubezen".



Ljubezen je čustvo, ki ga človek občuti, ko nekoga ljubi oziroma ga ima zelo rad in želi z njim preživeti vsak trenutek svojega življenja. SSKJ razloži ljubezen kot močno čustvo naklonjenosti do osebe drugega (ali enakega) spola, kot močno čustvo naklonjenosti do koga, združeno s skrbjo za njegovo korist, dobro in kot močen pozitiven odnos do česa. Ne glede na izbrano definicijo vemo, da je ljubezen zelo močno in pozitivno čustvo.

Veselje je eno izmed glavnih čustev, ki ga občuti vsak človek, ko ga nekaj nasmeji, osreči. To je lahko šala, smešna situacija. V SSKJ ima veselje več opisov, pomeni stanje prijetne vznemirjenosti, ki se izraža v smehu, petju, živahnosti, je prijetno duševno stanje, ki se izraža v vedenju, odnosu do življenja in je čustvo, ki ga povzroči kaj ugodnega, zaželenega. Veselje je torej prijetno čustvo, ki nam na obraz posadi nasmeh.

Strah je čustvo, ki ga občutimo, ko nas je strah. Največkrat ga občutimo, ko vemo, da smo v nevarnosti. SSKJ opiše strah kot neprijetno stanje vznemirjenosti zaradi neposredne ogroženosti, (domnevno) sovražnih, nevarnih okoliščin; strah je tudi tesnobno duševno stanje zaradi pričakovanja česa hudega, neprijetnega.

Žalost je negativno čustvo, ki ga občutimo, ko žalujemo za izgubljenim življenjem ali nasploh negativno situacijo. SSKJ definira žalost kot čustvo, ki ga povzroča doživljanje česa duševno bolečega, smrt, izguba koga.

Jeza je čustvo, ki ga občuti oseba, ko je v nevšečni situaciji, iz katere hoče oditi, vendar ne more. Jezo občutimo tudi tedaj, ko nekdo naredi nekaj, za kaj se mu hočemo maščevati. SSKJ definira jezo kot močno kratkotrajno čustvo, ki povzroča napadalne težnje.

Zavist je sopomenka ljubosumju. Občutimo jo, ko hočemo imeti nekaj, kar ima nekdo drug. SSKJ razloži to čustvo kot občutek velikega nezadovoljstva, da kdo ima, je deležen česa, kar si osebek želi.

### 2.1.3 Izvor in izražanje čustev

Občutimo neskončno čustev, vendar zmoremo prepoznati le nekaj osnovnih. Za najlažje razumevanje čustev nam pride v pomoč slika 1, ki opredeli čustva v svoje skupine. Znotraj kroga so bolj intenzivni občutki, medtem ko so zunaj bolj mili občutki.

Ljudje čustva prikažemo navzven s smehom, jokom. Večino čustev prikažemo na nebesedni način. "Ljudje izražamo čustva na dva načina, besedno in nebesedno. Nebesedno izražanje čustev, ki navadno obsega kar 90 odstotkov celotnega čustvenega izražanja, se kaže z očesnim stikom, izrazom obraza, tonom glasa" (Kanoy, 2014, str. 91). Nebesedno izražamo čustva zaradi sramote nad našimi čustvi in kadar nočemo govoriti o njih. To največkrat delajo moški. Menimo tudi, da naša čustva ne spadajo v določen pogovor. Razlog za to je tudi, da so čustva zelo osebna stvar, zato jih ljudje mnogokrat ne delijo z drugimi, kljub temu da bi jim drugi lahko pomagali.

Čustva načeloma prihajajo iz okolja, prihajajo pa tudi iz nas. Kališnikova (2009, str. 98) se je v svoji raziskavi spraševala, "kdaj veste, da je to, kar čutite, prav in da gre za pristno, pozitivno čustvo, ki ima pravico obstajati. /.../ Takrat, kadar to čustvo nastane brez zunanjega vzroka." Avtorica nam je s tem želela povedati, da je malo pristnih čustev, ki so brez zunanjih vplivov, ter da so to čustva tisto, kar nam mora pomeniti največ.

Glavni vzrok za čustva pa so zunanji dejavniki oziroma okolje. Vodilo za naša čustva so dejanja drugih ter nas samih.

## 2.2 Barve

Glede na SSKJ je barva lastnost predmeta, katero očesu posreduje svetloba, ki jo telo seva, odbija ali prepušča (SSKJ, 2018). Poznamo veliko barv in odtenkov, ki naše življenje polepšajo in povežejo z našim, človekovim duhovnim ter socialnim življenjem. Barva je pomembna tudi v kulturi, najbolj v magiji, mitih, religiji in umetnosti. Skoraj vsakemu človeku je nek predmet bolj všeč v določeni barvi. To pomeni, da imamo najljubšo barvo. Nekaterim je všeč več različnih barv ali odtenkov enakih barv. Barvo lahko izražamo na različne načine, na primer nosimo oblačila svoje najljubše barve. Radi pa povezujemo čustva z določenimi barvami, zaradi katerih se počutimo bolje.

### 2.2.1 Osnovne in sekundarne barve

Poznamo tri osnovne barve, to so rdeča, modra in rumena. Imenujemo jih tudi primarne barve, saj jih ne moremo pridobiti iz drugih barv. Rdeči, oranžni, zeleni, modri in vijolični barvi bi lahko rekli, da so barve mavrice, saj iz njih dobivamo različne druge barve in odtenke. Sekundarne barve so sestavljene iz dveh primarnih barv. Terciarnne pa so sestavljene iz primarnih in sekundarnih. Če zmešamo primarne barve, dobimo sekundarne, če zmešamo te, dobimo terciarne.

Barve delimo tudi na druge načine. Tople barve so odtenki rdeče, oranžne, rumene in rjave. Hladne barve pa so odtenki modre, zelene in škrlatne. Zraven toplih in hladnih odtenkov imamo še nevtralne, torej bele in bež barve.

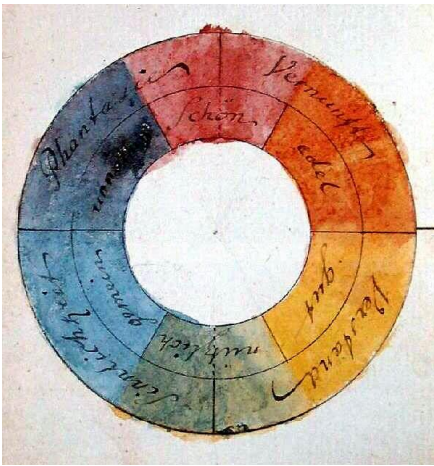
Barve razdelimo še na močne barve, intenzivne barve, ki niso razredčene s črno, belo ali komplementarno barvo oziroma barvo, ki ji je v barvnem krogu nasproti ležeča. Blede barve so manj intenzivne barve zaradi mešanja z belo, črno in komplementarnimi barvami. Za lažje razumevanje barv uporabljamo tudi barvni krog (Lisjak, 2013).

### 2.2.2 Barvni krog

Barvni krog je slikarski krog, kjer je urejeno razmerje med barvami. Prikazuje tudi razmerje med primarnimi, sekundarnimi in terciarnimi barvami ter njihovo medsebojno povezanost. V barvnem krogu je 12 barv (Trstenjak, 1996). Poznamo več barvnih krogov, eden je Ittanov barvni krog.



Slika 2: Ittanov barvni krog (Vir: [https://sl.wikipedia.org/wiki/Barvni\\_krog](https://sl.wikipedia.org/wiki/Barvni_krog))



Slika 3: Starinski barvni krog (Vir: <https://attireclub.org/2017/08/25/attire-club-mood-board-the-history-of-color-systems/goethes-symmetric-colour-wheel-with-associated-symbolic-qualities-1809/>)



Slika 4: Barvni krog, ki prikazuje odtenke barv (Vir: <https://seek.rs/image/64295>)

### 2.2.3 Pomeni različnih barv

Chiazzarijeva (2000, str. 16) ugotavlja, da je "rdeča barva od vseh barv najbolj telesna in da je to barva krvi, ki spodbudno deluje na srce in krvni obrok. Je zelo močna barva in so jo od nekdaj povezovali z življenjsko vitalnostjo in prizadevnostjo. Pomeni pa tudi jezo."

"Rdeča predstavlja barvni zenit. Njene psihološko-simbolične učinke določa njena fizična povezanost z dvema temeljnima življenjskima substancama: ognjem in krvjo" (Kovačev, 1997, str. 39). Kovačeva pravi, "da se rdeča barva pomensko prekriva z najpomembnejšimi čustvi. Poleg ljubezni simbolizira tudi sovraštvo in vsa vmesna občutja, ki povzročijo, da se nam vzvalovi kri". Rdeča je po njenem mnenju vpadljiva barva, ki lahko v določenih okoliščinah deluje precej nasilno. Zato jo uporabljamo za označevanje nevarnosti, prepovedi in korekcij. Kovačeva (1997, str. 230) je ugotavljala, da se "rdeča barva pojavlja ravno na risbah dveh primarnih emocij, ki se med seboj vrednostno izključita". Pravi, da so tako za veselje kot tudi za jezo namreč značilni močni in nenadzorovani izbruhi. Prav zaradi energetske nabitosti rdeča po njenem mnenju ni primerna za upodabljanje žalosti ali strahu.

Modra je najljubša barva največ ljudi. Trstenjak (1978, str. 281) pravi, da je "ta barva všeč 43.9 % Slovincem." Modra je namreč umirjena, pomirjajoča barva, ki simbolizira zvestobo in zaupanje. "Povezujemo jo z

oddaljenostjo in neskončnostjo” (Kovačev, 1997, str. 52). Najpogosteje so to barvo uporabili pri simbolizaciji žalosti.

Chiazzarijeva (2000, str. 18) pravi, da “je rumena spodbudna, živahna barva in je izraz navdušenja”. Po njenem mnenju “krepi bistroumnost, povečuje razsodbo, izboljšuje spomin, utrjuje samozavest in vpliva optimizem.” Kovačeva (1997, str. 62) pa ugotavlja, da je “rumena barva sonca, svetlobe in zlata.” Po njenem mnenju rumena barva simbolizira svetlobo, vedrino in optimizem. Skupaj z oranžno in rdečo ponazarja veselje, srečo, zadovoljstvo. Pravi, da jo zaradi svoje vpadljivosti lahko (v kombinaciji z črno) uporabljamo za različne napise, ki morajo biti dobro vidni. Likovno pa simbolizira veselje.

“Zelena barva je tesno povezana z naravo, pomaga nam, da se poglobljeno povežemo z drugimi ljudmi in s svetom narave” (Chiazzari, 2000, str. 19). Kovačeva (1997, str. 232) pa dodaja, da “zeleno barvo najpogosteje povezujemo z ljubeznijo, optimizmom in veseljem, zato jo zasledimo na slikah oz. upodobitvah veselja.”

“Vijolična močno vpliva na naše duševno počutje, /.../ prinaša mir in premaguje razburjenost” (Chiazzari, 2000, str. 20). Po Kovačevi (1997, str. 71) pa je “vijoličasta mešanica rdeče in modre barve, zato je barva mešanih občutij.” Pravi, da za to barvo ni nobenega čustva, s katero bi jo lahko takoj povezali. Vzroki lahko izhajajo iz preteklosti, ko običajni ljudje niso imeli dovoljenja nositi vijoličasta oblačila, ker je bila ta barva namenjena izključno za kraljevino in duhovnike. Zato se v družbi niso razvila čustva povezana s to barvo, medtem ko so bile druge barve vsakodnevno okoli nas že stoletja.

