

TASVIRIY SAN'ATDA RANGLAR GARMONIYASI (ЦВЕТОТЕРАПИЯ) ORQALI INSONLARNI DAVOLASHNING O'ZIGA XOSLIGI.

Madaminov Nodirjon Mamirjonovich

Farg'ona davlat universiteti o'qituvchisi
dilnod@gmail.com

Yunusaliyev Muhammadqodir Tojimatovich

Farg'ona davlat universiteti o'qituvchisi
qodirjon06081958@gmail.com

Mamurov Abdusalom Anvarovich

Farg'ona davlat universiteti o'qituvchisi
abdusalom0403@gmail.com

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada tasviriy san'at yo'nalishida ranglarni inson ruhiyatiga ta'siri kasbiy faoliyatida ijobiy yoki tushkunlik kayfiyatiga bevosita atrof muhitidagi ranglarni ta'siri haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: koloristika, garmoniya, xromoterapiya, fiziologiya, psixologik, gipofiz, pineal

АННОТАЦИЯ

В данной статье говорится о влиянии цветов на психику человека в сфере изобразительного искусства, влиянии цветов в окружающей среде непосредственно на позитивное или депрессивное настроение в профессиональной деятельности.

Ключевые слова: колористика, гармония, хромотерапия, физиология, психология, гипофиз, пинеал.

ABSTRACT

This article talks about the influence of colors on the human psyche in the field of visual arts, the influence of colors in the environment directly on the positive or depressed mood in professional activities.

Key words: coloristics, harmony, chromotherapy, physiology, psychological, pituitary, pineal.

KIRISH

Rangshunoslik fanini o'rganish avvalam bor tabiatdagi ranglarni ko'rish orqali inson miyasiga turli kayfiyat va ta'sir o'tkazish, uning estetik shakllanishga ko'mak beruvchi omil hisoblanadi. Ma'lumki, rangni idrok etish ko'plab omillarga bog'liq, xususan: fiziologik, psixologik va madaniy va ijtimoiy. Dastlab, ranglarni idrok etish

bo'yicha tadqiqotlar rang fani doirasida amalga oshirildi. Keyinchalik bu muammo etnograflar, sotsiologlar va psixologlarning tadqiqot ob'ektiga aylandi. Hozirgi vaqtda turli xil ranglar va ularning hosilalari odamda turli xil hissiy holatlarni keltirib chiqarishi mumkinligi ilmiy jihatdan isbotlangan, masalan: quvonch, qayg'u, tashvish, melanxolik va boshqalar. Bundan tashqari, bir xil rangdagi soyalar boshqa hissiy ohangni o'rnatishi mumkin. Ta'kidlanishicha, iliq soyalarda ko'proq "hayot" mavjud, ular faollikni oshiradi; sovuq bo'lganlar bo'shashadi, dam olishga yo'l qo'ying. Tabiatda mavjud bo'lgan spektrning uchta asosiy rangi - qizil, sariq va ko'kning yumshoq engil soyalari eng maqbul deb hisoblanadi. Rangning insonga ta'siri haqida muhim ma'lumot R. Hen tomonidan "Gullarning ABC" kitobida keltirilgan.

Ranglarni his etish, ularni ta'siridan foydalanib insonlarni davolash darajasida keng q'ollash mumkinligini tadqiqotlardan bilishimiz mumkin. Ta'lim sohasi qamrovining barchasida yosh avlodga ranglar bilan ularni ruhiy holatiga ijobiy ta'sir qilishimiz mumkin. Badjahillik instingini pastlatish va aksincha shunday hollarda ranglarga qarab kayfiyatini o'zgartirishi mumkinligini isbotlash kerak.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR.

Y.Itten: «Искусство цвета» darsligida rassomlar, dizayn sohalaridagi turli mutaxassislar, me'morlar uchun mo'ljallangan ma'lumotlar keltitgan. N.N.Aleksandrovning «Цвет и его динамика в культуре» nomli kitobida ranglar bilan bog'liq spiralsimon modellar qatorining ranglar madaniyati dinamikasi haqida illyustrativ tasvirlardan iborat fikrlarini inson ruhiyatiga ta'sirini yoritgan.

