

روانشناسی رنگها

دوی سادکا

www.ketab.ir

محمد رضا آل یاسین



سرشناسه	: سادکا، دیوئی Sadka, Dewey
عنوان و نام پدیدآور	: روانشناسی رنگها / دوی سادکا؛ مترجم محمد رضا آل یاسین
مشخصات نشر	: تهران: هامون، ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری	: ۳۲۰ ص.
شابک	: ۹۷۸-۹۶۴-۶۵۳۸-۴۹-۸
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیبا
یادداشت	: The Dewey Color System: choose your colors, change your life, ©2004
موضوع	: نظام رنگی دیوئی
موضوع	: رنگ - - جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: آزمون‌های شخصیت
موضوع	: خود ارزشیابی
شناخته افزوده	: آل یاسین، محمد رضا، ۱۳۲۸ - مترجم.
رده‌بندی کنگره	: BF۷۹۸ س ۹ ر / ۱۸ ۱۳۹۰
رده‌بندی دیویی	: ۱۵۵ / ۲۸۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۳۱۷۱۶۴



انتشارات هامون

خیابان ۱۲ فروردین جنوبی - کوچه بیژن - پلاک ۲ - واحد ۳
تلفن: ۶۶۴۸۸۳۸۰ - تلفکس: ۶۶۹۷۳۸۶۶ - همراه: ۰۹۱۲۲۳۷۱۵۶۶
Hamoon.persianbook.net Hamoon@persianbook.net

روانشناسی رنگها

نویسنده: دوی سادکا

مترجم: محمدرضا آل یاسین

امور هنری: توکلی ۶۶۹۶۷۲۶۲

چاپ اول: ۱۳۹۰

تیراژ: ۲۰۰۰ نسخه

تمام حقوق محفوظ است.

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۶۵۳۸-۴۹-۸

ISBN: 978-964-6538-49-8

قیمت: ۶۵۰۰ تومان

فهرست

- یادداشت مؤلف ۵
- بخش اول - آشنایی با سیستم رنگ دیویی ۹
- فصل اول - کشف رنگهای واقعی شما ۱۱
- فصل دوم - سیستم رنگ دیویی ۱۹
- فصل سوم - با انتخاب رنگهایتان، زندگیتان را متحول کنید ۳۰
- بخش دوم - شما واقعاً کیستید؟ ۳۵
- فصل چهارم - زرد و سبز ۳۷
- فصل پنجم - زرد و ارغوانی ۴۷
- فصل ششم - زرد و نارنجی ۵۹
- فصل هفتم - آبی و سبز ۷۱
- فصل هشتم - آبی و ارغوانی ۸۲
- فصل نهم - آبی و نارنجی ۹۲
- فصل دهم - سبز و قرمز ۱۰۲

فصل یازدهم - قرمز و ارغوانی ۱۱۰

فصل دوازدهم - قرمز و نارنجی ۱۲۲

بخش سوم - با آگاهی از واقعیت‌های وجودتان موانع زندگیتان را از میان

بردارید ۱۳۵

فصل سیزدهم - رنگ‌های اصلی ۱۳۷

فصل چهاردهم - رنگ‌های ثانویه ۱۷۲

فصل پانزدهم - رنگ‌های خنثی ۲۰۴

فصل شانزدهم - رنگ‌های میانی ۲۳۴

بخش چهارم - هر لحظه از زندگی را به بزرگداشت خود تبدیل کنید... ۲۶۹

فصل هفدهم - نه خودتان را، که زندگیتان را تغییر دهید ۲۷۱

یادداشت مؤلف

چرا این کتاب را به رشته تحریر درآوردم

در هجده سال گذشته به عنوان مدیر و مالک یکی از بزرگترین شرکتهای کاریابی و جذب نیرو دریافته‌ام برای این که با دیگران به مرحله ارتباط مؤثر برسیم ضرورت دارد احساسات و نیازهای آنان را کشف و کانالهای ماشه‌ای و مراکز ذهن‌شان را شناسایی و تحریک کنیم. تلاشم برای موفق کردن دیگران توفیق روزافزونی را نصیب خودم کرد. به طوری که ظرف هجده سال توانستم سرمایه سی هزار دلاری‌ام را به شرکتی سی و هشت میلیون دلاری تبدیل کنم. قویاً اعتقاد دارم که اگر انسان دست به کاری بزند که به آن علاقمند است میل و اشتیاق باطنی به او امکان می‌دهد حداًعلاّی استعداد و قابلیت خود را متجلی سازد. از این رو پیوسته در صدد یافتن کلید ساده‌ای بودم تا به افراد امکان دهد صندوق ذهن‌شان را بگشایند و از نگرانیها، انگیزه‌ها و تمایلاتشان باخبر شوند.

تجربیاتم در رابطه با روشهای ارزیابی شخصیت نظیر آزمون رفتارشناسی مایرز^۱ - بریگز مرا به این نتیجه‌گیری سوق داد که این روشها بسیار سطحی است و اطلاعات اندکی درباره ویژگیهای روحی و شخصیتی افراد به دست می‌دهد. در این کتاب کوشیده‌ام با ابداع نوعی

روش ارزیابی شخصیت آینه‌ای به دست‌ان بدهم تا خویش را کاملاً در آن بنگرید، نه چهره‌تان را، بلکه هر آنچه را که می‌اندیشید، هر آنچه را که احساس می‌کنید، انگیزه‌هایتان، علایق‌تان، خواسته‌ها و ترس‌هایتان، همه و همه را در آن مشاهده کنید. یقین دارم که با کشف روشی برای شناسایی انگیزه‌ها، هرکس می‌تواند با مراجعه به آن شور و هیجان را به زندگی خویش فراخوانده و اثربخشی‌اش را در کسب و کار و روابط خانوادگی و اجتماعی به میزان قابل توجهی ارتقاء دهد.