“Oranžna barva je vesela. Osvobaja in sprošča čustva ter odpravlja samopomiljevanje in nepripravljenost oproščati” (Chiazzari, 2000, str. 18). Kovačeva (1997, str. 79) pa “oranžno najpogosteje asociira s plamenom ali z vulkanom, simbolizira pa veselje, zrelost in rast.”

“Črna barva tolaži in varuje, hkrati pa učinkuje skrivnostno. Povezana je s tišino, neskončnostjo” (Chiazzari, 2000, str. 20). Kovačeva (1997, str. 235) pa ugotavlja, da “se črna barva na upodobitvah čustev pojavlja najpogosteje med vsemi barvami in da jo izključno povezujemo z žalostjo.”

“Bela pomeni brezmadežno čistost. Ponuja varnost, mir in zavetje” (Chiazzari, 2000, str. 20). Pravi, da je bela barva pravo nasprotje črni in takšna je tudi njena navezanost na čustva. Medtem ko črna spremlja negativna čustva, bela spremlja pozitivna, dobra čustva.

### 2.3 Čustva in barve

“Vloga, ki jo imajo barve v naših življenjih, je veliko večja, kot si morda večina od nas predstavlja. Barva dobesedno vpliva na vse vidike tega, kar smo, in to tako na notranje in zunanje” (Ritberger, 2007, str. 38). Barve vplivajo tudi na čustva. To opazimo v mnogih upodobitvah, kjer so z barvami ter črtami narisana čustva.

“Na upodobitvah veselja najpogosteje zasledimo rdečo, rumeno in oranžno. Vse tri so tople in stimulative barve, ki optično približujejo predmete. Poleg tega povečujejo stopnjo aktivacije, pospešujejo krvni obtok in spodbujajo dihanje. So ekspanzivne in osvajalske barve, ki pogosto implicirajo tendenco k približevanju in privlačnosti. Kljub temu da rumena in oranžna ne spadata med najbolj priljubljene barve v zahodni kulturi, je njun učinek na organizem zelo ugoden. Zato vse tri barve povezujemo s pozitivnimi čustvi” (Kovačev, 1997, str. 218).



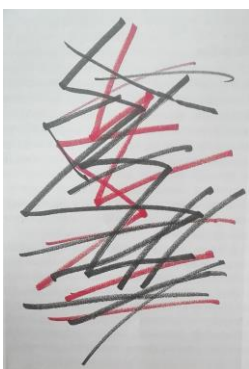
Slika 5: Abstraktni prikaz veselja (Vir: Kovačev, A. N., 1997)

“Na abstraktnih slikah strahu se najpogosteje pojavljata črna in vijoličasta barva, najredkeje pa zelena” (Kovačev, 1997, str. 226). Kovačeva pravi, da je črna barva pogosta tudi na risbah drugih dveh negativnih emocij. Ugotavlja, da je na drugem mestu po pogostosti vijoličasta barva. Zanj je po njenem mnenju celo značilno, da ni specifična za nobeno emocijo.



Slika 6: Abstraktni prikaz strahu (Vir: Kovačev, A. N., 1997)

“Na risbah jeze se najpogosteje pojavljata rdeča in črna barva. Zanimivo je, da se rdeča barva najpogosteje pojavlja tudi pri abstraktnih risbah veselja, vendar subjekti tedaj upoštevajo izredno njene pozitivne konotacije. Rdeča je namreč najbolj ambivalentna barva, zato pomensko pogosto implicira veselje in ljubezen, pa tudi brutalnost, nasilje in smrt. Pri simbolizaciji jeze je za njene pomenske implikacije odločilno prav to, da se pojavlja skupaj s črno. Posebnost črne barve je v tem, da sprevrže pomen vsake barve, ki se pojavlja v kombinaciji z njo v njegovo nasprotje in da pridobi barvna kombinacija tako izrazit vrednostno negativen predznak.” (Kovačev, 1997, str. 227).

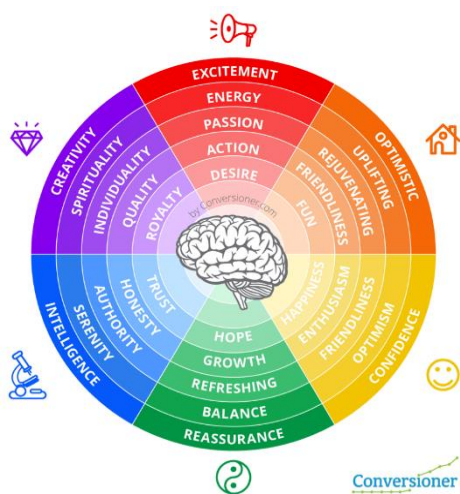


Slika 7: Abstraktni prikaz jeze (Vir: Kovačev, A. N., 1997)

“Najpogostejša barva na abstraktnih slikah žalosti je črna. Zaradi svojih pretežno negativnih pomenskih konotacij je namreč primerna za simbolizacijo negativnih emocij, tj. žalosti, jeze in strahu. /.../ Na drugem mestu glede pogostosti je modra barva, na tretjem pa rjava. /.../ V nasprotju z veseljem se na risbah žalosti najredkeje pojavljajo oranžna, rdeča in rumena barva” (Kovačev, 1997, str. 221).



Slika 8: Abstraktni prikaz žalosti (Vir: Kovačev, A. N., 1997)



Slika 9: Barvni krog, na katerem so prikazana barvam primerna čustva (Vir: [http://labermann.com/2017/05/warmefarben-und-ihre-bedeutung\\_080433/](http://labermann.com/2017/05/warmefarben-und-ihre-bedeutung_080433/))



Slika 10: Odenki barv ter čustva, ki jih vzbudijo (Vir: <https://www.conversioner.com/blog/color-psychology>)

## 2.4 Čustva in dejanja

Povezava med čustvi in dejanji je očitna, saj imajo na čustva največkrat vpliv določena dejanja. Tako ugotavlja Waharam (2009, str. 32), ki meni, da "je večina čustev reaktivnih, kar pomeni, da nekdo nekaj reče ali stori, kar v drugi osebi vzbudi določena čustva." Med drugim ugotavlja, "da ljudje z nizko čustveno inteligenco v situaciji, ko se soočajo z nekim dogodkom, ki mu ne morejo ubežati niti z besedami niti fizično, izkusijo (običajno zelo močno) čustvo ter se odzovejo, ne da bi razmišljali, kaj občutijo" (Wahram, 2009, str. 32).

Povezava med čustvi in dejanji je v našem vsakdanu izjemno pomembna, saj se moramo kot ljudje zavedati, da imajo naša dejanja posledice (ne le v obliki čustev), zato moramo pred določenim dejanjem razmisliti, kako bi to vplivalo na druge. Zraven zavedanja naših dejanj se moramo zavedati tudi naših čustev. Kanoyeva (2014, str. 51) meni da, "čustveno inteligenten otrok razume, kaj povzroča njegova čustva, kako ta čustva vplivajo nanj in na ljudi okoli njega, zakaj ga spodbujajo k določenim oblikam vedenja in kaj lahko stori, da bo v kateri koli situaciji kar najbolje uporabil njegovo moč (zavedanja čustev in stvari, ki jih sprožijo)." Povezavo med čustvi in dejanji lahko v vsakdanu uporabimo tako, da se zavedamo naših dejanj in njihovih posledic ter našega čustvenega odziva na poprej omenjeno dejanje. Pri naših dejanjih moramo biti zelo pozorni, saj ne vemo, kako bodo ta vplivala na druge ljudi in če ta vplivajo na drugo osebo negativno, moramo prevzeti vso odgovornost in jih poskušati razumeti.

Kljub temu da ljudje vedno reagiramo na dejanje, naša reakcija ni vedno primerna. Kanoyeva (2014, str. 53) ugotavlja, da "več kot polovica odraslih ni zmožna prepoznati svojih čustev, takoj ko jih začutijo; morajo se že močno nakopičiti ali pa trajati dlje časa, da se jih zavedo. Če pa se jih zavemo v trenutku, jih veliko lažje obrnemo v svojo korist." Določena dejanja torej naredimo brez premisleka, ampak tudi po tem so čustva, ki jih občutimo, upravičena ter pravilna.

## 2.5 Barve in dejanja

Barva ne vpliva samo čustveno na nas, ampak tudi fizično, kar pomeni, da lahko dejanja, ki jih vidimo ali smo jih sami deležni, povežemo z barvami. Povezavo med barvami in dejanji je težje najti, saj si ljudje dejanja v glavi različno predstavljajo, zato lahko povežejo eno dejane z več barvami. Barve včasih tudi vplivajo na naša dejanja. Rdeča barva namreč vzbuja moč in pripravljenost, da določeno dejanje storimo.

Če v svoji sobi pobarvamo stene z barvo, ki nam je všeč, ustvarimo prostor, ki je primeren za učenje in naše dobro počutje. Torej si stene sob pobarvamo v barve, ki nas lahko pritegnejo, da se lažje učimo. V raziskovalnem delu bomo poskušali prikazati, katere barve pritegnejo učence za učenje.

### 3. Raziskovalni del

#### 3.1 Opredelitev raziskovalnega problema

Z raziskovalno nalogo želiva ugotoviti, kako učenci povezujejo določene barve in ali jim pripisujejo posamezna čustva in dejanja, če obstaja povezava med barvami in dejanji pri učencih od 6. razreda do drugega letnika.

#### 3.2 Hipoteze

- a) Deklice raje izbirajo rdečo barvo kot modro.
- b) Rumeno barvo pripisujemo k srečnim dogodkom.
- c) Zeleno barvo povežemo z naravo.
- d) Modra pripisujemo k umirjenim dejanjem.
- e) Črno barvo povežemo z žalostjo.

Da deklice izbirajo raje rdečo barvo, je del splošnega ljudskega prepričanja, zato naju zanima, ali ta stereotip obstaja še danes, saj v najini okolici opažava, da deklice v nižjih razredih pogosto izbirajo oblačila v odtenkih rdeče barve.

Na naju barve močno vplivajo, zato naju zanima, ali učenci določenim dejanjem pripisujejo točno določene barve in čustva. Zastavljene hipoteze bova potrdili, če bodo rezultati vsaj 50-odstotni ali več.

#### 3.3 Raziskovalna metoda

V raziskovalni nalogi sva uporabili metodo anketiranja, s katero sva skušali ugotoviti, ali učenci povezujejo določene barve z posameznimi čustvi ali dejanji.