V.Jeleznyakov: «Цвет и контраст», M.D.Fershild: «Модели цветового восприятия», A.P.Rats: «Основы цветоведения и колористики, Цвет в живописи, архитектуре и дизайне» N.P.Nikitin: «Цветоведение. Колористика в композиции» T.Vuymistru: «Колористика. Цвет - ключ к красоте и гармонии» N.N.Volkov: «Цвет в живописи» M.Uilkoks: «Синий и Желтый не дают Зелёный» S.S.Alekseev: «О колорите» M.Gill: «Гармония Цвета. Естественные Цвета», A.C.Zaytsev: «Наука о цвете и живопись», C.Daniyel: «Искусство видеть», В. Ю. Медведев: «Цветоведение и колористика», Е. В. Омеляненко: «Основы цветоведения и колористики», Ж. Агостон: «Теория цвета и ее применение в искусстве и дизайне», Ю. В. Рыбников, И. В. Кулага: «Архитектурная колористика. Цвет в интерьере», Л. Н. Миронова: «Цвет в изобразительном искусстве», М. В. Матюшин: «Справочник По Цвету», М. Пастуро: «Черный. История цвета» yuqoridagi adaboyotlarda

ranglarning ta'siri ulardan foydalanish, static va dinamik harakatlar ruhiyatga ta'sir etuvchi ranglar garmoniyasi haqida batafsil yoritib berilgan. Bu mualliflar kata manbaalarga tayangan holda ranglarni sohalarda qo'llanishi haqida shuqur tahliliy tadqiqotlarni ahamiyatini tushuntirib berishgan.

NATIJALAR.

Qizil – qat'iyatlilikni o'rnatadi, odamda u yoki bu xatti-harakatni amalga oshirish istagini uyg'otishga qodir, reklama qilingan mahsulotni sotib oladi. Bu rang, boshqa hech qaysi rang kabi, tezda e'tiborni jalb qilishga, reklama mavzusiga ko'zni to'g'rilashga qodir emas. Ushbu rangning semantikasi "diqqat, o'tib ketmang, harakat qiling, jasorat bilan, o'ylamasdan, birinchi his-tuyg'ularga berilmang". Qizil rang ham ma'lum darajada ehtiros qo'zg'atuvchi xususiyatga ega. Bu, ayniqsa, qizil rang har doim ramziy rang bo'lgan erkaklarga mo'ljallangan mahsulotlarni reklama qilingan.

Apelsin – hayotiylikni oshirishga, optimistik ohangni beradi. Qadimgi odamlar buni sog'liq va ijodning rangi deb hisoblashgan. Bu rang eng yaxshi dori vositalari, bolalar mahsulotlari, shuningdek, sog'liqni saqlash va ta'lim xizmatlarini reklama qilishda qo'llaniladi. To'q sariq rang faollikni oshiradi, shu bilan birga ichki muvozanat va ruhiy uyg'unlik hissini ham beradi.

Sariq – xushmuomalalikka chaqiruvchi hisoblanadi. Bu ochiqlik va xushmuomalalikning rangi. Shuningdek, u kuchli his-tuyg'ularga muvozanatni saqlashga, ichki tinchlikni topishga va hissiy hayajonni tinchlantirishga yordam beradi. Bundan tashqari, sariq ob'ektni aql bilan berishga qodir, shuning uchun, masalan, yuqori texnologiyali mahsulotlarni reklama qilish eng yaxshi sariq rangda amalga oshiriladi. Bu rang bolalar mahsulotlarini, sayyohlik kompaniyalari xizmatlarini, shuningdek, reklama va PR agentliklarini reklama qilishda muvaffaqiyatli bo'lgan.

Yashil – yumshoq xarakterga ega, og'irligini engillashtiradi. Bu rang shifobaxsh, tasalli beruvchi ta'sirga ega. Va bu dori-darmonlarni, suv tozalash tizimlarini, stomatologiya klinikalari va dorixonalarni, veterinariya klinikalarini, sog'liqni saqlash va atrof-muhitni muhofaza qilish markazlarini reklama qilishda o'rinli va samarali bo'ladi.