اکنون پس از بیست و چهار سال فعالیت در بخش تأمین نیرو برای شرکت‌ها و مؤسسه‌ها و سرو کله زدن با هزاران نفر به روشنی می‌دانم که افراد با دیدگاه‌ها و شخصیت‌های مختلف در شرایط بحرانی چه واکنشی نشان می‌دهند. تحقیقات در مورد رفتار انواع تیپ‌های شخصیتی در طول سال‌های متعددی به من امکان داد تا با گوش سپردن به آنچه افراد می‌گویند و توجه به علایم و نشانه‌هایی که از انتظارات، نیازها و احساساتشان حکایت می‌کند رفتارشان را پیش‌بینی کنم. این آگاهی جدید و این بیداری تازه جرقه‌ای از شور و هیجان را در دلم برافروخت و سبب شد تا از مرزهای قدیم بگذرم و با تحقیق و تفحص بیشتر شاخص دقیق‌تری را برای تعیین شخصیت، احساسات، شیوه‌های ارتباطی و نیازهای روانی افراد ابداع کنم.

فلسفه من

علوم شیمی و زیست‌شناسی دارای ساختار فیزیکی است. به همین دلیل می‌توان بسیاری از کنش‌ها و واکنش‌هایشان را پیش‌بینی کرد. به طور مثال زیست‌شناس‌ها می‌توانند یک واحد خون را تجزیه کرده و الگوهایی را

که تحت شرایط خاص تمایل به تکثیر دارند شناسایی کنند. از آنجایی که جسم انسان مجموعه‌ای از تبدلات شیمیایی و بیولوژیکی است طبعاً باید این الگوها در رفتارهای انسانی نیز مورد شناسایی قرار گیرند. کتابی که در دست دارید مبتنی بر این فلسفه است که رنگ می‌تواند شالوده و خمیرمایه شخصیت انسانها را آشکار کند. فراموش نکنید که پیشرفت چشمگیر آدمی در اکتشافات و اختراعات مرهون نظریه‌های فلسفی است به طور مثال:

زمین مرکز جهان هستی نیست (کوپرنیک)^۱

زمان در سرعت نور از حرکت باز می‌ایستد (اینشتین)^۲

ماشینها هم می‌توانند فکر کنند (آلن تورینگ)^۳

مفاهیم این کتاب به شما امکان می‌دهد خود را بشناسید و به طور دقیق از نقاط ضعف و میزان فضایل و ردایل خویش آگاه شوید. در این راستا باید مراقب باشید سادگی و صراحت موضوع از اهمیت آن نکاهد و مباحث آن را ساده و پیش پا افتاده جلوه ندهد.

مطالب این کتاب به چهار بخش مختلف تقسیم شده است. بخش اول با شرح و تفصیل به شما می‌آموزد چگونه از این سیستم استفاده کنید. در بخش دوم به این کشف بزرگ نایل می‌آیید که چه عاملی بیشترین شور و اشتیاق را در وجودتان برمی‌انگیزد و با انجام چه کاری به اوج انرژی می‌رسید. چگونه حس می‌کنید با آنچه به خاطرش پا به عرصه وجود گذاشتید همساز و هماهنگید و چگونه به اوضاع و شرایط مختلف واکنش نشان می‌دهید.

1 - Copernicus

2 - Einstein

3 - Alan Turing

در بخش سوم با عواملی که شما را به سعی و عمل وامی دارد و یا از سرعت تلاشتان برای آگاهانه زیستن می‌کاهد آشنا شده و از آن برای صاف کردن جاده‌ها و بازکردن گره‌های زندگیتان سود می‌برید.

در بخش چهارم با انجام بعضی از تمرینهای افشا کننده و آگاهی از ارزیابی نتایج آزمون خودشناسی و دانستن مزایای بسیار ارزشمند اولویت‌بندی کارها، می‌آموزید چه کنید تا از چالشهای زندگی سالم و سرافراز بیرون آید و دنیا بروفق مرادتان پیش برود.

رسالت من

رنگها بر ذهن ما اثر و اقتدای عظیم دارند و یکی از سریعترین روشهای انتقال پیامها و مفاهیم به شمار می‌آیند. از آنجایی که پیوسته مایل بودم به راز و ماهیت نهفته در رنگهای بیرم حدود بیست و هشت سال در مورد طیفهای رنگی تحقیق کردم. این پژوهش افقهای تازه‌ای را به روی دیدگاههایم گشود و نهایتاً به ابداع سیستم رنگ^۱ دیویی انجامید. با استفاده از این سیستم که اثربخشی آن از بوته آزمایش گذشته و دقت آن به اثبات رسیده قادرید طرح و نقشه قلمرو درونتان را ترسیم کرده و کیفیت زندگیتان را به طور چشمگیری ارتقاء دهید.