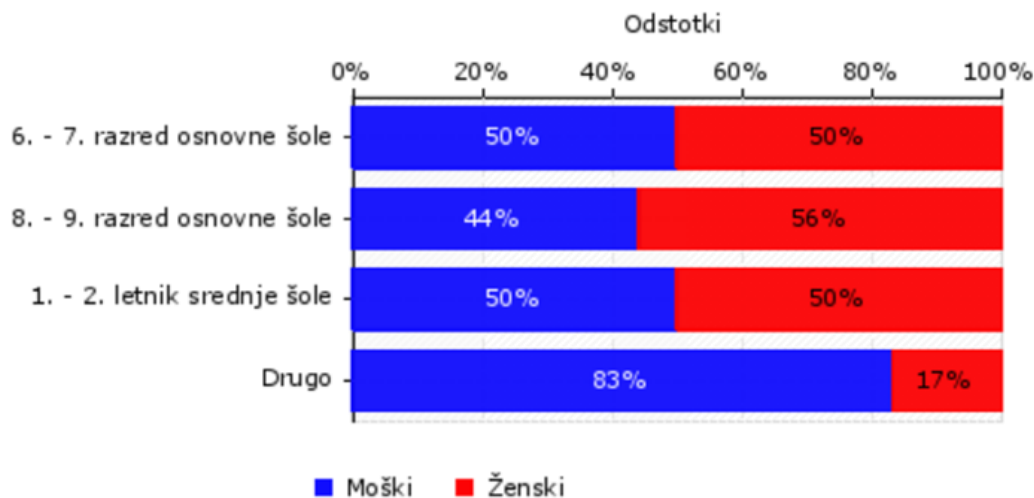
#### 3.4 Postopek zbiranja podatkov

S pomočjo spletnega vprašalnika sva anketo razdelili učencem od 6. razreda osnovne šole do 2. letnika srednje šole. Anketo je izpolnilo 142 učencev, od tega jih je 17 neveljavnih. Za svojo raziskavo sva uporabili 125 do konca rešenih in veljavnih anket. Anketa je anonimna in vsebuje petnajst vprašanj zaprtega tipa ter dve vprašanji odprtega tipa.



### 3.5 Rezultati

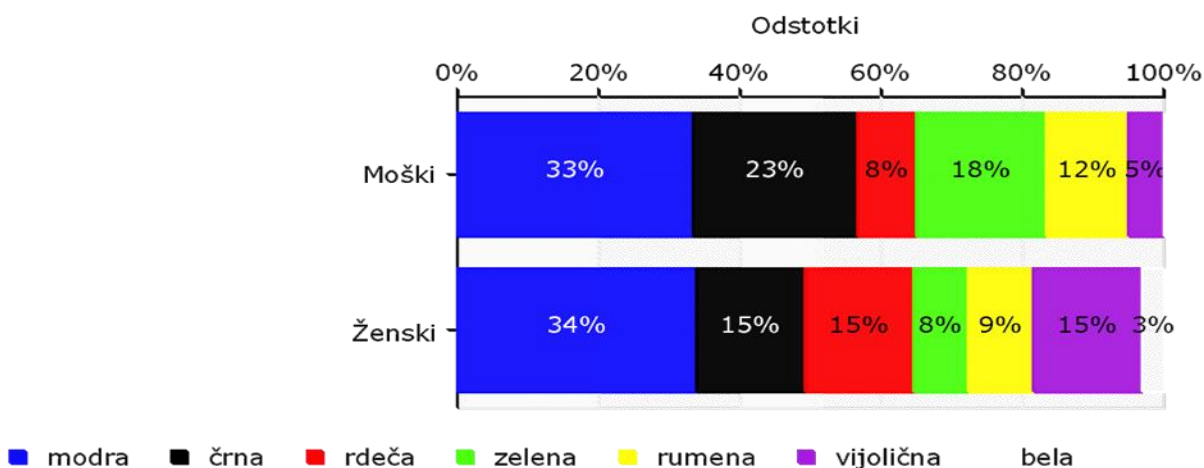
#### 3.5.1 Spol in razred



Slika 11: Spol anketirancev in razred, ki ga obiskujejo

V raziskavi je sodelovalo 125 učencev od 6. razreda osnovne šole do 2. letnika srednje šole. Od tega jih je 65 ženskega spola (52 % deklet) in 60 moškega spola (48 % fantov). 28 anketirancev (22 %) obiskuje 6. oziroma 7. razred, 77 (62 %) jih obiskuje 8. oziroma 9. razred, 14 (11 %) jih obiskuje 1. ali 2. letnik srednje šole. 6 anketirancev (5%) ne obiskuje nobenega od prej omenjenih razredov. Največ anketirancev obiskuje 8. oz. 9. razred (62 %), od tega jih je 33% ženskega spola.

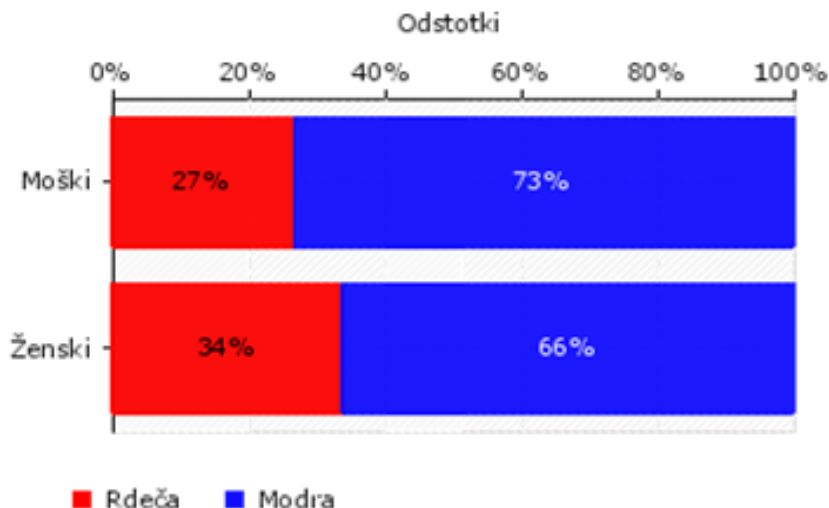
#### 3.5.2 Zapiši svojo najljubšo barvo.



Slika 12: Najljubša barva

Modra barva je dobila najvišji odstotek med najljubšimi barvami. Za to barvo se je odločilo kar 42 učencev (34 % deklet in 33 % fantov). Zraven modre barve je učencem všeč črna, tako se je odločilo 23 % vprašanih fantov in 15 % deklet. 18 % fantom je bila zelena bolj všeč kot rdeča, ki jo je izbralo le 8 % vseh vprašanih. Rdeča barva pa je bila všeč 15 % deklet, zeleno pa je izbralo le 8 % vseh deklet. Rumeno barvo je izbralo 12 % fantov in 9 % deklet, vijolično pa 15 % deklet in 5 % fantov. Bela barva je priljubljena 3 % dekletom.

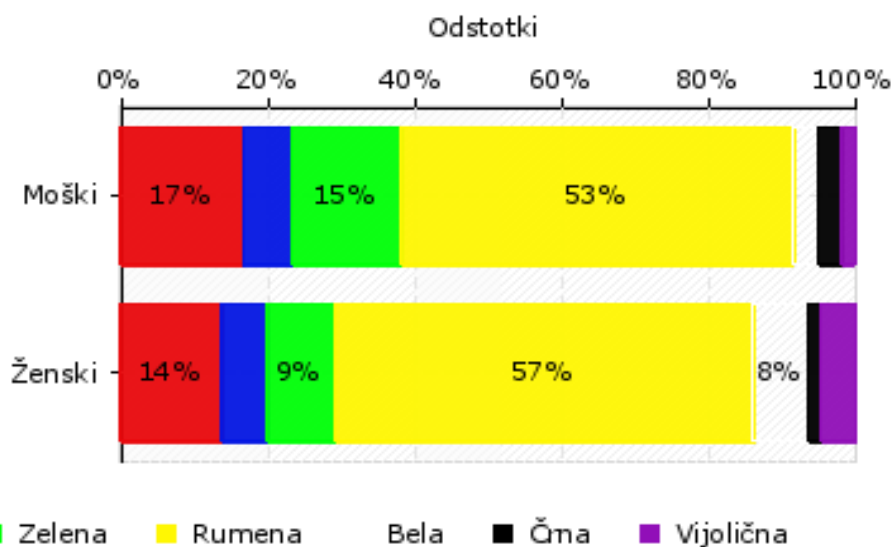
### 3.5.3 Katero barvo bi izbral med spodaj navedenima?



Slika 13: Izbira modre ali rdeče barve glede na spol anketirancev

Anketiranci so izbirali med modro in rdečo barvo. Modro barvo je izbralo 87 vprašanih (73 % vseh fantov in 66 % vseh deklet). Rdečo barvo je izbralo 38 vprašanih (34 % deklet in 27 % fantov). Čeprav je bila modra barva najbolj všeč 34 % dekletom, bi jo večinoma izbrale tudi, ko izbirajo med ponujenima barvama. Fantje so rdečo izbrali le v 27 % (izbralo jo je le 16 fantov) oziroma 7 % manj kot dekleta.

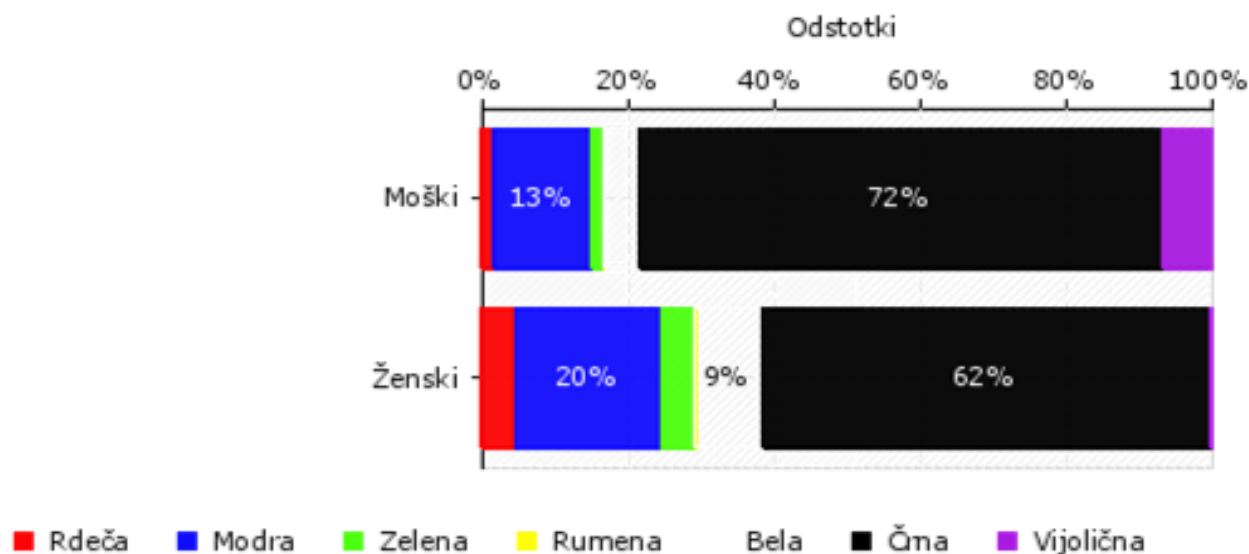
### 3.5.4 K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. VESELJE



Slika 14: Barva veselja

Največ vprašanih oz. 69 učencev (55 %) bi k veselju izbralo rumeno barvo. 17 učencev (61 %) od 6. do 7. razreda je največkrat veselje obarvalo z rumeno barvo. 41 učencev (53 %) od 8. do 9. razreda je k veselju izbralo rumeno barvo. Učenci od 1. do 2. letnika so k veselju izbrali rumeno v 57 %, temu čustvu pa so pripisali še rdečo barvo v 36 %. Najmanjši delež vseh vprašanih bi povežalo veselje s črno barvo (le 3 %).