Pushti – shaxsiy munosabatlar sohasida ajoyib yordamchi: u his-tuyg'ularni kuchaytiradi, bizni yanada ehtiyotkor, mehribon va sezgir qiladi. Ushbu rangdan foydalanish doirasi eng keng bo'lishi mumkin: parfyumeriya mahsulotlari, ayollar va bolalar uchun tovarlarni reklama qilishdan nikoh agentliklari va oilaviy markazlarning xizmatlarigacha.

Osmon rang - shuningdek, his-tuyg'ular sohasiga mos keladi, lekin ko'proq baland, oddiy emas, balki platonik. Bu do'stona mehrning rangi, qalblarning qarindoshligi. Moviy rang tinchlik va umuminsoniy uyg'unlik rangidir. Bu koinot bilan ko'rinmas aloqani his qilish imkonini beradi va ob'ektga yaxlit ko'rinishni va savol yoki vaziyatni - globallik va ijobiy natija berishga qodir.

Moviy - asosiy narsalarga diqqatni jamlashga yordam beradi: arziyas narsalarga xira bo'lmaslik, tarqalib ketmaslik. Katalog yoki broshyuradagi ko'k tafsilot darhol e'tiborni tortadi va qizil rangdan farqli o'laroq, hech qachon salbiy his-tuyg'ularni keltirib chiqarmaydi.

Binafsha rang - bu ichki konsentratsiyaning rangi. Bu rang ichki chuqurlashuvga hissa qo'shadi: u hozirgi paytda keraksiz hamma narsadan mavhum bo'lishga va asosiy muammoga e'tiborni qaratishga yordam beradi. Yana bir qiziqarli tafsilot - binafsha rang miyani yaxshi rag'batlantiradi va ijodiy muammolarni hal qilishga hissa qo'shadi. Binafsha rangni ijodiy odamlar juda yaxshi ko'rishlari bejiz emas. Shunday qilib, agar siz mahsulotning kreativligini ta'kidlamochi bo'lgan yoki ijodiy elitaga xizmat ko'rsatishga yo'naltirilgan mahsulotni reklama qilmoqchi bo'lsangiz, binafsha rangdagi tafsilotlar shart bo'ladi!

Qora — bu juda sirli rang va to'qlik qarida ko'p sirlar mavjudligi belgisi hisoblanadi: u o'zini hamma narsadan ajratib olishga, o'zini yopishga va muayyan muammoni hal qilishga e'tiborni qaratishga yordam beradi. Shu bilan birga, bu rang ohangdorlik va umidsizlikka moslashishga qodir. Qora rangda tashqi dunyodan yolg'izlik va izolyatsiya hissi paydo bo'ladi. Shuning uchun bosma reklamada bu rangni ishlatmaslik yaxshiroqdir. Bu tavsiya, albatta, shrift va jadvallarga taalluqli emas.

Oq rang - bu to'liq ochiqlik, dunyoni barcha xilma-xilligi bilan idrok etishga tayyorlik rangi. Va bu rang yaxshi, chunki u hech qanday yoqimsiz his-tuyg'ularni olib kelmaydi. Shuni ta'kidlash kerakki, bosma reklamada ushbu rang neytral effekt ahamiyat kasb etishi mumkin, reklama iste'molchisi hech qanday urg'u va ustuvorliklarni belgilamasdan, mahsulot haqida oddiygina xabardor bo'lsa.

MUHOKAMA

E'tiborni jalb qilish samaradorligini oshirish uchun ranglarning daraja bo'yicha taqsimlanishi:

ko'k-binafsha	100%
to'q ko'k	90%

firuz rang	85%
limon rang	60%
Qora	47%
To‘q binafsha	42%
Sariq	22%
Ko‘k	17,5%
Och ko‘k	14,5%
Jigarrang	9,5%
Yoqut rang	7,5%

XULOSA.

Rang terapiyasi (xromoterapiya) — muqobil tibbiyot usuli, odamni davolash uchun turli rangdagi nurlarning ta`siri. Rang terapiyasi ilmiy usulga asoslanmaganligi sababli va tadqiqotlar uning samaradorligini qo‘llab-quvvatlamaydi[1], bu soxta ilmiy hisoblanadi.