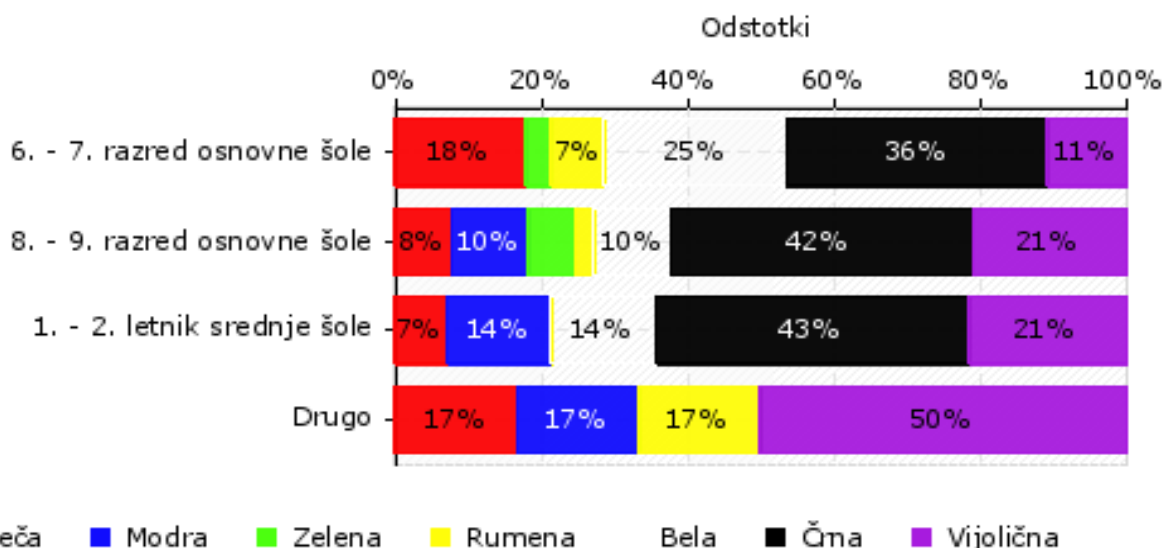
### 3.5.5 K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. ŽALOST



Slika 15: Barva žalosti

K žalosti je 83 anketirancev (66 %) izbralo črno barvo. 21 vprašanih (17 %) je k žalosti izbralo modro barvo. To barvo je k žalosti pripisalo 13 deklet (20 %). S črno barvo je obarvalo žalost 43 fantov (72 %) in 40 deklet (62 %). Nihče med vprašanimi žalosti ne povezuje z rumeno barvo. 6 deklet (9 %) pa je žalost povežalo tudi z belo barvo.

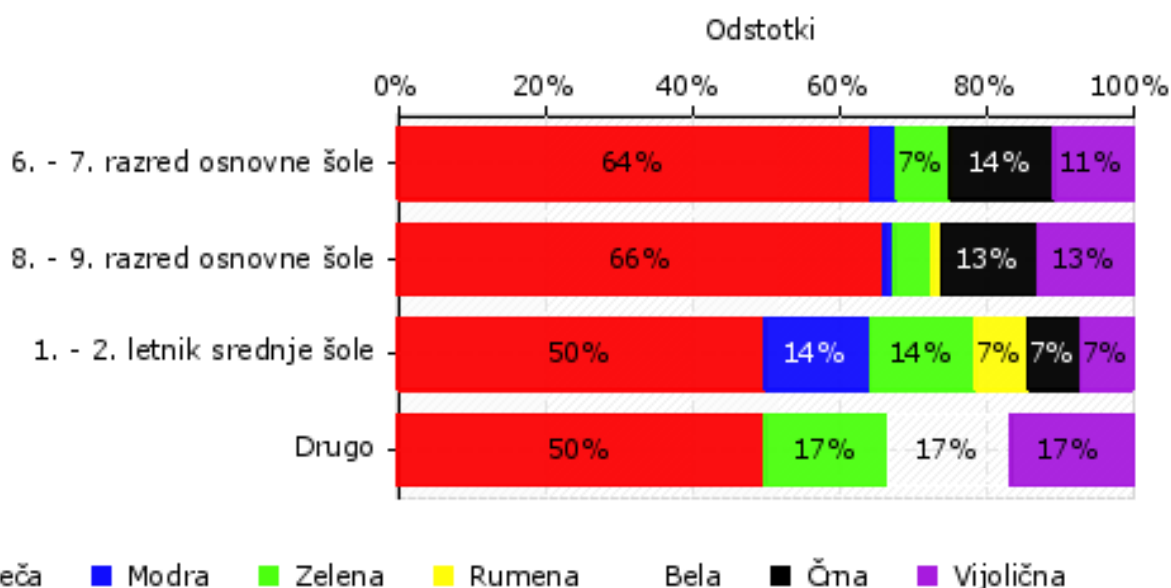
### 3.5.6 K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. STRAH



Slika 16: Barva strahu

Učenci so strah največkrat obarvali s črno barvo, kar 48 vseh vprašanih (38 %). Za tem bi strah povežali z vijolično barvo, tako se je odločilo 25 anketirancev (20 %). Rumeno je izbralo najmanj vprašanih, in sicer le 5 (4 %). Učenci 6. in 7. razredov so največkrat izbrali črno barvo (36 %), za tem pa belo (25 %). V 8. in 9. razredih so učenci največkrat izbrali črno barvo (42 %), za tem pa vijolično (21 %). Med učenci 1. in 2. letnika je bila največkrat uporabljena črna barva (43 %), za tem pa vijolična (21 %). Druge starostne skupine so k strahu pripisali vijolično barvo v 50 %.

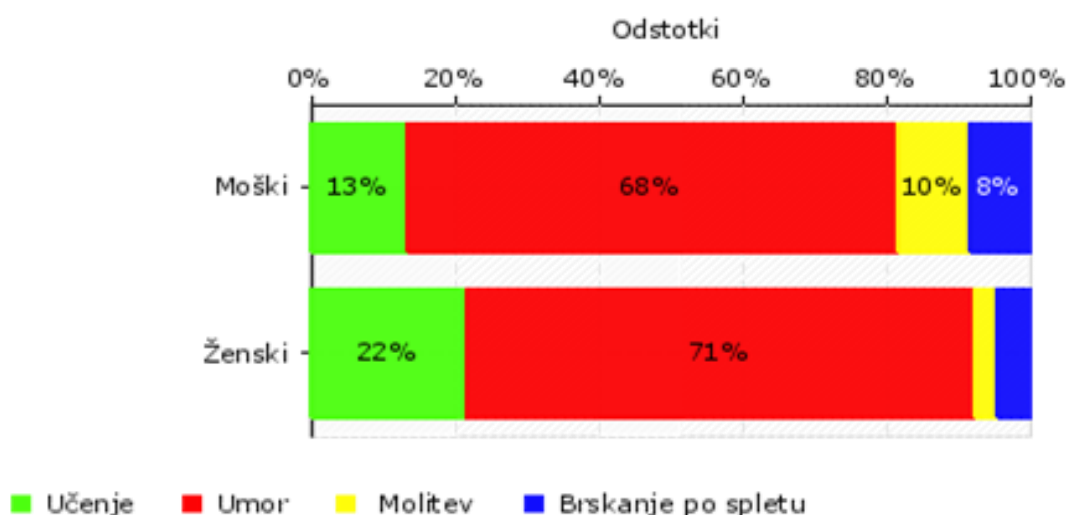
### 3.5.7 K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. JEZA



Slika 17: Barva jeze

K jezi je 79 anketiranih učencev (63 %) izbralo rdečo barvo. Sledita ji črna in vijolična, obe z enakim odstotkom, izbralo bi jo namreč 15 učencev (12 %). 18 učencev 6. in 7. razredov (64 %) bi jezo obarvalo z rdečo barvo, za tem so največkrat izbrali črna (14 %). 51 učencev 8. in 9. razreda (66 %) je k jezi izbralo črna barvo, nato pa v enakem odstotku črna in vijolično, izbralo bi jo 10 učencev (13 %). Med učenci 1. in 2. letnika so v 50 % k jezi izbrali črna barvo, za tem bi tako z modro kot z zeleno barvo jezo obarvalo 14 % anketiranih. Med ljudmi v drugih starostnih skupinah je rdečo izbralo 50 %, na drugem mestu pa med njimi ne prevladuje črna barva, vendar v enakih odstotkih zelena (17 %), bela (17 %), vijolična (17 %). Med vsemi vprašanimi je bila bela barva k jezi najmanjkrat izbrana, izbrala jo je le ena oseba.

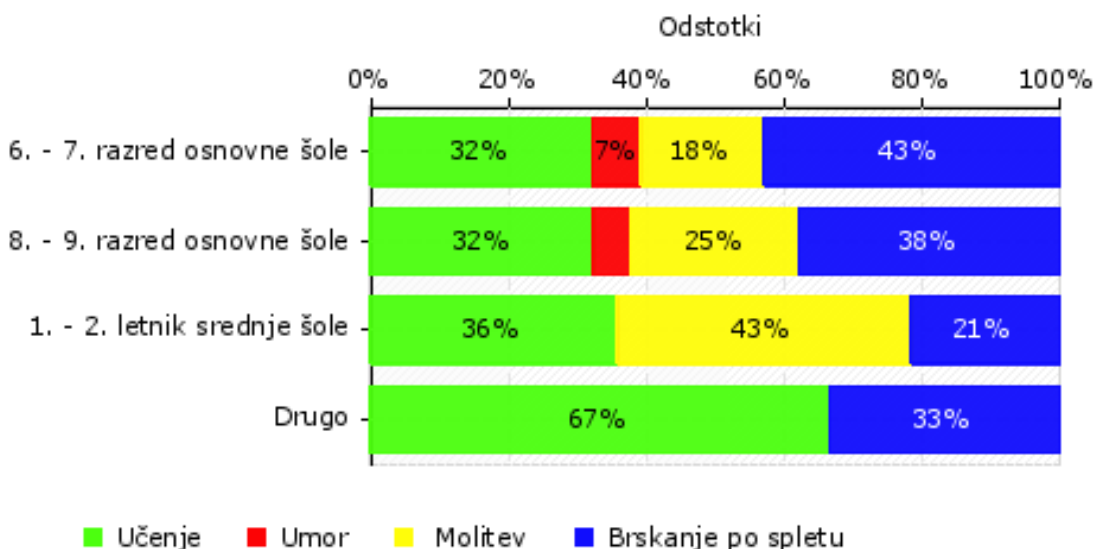
### 3.5.8 K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. RDEČA



Slika 18: Dejanja rdeče barve

87 vprašanih (70 %) k rdeči barvi pripisuje umor. 22 učencev (18 %) meni, da bi z rdečo barvo lahko povezali učenje. 8 učencev (6 %) z rdečo barvo povezujejo tako dejanje, ki je povezano z molitvijo kot brskanje po internetu. Fantje so največkrat izbrali k rdeči barvi umor, tako se je določilo 41 fantov (68 %). Za tem so se odločili za učenje (13 % oz. 8 fantov), nato za molitev (10 % oz. 6 fantov) in nazadnje za brskanje po spletu (8 %). Dekleta so v 71 % (46 deklet) izbrala umor k rdeči barvi, nato pa učenje (22 % oz. 14 deklet).

### 3.5.9 K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. MODRA

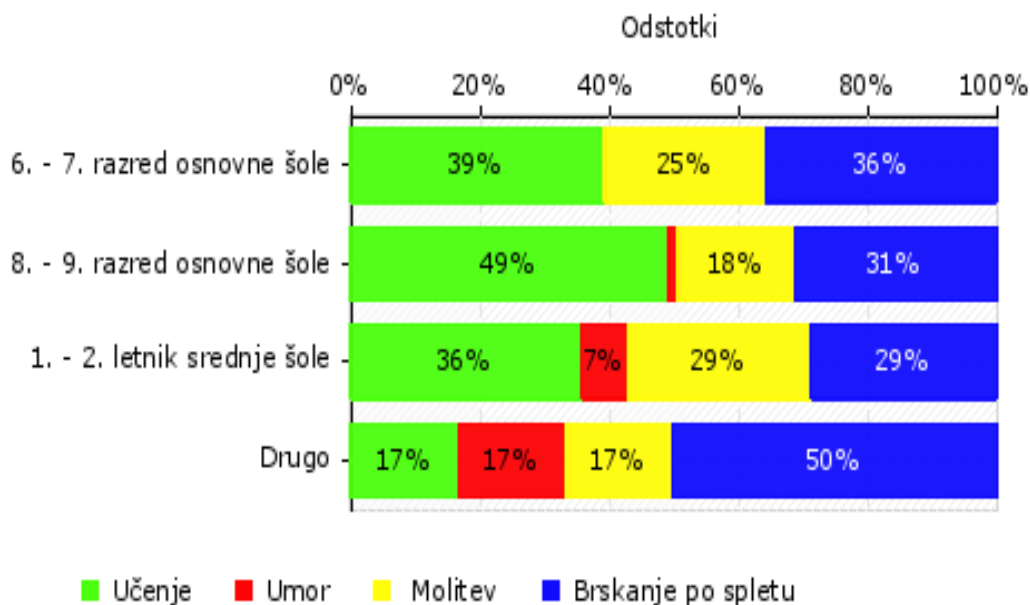


Slika 19: Dejanja modre barve

K modri barvi je največ vprašanih izbralo brskanje po spletu, tako se je odločilo 46 anketirancev (38 %). Za tem so izbrali učenje, tako se je določilo 43 učencev (34 %). Učenju sledi molitev, ki bi jo k modri barvi pripisalo 30 vprašanih (24 %), najmanj pa bi jih k modri barvi izbralo umor (le 5 % vseh vprašanih). Od tega so učenci 6. in 7. razredov najpogosteje k modri barvi pripisali brskanje po spletu, tako meni 12 učencev (43 %). Za tem bi 9 učencev izbralo učenje (32 %), nato bi jih 5 (18 %) izbralo molitev, na koncu pa bi jih najmanj izbralo umor

(7 %). 29 učencev (38 %) 8. in 9. razreda je k modri barvi najpogosteje določilo brskanje po internetu. 25 učencev (32 %) je izbralo učenje, 19 (25 %) pa molitev. Najmanj (4 učenci) je izbralo umor (5 %). Pri učencih 1. in 2. letnika srednje šole prevladuje k modri barvi izbira dejanja molitve, tako se je odločilo 6 učencev (43 %). Sledi učenje, za katerega se je odločilo 5 učencev (36 %). V najmanjšem odstotku pa bi k modri barvi določili brskanje po spletu (21 %), pri tej skupini ni nihče izbral umora. Druge starostne skupine so najpogosteje k modri barvi pripisovali učenje (67 %), nato pa brskanje po spletu (33 %).

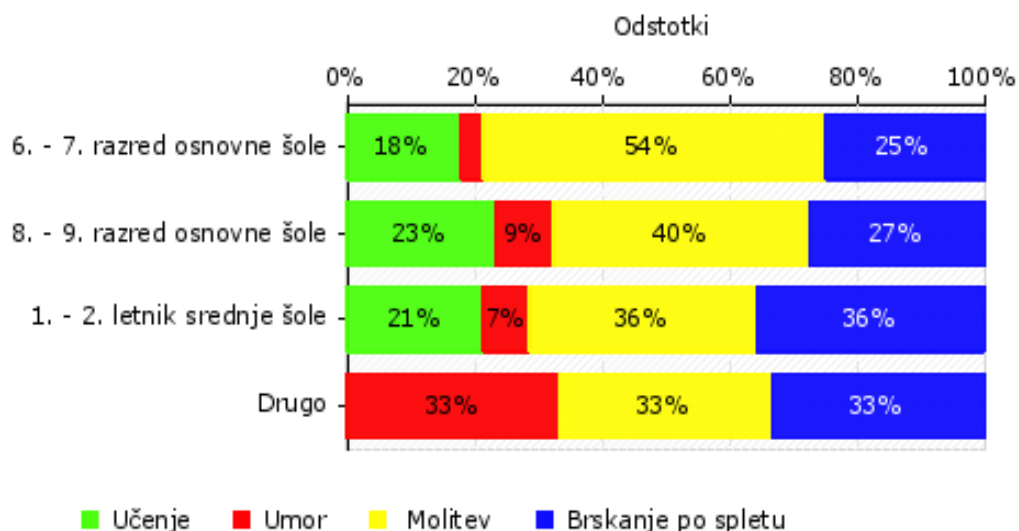
### 3.5.10 K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. ZELENA



Slika 20: Dejanja zelene barve

Največ vprašanih učencev (55 učencev oz. 44 %) je k zeleni barvi pripisalo dejanje učenja, temu je sledilo brskanje po spletu, ki ga je izbralo 41 učencev (33 %). Najmanj (le trije učenci) jih je k zeleni barvi pripisalo umor (2 %). 11 učencev (39 %) 6. in 7. razreda je k zeleni izbralo učenje. Nato so k zeleni barvi pripisovali brskanje po spletu (36 %), 7 učencev (25 %) pa je izbralo molitev. V tej starostni skupini ni nihče k zeleni barvi pripisal umora. 38 učencev (49 %) 8. in 9. razreda je k zeleni pripisalo učenje, temu je sledilo brskanje po internetu (31 %) in molitev z 18 %. 5 učencev (36 %) prvega in drugega letnika srednje šole je k zeleni izbralo učenje, nato pa jih je 29 (4 učenci) izbralo tako brskanje po spletu kot molitev. Drugi so k zeleni pripisali brskanje po spletu (50 %), ostale izbire so bile označene z 17 %.

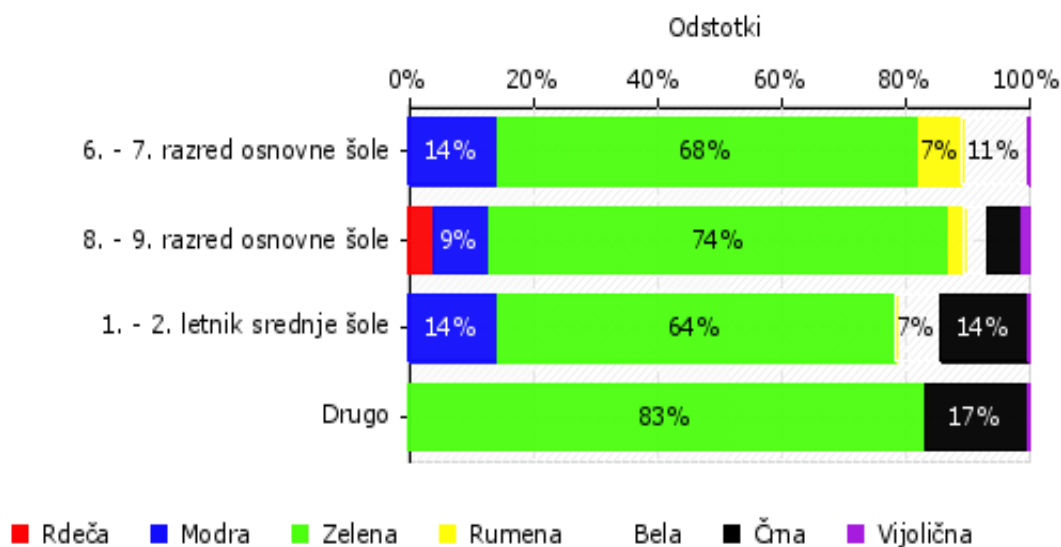
### 3.5.11 K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. RUMENA



Slika 21: Dejanja rumene barve

53 anketirancev (42 %) je k rumeni barvi pripisalo dejanje molitve. 35 vprašanih učencev (28 %) je k rumeni pripisalo brskanje po spletu, 26 (21 %) pa učenje. 32 deklet (49 %) je k rumeni barvi izbralo molitev, 15 (23 %) jih je izbralo brskanju po spletu. 21 fantov (35 %) je k rumeni barvi izbralo molitev, 20 (33 %) se je odločilo za brskanje po spletu, le štirje (7 %) so k rumeni izbrali umor.

### 3.5.12 Predstavlja si, da tečeš zunaj in je vse mirno, slišiš samo zvoke narave. Katero barvo bi pripisal temu dejanju?

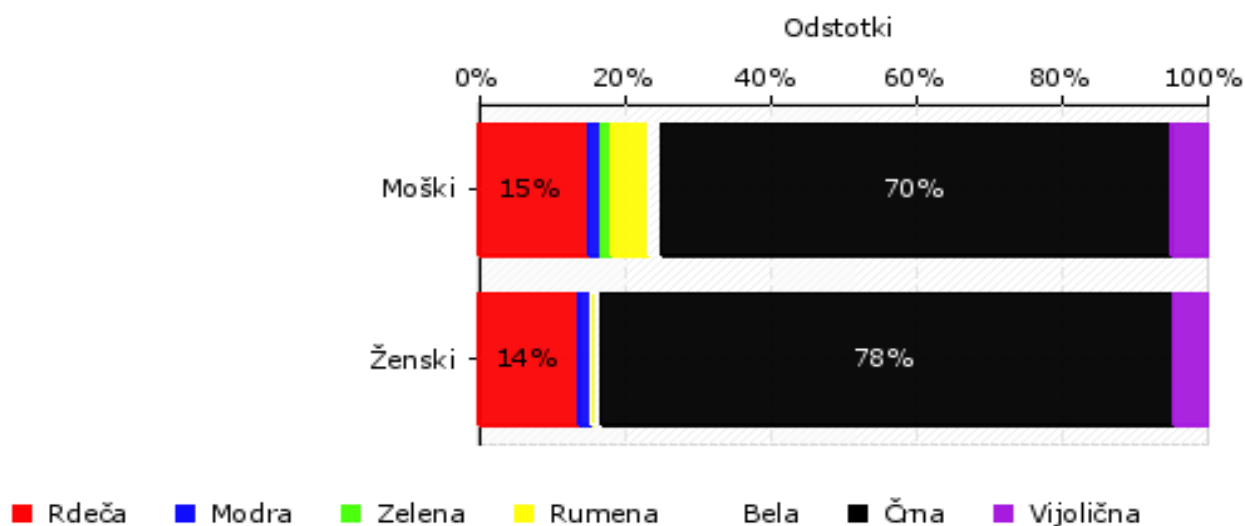


Slika 22: Barva, ki ustreza teku in zvokom v naravi

Učence sva povprašali, s katero barvo bi povezali tek v naravi. Največ vprašanih (90 učencev oz. 72 %) je k temu dejanju pripisalo zeleno barvo. Sledil je izbor modre barve, za katero se je odločilo 13 učencev (10 %). Za belo in črno barvo se je odločilo enako število učencev, in sicer 7 (6 %). 19 učencev (68 %) 6. in 7. razreda si tek v naravi z določenimi zvoki predstavlja v zeleni barvi. Sledi ji modra, za katero se je odločilo 14 %, nato bela z 11 % in rumena s 7 %. Učenci 6. in 7. razredov niso izbirali drugih barv. 57 učencev (74 %) 8. in 9. razreda

je k temu dejanju izbralo zeleno barvo, 7 (9 %) se jih je odločilo za modro barvo, 4 (5 %) so izbirali črno. 9 učencev (64 %) 1. in 2. letnika je k temu dejanju izbralo zeleno barvo. 2 učenca (14 %) sta izbrala modro in črno barvo. Belo je izbral samo en učenec te skupine. Druge starostne skupine so se odločale za zeleno barvo v 83 %.