1950-yillarning o‘rtalarida. Shveysariyalik olim Maks Lyuscher¹ asl rang testini tuzdi. Tadqiqotiga ko‘ra ko‘pgina tajribalardan so‘ng, 4500 tus va soyalardan inson fiziologiyasi va psixologiyasiga juda aniq ta`sir qiladigan ranglarni tanlandi. Luscher tomonidan olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, rang inson tanasi a`zolarining ayrim tizimlari funktsiyalarini o‘zgartirishi mumkin ekan. Misol uchun, to‘q sariq-qizil rangni ko‘rish yurak urish tezligini, nafas olish tezligini, qon bosimini oshiradi va odatda ogohlantiruvchi ta`sirga ega ekan. To‘q ko‘k rang esa xotirjamlik keltiradi. Psixologlarning fikriga ko‘ra, din va millatdan qat`iy nazar gullarning “tili” universaldir u hammaga birdek ta`sir qilishini aytib o‘tgan.

Psixologik tadqiqotlar ko‘pchiligimizda instinktiv² ravishda biladigan jihatlarimizni tasdiqlaydi. Ba`zi ranglar kayfiyatga ijobiy yoki salbiy ta`sir ko‘rsatadi. Sariq va qizil ranglar eng ogohlantiruvchi ranglar hisoblanadi. 1970-yillarda Amerikada o‘tkazilgan tadqiqot shuni ko‘rsatdiki qizil chiroqda 30 daqiqa ichida yurak urish tezligi va qon bosimini ko‘tarilishiga olib kelgan, Ko‘k chiroq esa yuqridagilarning aksini ko‘rsatgan. Pushti rangdan esa mahbuslarni tinchlantirish ushuni ishlatilgan. Interer dizaynerlar va bo‘yoq kompaniyalari ranglarga maslahat

¹Maks Lyuscher (nemis Max Lüscher; 1923-yil 9-sentabr, Bazel, Shveysariya) - shveysariyalik psixolog “Ranglar testini” ishlab chiqqan.

² **Instinkt** - bu tashqi va ichki ogohlantirishlarga javoban paydo bo‘lgan va asosiy biologik ehtiyojlarni qondirishga qaratilgan hayvonlarning tug‘ma xatti-harakatlarining eng rivojlangan shakli. **Instinktiv** faoliyatni amalga oshirishda ichki sekretiya bezlari va limbik tizim juda muhim rol o‘ynaydi.

berishda ranglarning inson ruhiyatiga ta`siri haqidagi manbaalarni chuqur tahlilidan, tadqiqotlardan foydalanadilar.

Rangning bizning kayfiyatimiz, sog`lig`imiz va fikrlash tarzimizga ta`siri o`rganilgan yillar davomida olimlar. Rang energiyasi tanamizga kirganda, u rag`batlantiradi gipofiz va pineal bezlar. Bu o`z navbatida ma`lum gormonlar ishlab chiqarishga ta`sir qiladi, bu esa o`z navbatida turli fiziologik jarayonlarga ta`sir qiladi. Bu rang nima uchun paydo bo`lganligini tushuntiradi Bizning fikrlarimiz, kayfiyatimiz va xatti-harakatlarimizga bevosita ta`sir ko`rsatishi aniqlandi. Ko`pgina mutaxassislar psixologik va madaniy omillardan aniq ajratilgan deb hisoblaydilar. Rang hatto ko`r odamlarga ham ta`sir qiladi, chunki ular rang sifatida his qiladilar tanada hosil bo`lgan energiya tebranishlari natijasi.

Har bir rang bizga boshqacha ta`sir qiladi. Har bir rang bizga qanday ta`sir qilishini bilib, biz qila olamiz yoki aksincha qarorga keamiz. Siz kerak bo`lganda qo`shimcha energiya olish uchun rangdan samarali foydalaning. Turli ranglar turli kasalliklarni davolash uchun ishlatiladi. Ko`k, yashil va to`q sariq ranglarning kombinatsiyasi artritni davolash uchun ishlatiladi. Qandli diabetni davolash uchun yashil va sariq ranglarning kombinatsiyasi qo`llaniladi. Migrenni davolash uchun binafsha va ko`k ranglar ishlatiladi. Qizil, ko`k va yashil ranglarning kombinatsiyasi ayollarning bepushtligini davolash uchun ishlatiladi. Indigo nuri kepekni davolash uchun ishlatiladi. Moviy rang yo`talni davolash va sariq rang qabziyatni davolash uchun ishlatiladi. Indigo va kombinatsiyasi yashil rang saraton kasalligini davolash uchun ishlatiladi. Demak xulosa qilib o`zimiz odatiy deb qaragan ranglar majmuasi bizga qachalik ahamiyatli ekanini bilishimiz mumkin ekan.