3.5.13 Hodiš po temni ulici, ko zaslišiš korake za seboj. Neznanec te začne zasledovati. katero barvo bi pripisal temu dejanju?

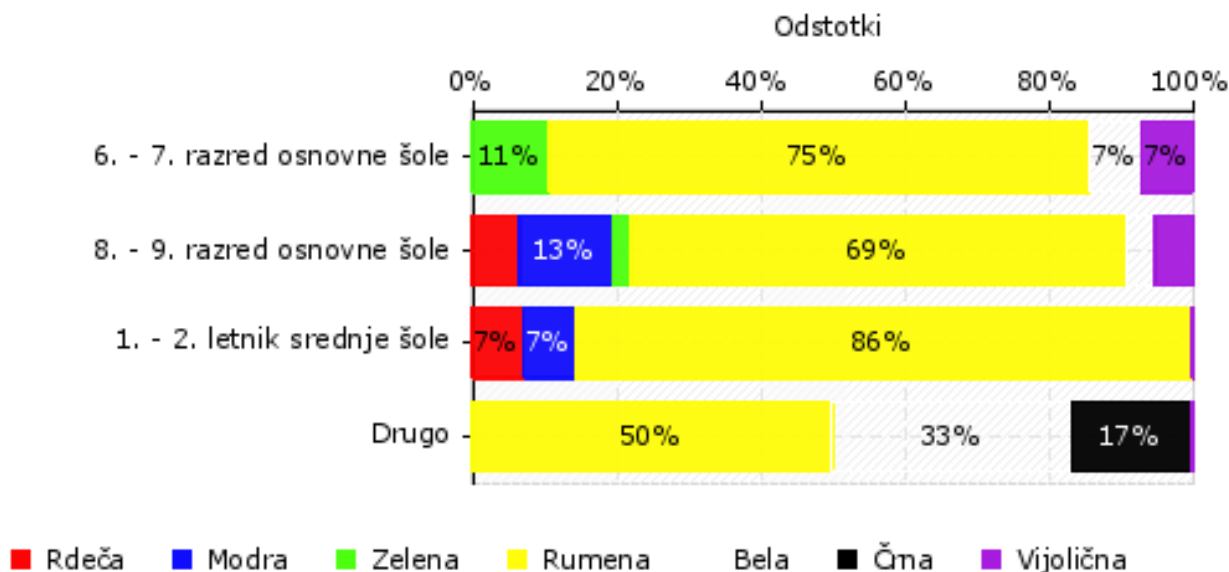


Slika 23: Barva, ki ustreza dejanju zasledovanja

Dejanje zasledovanja je največ anketirancev obarvalo s črno barvo, tako se je odločilo 93 učencev (74 %). Rdečo je izbralo 18 učencev (14 %), vijolično pa 6 (5 %). Le ena oseba je k temu dejanju pripisala zeleno barvo. 42 fantov (70 %) je k zasledovanju pripisalo črno barvo, 9 (15 %) jih je izbralo rdečo, rumeno in vijolično so izbrali 3 (5 %). Dekleta so največkrat izbrala črno barvo, tako se je odločilo 51 deklet (78 %), 9 jih je izbralo rdečo (14 %), nekaj pa vijolično (5 %). Dekleta k temu dejanju ne bi pripisala zelene ali rumene barve.



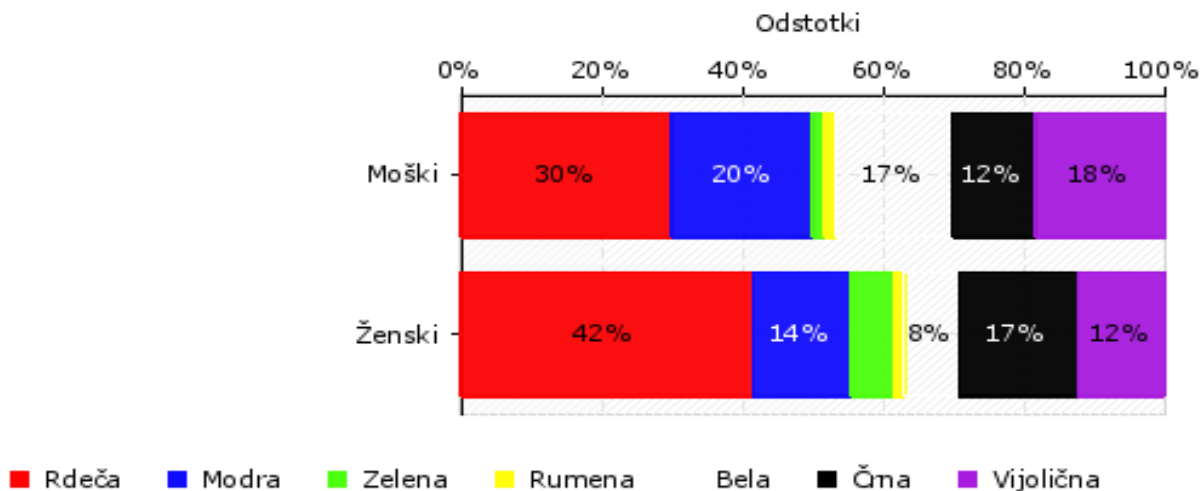
3.5.14 Poletje je in sije sonce. Otrok se smeji, ker je dobil sladoled. Katero barvo bi pripisal temu dejanju?



Slika 24: Barva, ki ustreza sončnemu poletju s sladoledom v roki

Največ anketiranih učencev, natančneje 89 (71 %), bi k tej situaciji pripisalo rumeno barvo. Z modro barvo bi sončno poletje in otroka s sladoledom v rokah obarvalo 11 anketirancev (9 %), belo barvo bi uporabilo 7 učencev (6 %). Le eden je k dejanju pripisal črno barvo. Med učenci 6. in 7. razredov je k opisu tega dejanja izbralo rumeno barvo 21 anketirancev (75 %). Zeleno so izbrali trije (11 %), belo in vijolično pa po 2 (7 %). Nobena oseba v tej starostni skupini ni izbrala rdeče, modre ali črne barve. 53 učencev (69 %) 8. in 9. razreda je k temu dejanju pripisalo rumeno barvo, sledi ji modra, ki jo je izbralo 10 učencev (13 %). Osmo- in devetošolci niso izbirali črne barve. Med učenci prvih in drugih letnikov srednje šole so k opisu sončnega poletja s sladoledom v roki v večini (86 %) izbrali rumeno barvo, tako se je odločilo 11 učencev. Sledi ji izbira rdeče in modre barve (7 %). Nihče med njimi ni izbral zelene, bele, črne ali vijolične. Druge starostne skupine so k temu dejanju v 50 % (3 osebe) izbrale rumeno barvo. 2 osebi (33 %) sta izbrali belo barvo. Nihče v tej starostni skupini ni opisal povezal z rdečo, modro, zeleno ali vijolično.

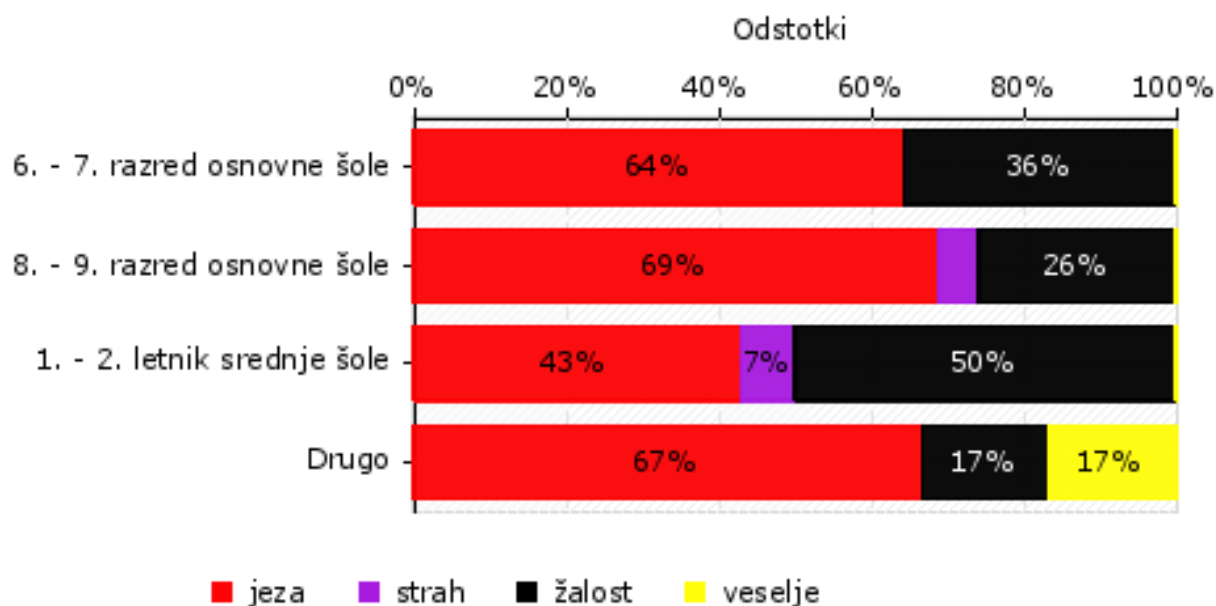
3.5.15 Rešuješ problem pri matematiki, a ga nikakor ne uspeš rešiti. Katero barvo bi pripisal k temu dejanju?



Slika 25: Barva, ki ustreza nerešljivemu problemu pri matematiki

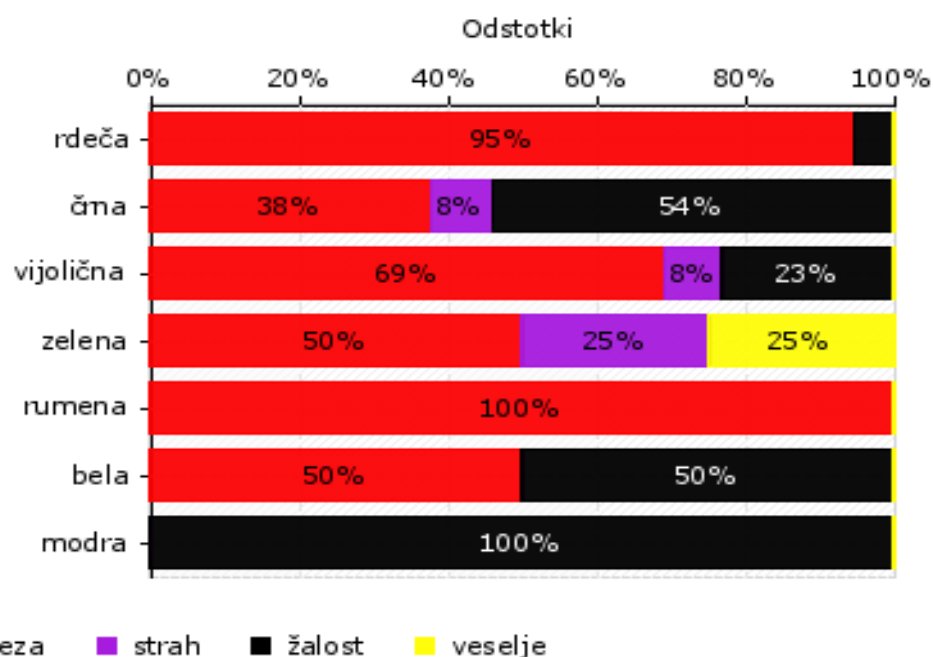
K nerešljivemu problemu pri matematiki je največ anketirancev izbralo rdečo barvo, tako se je odločilo 45 učencev (36 %), 21 (17 %) je izbralo modro barvo. Za vijolično barvo se je odločilo 19 vprašanih (25 %), 18 (14 %) je izbralo črno, belo pa 15 (12 %). Najmanj so izbirali zeleno barvo, tako se je odločilo le 5 učencev (4 %) in rumeno, ki sta jo izbrala le 2 učenca (2 %). Od tega so fantje najbolj izbirali rdečo, zanjo se je odločilo 18 fantov (30 %), modro jih je izbralo 12 (20 %), vijolično 11 (18 %) in belo 10 (17 %). Fantje so najmanj izbirali črno barvo, le 7 se je tako odločilo (12 %). Rumeno in zeleno so izbrali samo enkrat. Med 65 deklet, ki so sodelovala v raziskavi, jih je največ izbralo rdečo, tako se je odločilo 27 deklet (42 %). 11 deklet (17 %) je izbralo tudi črno, modro pa 9 (14 %). Najmanj pa so izbirale belo (5 deklet oz. 8 %), zeleno (4 dekleta oz. 6 %), rumeno je izbralo le eno dekle.

3.5.16 Sošolci se norčujejo iz tebe in ti skrivajo torbo. K temu dejanju pripiši ustrezno čustvo in barvo.



Slika 26: Čustvo, ki ustreza dejanju norčevanja ob skrivanju torbe

K dejanju norčevanja ob skrivanju šolske torbe je največ anketirancev pripisalo jezo, tako se je določilo 81 vprašanih učencev (65 %), 38 (30 %) jih je izbralo žalost, 5 (4 %) pa strah, le eden temu pripisuje veselje. 18 učencev (64 %) 6. in 7. razreda je k tej situaciji izbralo jezo, 10 (36 %) jih je določilo žalost. Straha in veselja ob tej situaciji niso izbirali. 53 učencev (69 %) 8. in 9. razreda bi norčevanju s skrivanjem torbe pripisalo jezo, 7 (26 %) pa žalost, strah je izbral le en učenec. Med učenci 1. in 2. letnika jih je 7 (50 %) izbralo čustvo žalosti, jezo jih je izbralo 6 (43 %), strah pa eden (7 %). Druge starostne skupine so se največkrat odločale za jezo, tako so se odločile 4 osebe (67 %), žalost in veselje sta bila uporabljena le enkrat (17 %).



Slika 27: Barva, ki ustreza dejanju norčevanja ob skrivanju torbe

Vsi, ki so izbrali žalost za čustvo, ki bi ga določili k tej situaciji, so se odločili, da k temu dejanju pripišejo modro barvo. Vsi, ki so izbrali rumeno, so to povezali z jezo. 53 vprašanih (95 %) je k rdeči barvi pripisalo jezo, medtem pa je 5 % k tej barvi pripisalo žalost. 50 % učencev je k beli barvi pripisalo jezo, ostali so izbrali žalost. Učenci, ki so se odločali, da k tej situaciji dodajo zeleno barvo, so v 50 % (4 osebe) pripisali čustvo jeze, 25 % se je odločilo za strah in za veselje. Vijolično barvo je 9 vprašanih (69 %) določilo k jezi, 8 % k strahu in 23 % k žalosti. 20 učencev (54 %) je k temu dejanju dodalo črno barvo, povezali pa so jo s čustvom žalosti, v 38 % z jezo in v 8 % s strahom.

## 4. Razprava

V raziskavi, s katero skušava povezati dejanja in čustva z določenimi barvami, so večinoma sodelovali učenci od 6. razreda osnovne šole do 2. letnika srednje šole, zato sva v razpravi uporabljali izraze učenci (fantje in dekleta). Kljub temu da je najina raziskava na nek način vizualno usmerjena, v anketi nisva uporabljali slik, saj nisva želeli s kakršnimkoli predmeti, filtri ali predstavami vplivati na odgovore anketiranih. Zato si je moral vsak anketiraneec sam predstavljati, kako bi doživel ali obarval nek dogodek. To je omogočilo, da odgovori anketirancev niso bili usmerjeni.

S prvo hipotezo sva trdili, da deklice raje izbirajo rdečo barvo. To hipotezo bova zavrnila. Čeprav so tudi izbirale rdečo barvo, jih je več izbralo modro barvo. Od 65 deklet, ki so sodelovala v raziskavi in so izbirala med dvema barvama, jih je 43 (66 %) izbralo modro, 22 (34 %) pa rdečo. S tem sva dokazali, da več deklet izbere raje modro barvo kot pa rdečo. Ovrkli pa sva tudi splošno prepričanje ljudi, da bodo dekleta med obema barvama raje izbrale rdečo, medtem ko fantom pripisujemo modro barvo. Fantje so modro barvo tudi izbirali. Večina bi tako izbrala modro barvo, mogoče tudi zaradi dejstva, da modra barva umirja in se ljudje ob njej bolje počutijo, medtem ko je rdeča bolj agresivna barva. Že leta 1978 je Anton Trstenjak ugotavljal, da je modra barva najljubša barva večine ljudi. Nekako je ugotavljal, da modri barvi zaupajo, ob njej pa se pomirijo. Sodeč po raziskavah, bi morali rdečo barvo povezovati z dobrim počutjem, saj poživlja kri in naše telo. Rdečo sicer povežemo s krvjo, vendar negativno (povežemo jo z umori). Raziskovalci ugotavljajo, da so ženske nehale izbirati rdečo barvo s prihodom ženskega liberalističnega gibanja in feminizma v 60-tih letih prejšnjega stoletja (Maglaty, 2018). Rdeča je tudi zelo vpadljiva, zaradi česar je veliko ljudi ne nosi, ampak se vrača v modo zaradi trenda primarnih barv (modre, rumene, rdeče).

Z drugo hipotezo sva trdili, da rumena barva spada k srečnim dogodkom. To hipotezo bova potrdili. Kovačeva je že leta 1997 v svoji raziskavi ljudem zadala nalogo, da narišejo veselje, nakar so ljudje na upodobitvah veselja največkrat uporabili rumeno, oranžno in rdečo barvo. Njena raziskava je sicer vključevala odrasle. Kljub temu pa so tudi učenci srečne dogodke večinoma obarvali z rumeno barvo. Prišli sva torej do enakih ugotovitev. Kar 69 učencev (55 %), ki so sodelovali v raziskavi, je k veselju izbralo rumeno barvo. Ne glede na starost učencev, ki so sodelovali v najini raziskavi, so v povprečju 55 % k srečnemu dogodku pripisali rumeno barvo. Veselju so v 36 % pripisali tudi rdečo barvo, kar se tudi ujema z rezultati Kovačeve. Učenci so najverjetneje to barvo izbrali, ker jo povezujejo s soncem ter sončnimi dnevi, ki v večini ljudi vzbujajo veselje. Kovačeva meni, da ima ta barva ugoden učinek na organizem, saj povečuje stopnjo aktivacije, pospešuje krvni obtok in spodbuja dihanje. Posledica tega pa je zagotovo veselje.

S tretjo hipotezo sva trdili, da učenci zeleno barvo povezujejo z naravo. Anketiranci so si morali predstavljati situacijo, da tečejo zunaj, da je okoli njih vse mirno in slišijo samo zvoke narave. Zanimalo naju je, katero barvo bi pripisali k temu dejanju. Anketiranci vseh starosti so največkrat izbrali zeleno. To hipotezo sva tako potrdili. Učenci v 6. in 7. razredih so kar v 68 % izbrali zeleno barvo, ostali učenci so v večini določili k tej situaciji zeleno barvo. Zelena barva v naravi je barva zelenja, torej dreves in travnikov. Tek v naravi najverjetneje ljudi sprošča, zato so k tej situaciji pripisali zeleno barvo, ki spada med bolj sproščene barve. Chiazzarijeva je že leta 2000 ugotavljala, da je zelena barva tesno povezana z naravo in da nam pomaga, da se poglobljeno povežemo z drugimi ljudmi in s svetom narave. Zeleno močno povežemo tudi z svobodo in sprehodom po mirnem gozdu.

S četrto hipotezo sva trdili, da modra barva pripada umirjenim dejavnostim. Da bi to hipotezo zavrgli ali potrdili, sta v anketi učencem dejali, naj k modri barvi izberejo ustrezno dejanje. Izbirali so lahko med učenjem, umorom, molitvijo in brskanjem po spletu. Učenci na so se največkrat odločali, da k modri barvi pripada brskanje po spletu (38 %). Za tem so izbrali učenje (34 %). Ker sta obe situaciji umirjeni, sva to hipotezo potrdili. Ko sva pregledovali rezultate tega vprašanja, sva ugotovili, da možni odgovori na to vprašanje niso bili najbolj izbrani. Molitev, učenje in brskanje po spletu so namreč umirjene dejavnosti, meniva pa, da je od navedenih dejavnosti za učence najbolj umirjeno brskanje po spletu, saj se oni s pomočjo tega umirijo od vsakdanjega stresa šole. Zato rezultate razumeva kot povezanost modre barve in umirjenosti (z učenjem). Ker je modra barva najljubša barva večine anketirancev (mladih), ki se med brskanjem po spletu umirijo, saj ob tem uživajo, meniva, da modra barva pripada umirjenim dejavnostim. Ker je internet premlad,

ob njem še nimamo dokazanih pravih čustev, poznamo pa dejstvo, da je nam mladim všeč in smo med uporabo umirjeni, kar je lastnosti modre barve. Kovačeva celo modro barvo povezuje z oddaljenostjo in neskončnostjo, to pa je po najinem mnenju zagotovo tudi brskanje po spletu.

S peto hipotezo sva trdili, da črno barvo povezujemo z žalostjo. Zato sva učence spraševali, katero barvo bi povezali z žalostjo. Izmed 125 učencev, ki so sodelovali v raziskavi, jih je 66 % izbralo črno barvo. To hipotezo sva potrdili. Fantje so v 72 % izbrali črno, dekleta pa v 62 %. Izbira črne barve ustreza žalosti. Takrat se slabo počutiš, ne želiš biti v družbi, želiš se "zapreti" sam vase. Kovačeva prav tako meni, da črno barvo izključno povezujemo z žalostjo. Izbira modre barve ob žalosti v najini raziskavi pa najprej preseneča. Če pa pomislimo, da si v trenutkih žalosti zaželim mir, izbira modre barve ni naključje, saj modra spodbuja umirjenost. Glavni razlog za povezavo črne barve z žalostjo so tudi pogrebi, na katere hodimo oblečeni obarvani v črno barvo. Sodeč po socialni študiji, ki je objavljena na internetu, so oblačila črne barve na pogrebih v Evropi razširili Stari Rimljani, ki so črno praviloma povezovali z žalostjo in načinom kazanja spoštovanja mrtvemu (Why do people wear black at a funeral?, 2018).

## 5. Zaključek

Z raziskovalno nalogo sva želeli izvedeti, ali so čustva in dejanja povezana z določenimi barvami. Mnogo avtorjev je že raziskovalo, kakšen učinek imajo barve, čustva in dogodki na nas. Psihologinja Varja Kališnik loči pet temeljnih čustev, in sicer strah, jezo, zavist, žalost in ljubezen. Vemo, da obstajajo tri osnovne barve, to so rdeča, rumena in modra. Z nalogo sva raziskovali, ali zraven osnovnih barv še z zeleno, vijolično, belo in črno barvo povezujemo točno določena čustva. V teoriji spoznamo, da rdeča barva načeloma simbolizira agresivnost, ljubezen ter pomembnost, zelena pa naravo in svobodo. Modra predstavlja zaupanje, mir in varnost. Rumena načeloma predstavlja srečo, nevarnost in prijaznost. Vijolična simbolizira plemstvo in skrivnost. Značilnosti bele barve so čistost, nedolžnost in zdravstvo. Črna predstavlja moč, žalost in eleganco.

Dejanja so opredeljena kot uresničenje odločitve ali volje in naša čustva najpogosteje nastanejo kot posledica odziva na okolje. Redko prihajajo čustva iz nas brez zunanjega vpliva, zaradi česar lahko razberemo, da so naša čustva močno odvisna od dejanj in obratno. Kljub temu pa je povezavo med dejanji in barvami težje najti, saj smo ljudje navajeni izražati dejanja, ne pa čustev, ki bi za posledico ali vzrok imela barvo, ki jo občutimo.

Prvo hipotezo, deklice raje izbirajo rdečo barvo, sva zavrnila. Z raziskavo sva ugotovili, da več deklet izbere raje modro barvo kot pa rdečo. Drugo hipotezo, ki trdi, da rumena barva spada k srečnim dogodkom, sva potrdili. Kovačeva je že leta 1997 v svoji raziskavi ljudem zadala nalogo, da narišejo veselje, nakar so ljudje na upodobitvah veselja največkrat uporabili rumeno, oranžno in rdečo barvo. Učenci, ki so sodelovali v raziskavi, so srečne dogodke večinoma obarvali z rumeno barvo. Tretjo hipotezo, ki trdi, da učenci zeleno barvo povezujejo z naravo, sva tako potrdili, saj so učenci ne glede na starost to situacijo obarvali z zeleno barvo. Četrto hipotezo, ki trdi, da modra barva pripada umirjenim dejavnostim, sva potrdili. Po najinem mnenju je brskanje po internetu umirjena dejavnost, to situacijo pa je večina učencev obarvala z modro barvo. Peto hipotezo, ki trdi, da črna barvo povezujemo z žalostjo, sva potrdili. Izbira črne barve ustreza žalosti.

S to raziskovalno nalogo sva se poglobili ne le v najine misli, ampak tudi v misli 125 ljudi, ki so nama sodelovanjem v raziskavi temo barv in čustev še bolj odprli. Spodbudili so najino željo po nadaljnjem raziskovanju človeške psihe, natančneje so se nama odprla nova vprašanja, na katera dandanes še nimamo odgovorov, vendar verjameva, da bodo čez nekaj let znani. Zanima naju, ali bomo k brskanju po spletu še vedno pripisovali modro barvo ali bo njeno mesto prevzela kakšna druga barva (npr. zelena, ki tudi sprošča). Med drugim naju sedaj zanima, ali bo učenje povezano z belo barvo zaradi belih interaktivnih tabel, ki postajajo videz učenja v prihodnosti. Vprašanje, ki se nama zastavlja je, ali bo učenju še vedno pripadala sproščena zelena barva ali bo morda njeno mesto zasedla modra barva, ki je tudi videz moderne dobe. Zanima naju še, ali bomo rdečo ponovno začeli povezovati z ljubeznijo.

Kljub temu da večina vprašanih povezuje določeno barvo z določenim čustvom ali dejanjem ne glede na starost, pa se nama zastavlja vprašanje, ali bi enake odgovore dobili, če bi spraševali ljudi iz vsega sveta. Obstajajo namreč različne kulture, v katerih barve simbolizirajo različna dejanja. Meniva, da lahko zaradi globalizacije in skupne kulture štejemo Evropo in zahod pod skupino, ki misli enako o določenih barvah. Glede tega pa se nama je porodilo novo vprašanje. Zanima naju, ali bomo v prihodnosti povezovali enake barve z enakimi čustvi in opustili barvne simbole naše kulture.

## Viri in literatura

CHIAZZARI, S. Barve. Ljubljana: Slovenska knjiga, 2000.

FRAN. SSKJ. Dostop: [www.fran.si](http://www.fran.si) (1. 3. 2018)

KALIŠNIK, V. Škrlat: nagajivi škrlat duhovnega učenja: duhovni priročnik za osebnostno rast in razvoj. Ljubljana: Skrivnosti, 2009.

KANOY, K. Čustvena inteligenca pri otrocih: kako vzgajati čuteče, odporne in čustveno trdne otroke. Ljubljana: Vita, 2014.

KOVAČEV, A. N. Govorica barv. Ljubljana: Prešernova družba, 1997.

LISJAK, B.: Vse o barvah. Dostop: <https://bojanlisjak.wixsite.com/vse-o-barvah> (6. 3. 2018)

LOGAR, Š.: Vpliv barv v izložbah na nakupno vedenje študentov. Dostop: [http://www.cek.ef.uni-lj.si/u\\_diplome/logar4406.pdf](http://www.cek.ef.uni-lj.si/u_diplome/logar4406.pdf) (5. 3. 2018)

MAGLATY, J.: When did girls start wearing pink? Dostop: <https://www.smithsonianmag.com/arts-culture/when-did-girls-start-wearing-pink-1370097/> (6. 3. 2018)

RITBERGER, C. Kakšne barve je vaša osebnost?: rdeča, oranžna, rumena, zelena,.. Ljubljana: Karantanija, 2007.

SENSA: Kako z barvami izražamo veselje, žalost, jezo in strah? Dostop: <https://www.sensa.si/za-vse-cute/custva-v-barvah/> (1. 3. 2018)

SKRBINEK, A.: Pluralizem barve. Dostop: [http://fs-server.uni-mb.si/si/inst/iko/lio/design/izmenjava/objave/skrbinek/Pluralizem\\_barve\\_20061204.pdf](http://fs-server.uni-mb.si/si/inst/iko/lio/design/izmenjava/objave/skrbinek/Pluralizem_barve_20061204.pdf) (5. 3. 2018)

TRSTENJAK, A. Človek in barve. Ljubljana: Univerzum, 1978.

TRSTENJAK, A. Psihologija barv. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za psihologijo, logoterapijo in antropohigieno, 1996.

VERHOVEC KAJTNAR, M.: Dejavniki, ki vplivajo na odločitve porabnikov pri nakupu prehrabnih izdelkov. Dostop: <http://www.cek.ef.uni-lj.si/magister/verhovec260.pdf> (5. 3. 2018)

WHARAM, J. Čustvena inteligenca: Potovanje v središče samega sebe. Ljubljana: anu elara, 2012.

WIKIPEDIA: Barva. Dostop: <https://sl.wikipedia.org/wiki/Barva> (16. 2. 2018)

Why do people wear black at a funeral? Wonderpolis. Dostop: <https://wonderopolis.org/wonder/why-do-people-wear-black-at-a-funeral> (6. 3. 2018)

## Priloge

- Anketni vprašalnik



## RAZISKOVALNA NALOGA

### POVEZAVA MED DEJANJI, BARVAMI IN ČUSTVI

Pozdravljen/-a! Pred sabo imaš anketo, s katero raziskujemo povezavo med barvami, čustvi in dejanji. Prosiva te, da anketo izpolniš po resnici, saj je popolnoma anonimna. S pravimi podatki nama boš pomagal/-a, da prideva do pomembnih spoznanj.

Že vnaprej se zahvaljujemo za tvoj trud!  
Lucija Borak in Ana Erhatic

1. Kateri razred obiskuješ?  
6. - 7. razred osnovne šole  
8. - 9. razred osnovne šole  
1. - 2. letnik srednje šole  
Drugo
2. Spol:  
Moški  
Ženski
3. Zapiši najljubšo barvo.  
\_\_\_\_\_
4. Katero barvo bi izbral med spodaj navedenima?  
Rdeča  
Modra
5. K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. VESELJE  
Rdeča  
Modra  
Zelena  
Rumena  
Bela  
Črna  
Vijolična
6. K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. ŽALOST  
Rdeča  
Modra  
Zelena  
Rumena  
Bela  
Črna  
Vijolična

7. K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. STRAH  
Rdeča  
Modra  
Zelena  
Rumena  
Bela  
Črna  
Vijolična
8. K zapisanemu čustvu izberi ustrezno barvo. JEZA  
Rdeča  
Modra  
Zelena  
Rumena  
Bela  
Črna  
Vijolična
9. K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. RDEČA  
Učenje  
Umor  
Molitev  
Brskanje po spletu
10. K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. MODRA  
Učenje  
Umor  
Molitev  
Brskanje po spletu
11. K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. ZELENA  
Učenje  
Umor  
Molitev  
Brskanje po spletu
12. K zapisani barvi izberi ustrezno dejanje. RUMENA  
Učenje  
Umor  
Molitev  
Brskanje po spletu

13. Predstavljaš si, da tečeš zunaj in je vse mirno, slišiš samo zvoke narave. Katero barvo bi pripisal temu dejanju?
- Rdeča
  - Modra
  - Zelena
  - Rumena
  - Bela
  - Črna
  - Vijolična
14. Hodiš po temni ulici, ko zaslišiš korake za seboj. Neznanec te začne zasledovati. Katero barvo bi pripisal temu dejanju?
- Rdeča
  - Modra
  - Zelena
  - Rumena
  - Bela
  - Črna
  - Vijolična
15. Poletje je in sije sonce. Otrok se smeji, ker je dobil sladoled. Katero barvo bi pripisal temu dejanju?
- Rdeča
  - Modra
  - Zelena
  - Rumena
  - Bela
  - Črna
  - Vijolična
16. Rešuješ problem pri matematiki, a ga nikakor ne uspeš rešiti. Katero barvo bi pripisal temu dejanju?
- Rdeča
  - Modra
  - Zelena
  - Rumena
  - Bela
  - Črna
  - Vijolična
17. Sošolci se norčujejo iz tebe in ti skrivajo torbo. K temu dejanju pripiši ustrezno čustvo in barvo!
- Vpiši čustvo \_\_\_\_\_
- Vpiši barvo \_\_\_\_\_