REFERENCES

1. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Цветотерапия/>
2. Amber, R. B. (1980). *Color therapy: healing with color*. BestHowToBooks.
3. Ma`Murov, A. A. (2022). TARBIYA JARAYONIDA AMALIY SAN`ATDAGI USTOZ VA SHOGIRD ODOBI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 138-142.
4. Nodirjon, M., Abdusalom, M., & Ozodbek, S. (2021). TECHNOLOGIES OF TEACHING FINE ARTS WITH MODERN METHODS.
5. Mamirjonovich, M. N., Jumadillayevich, S. R., & Anvarovich, M. A. (2021). The Role Of Historical Monuments In The Development Of Central Asian Architecture. *The American Journal of Engineering and Technology*, 3(02), 1-5.
6. Мадаминов, Н. М. (2022). ТАЪЛИМ ЖАРАЁНИДА ТАСВИРИЙ САНЪАТНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ВА КОМПЬЮТЕР ГРАФИКАСИДАН

КЕНГ ФОЙДАЛАНИШ ЕЧИМЛАРИ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 46-50.

7. Мадаминов, Н. М. (2022). МАСОФАВИЙ ТАЪЛИМ ПЛАТФОРМАЛАРИ ИМКОНИАТЛАРИНИ ОЛИЙ ТАЪЛИМДА ТАКОМИЛЛАШТИРИШ МУАММОЛАРИ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 115-119.

8. Мадаминов, Н. М. (2022). ТАЪЛИМДА ИНФОРМАЦИОН ТЕХНОЛОГИЯЛАРНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ВА ТАЛАБАЛАРДА КАСБИЙ КЎНИКМАЛАРНИ ШАКЛЛАНТИРИШ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 200-203.

9. Nodirjon, M., Abdusalom, M., & Ozodbek, S. (2021). TECHNOLOGIES OF TEACHING FINE ARTS WITH MODERN METHODS.

10. Ахмедова, Н. Э. (2022). МЎЪЖАЗ САНЪАТНИНГ БЕТАКРОР НАФОСАТ ОЛАМИ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 125-130.

11. Sulaymanova, S. B. Q. (2022). BADIY OLIY TA'LIM MUASSASALARDA TASVIRIY SAN'AT FANINI O'QITISHGA BO'LGAN EHTIYOJNING OSHISHI VA UNING BUGUNGI HOLATI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 89-96.

12. Сулайманова, С. Б. К. (2022). BADIY TA'LIMDA TALABALARNI O'QITISHDA SAMARALI DIDAKTIK PRINSIPLARDAN FOYDALANISH USULLARI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 143-150.

13. Sadikovna, S. G., Kurbonova, B., Akhmedova, N., & Sulaymanova, S. (2020). FUNDAMENTALS OF PROFESSIONALISM DEVELOPMENT ON THE EXAMPLE OF PRACTICAL EXERCISES ON FORMING THE SKILLS AND SKILLS OF FUTURE TEACHERS. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 17(6), 8894-8903.

14. Nazokat, A., Ibrokhim, Y., & Makhpuzakhon, A. (2021). FACTORS OF DEVELOPMENT OF FINE ARTS.

15. Nazokat, A. (2021). Means of Ensuring the Integrity of the Image and Writing in the Performance of Visual Advertising.

16. Ахмедова, Н. Э. (2022). БУГУНГИ ЁШ АВЛОДНИ АХЛОҚИЙ, КОГНИТИВ ВА ЭСТЕТИК ТАРБИЯСИНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА КИТОБОТ САНЪАТИНИНГ ЎРНИ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 204-208.

-
17. Ахмедова, Н. Э. (2022). МУЎЖАЗ САЊАТНИНГ БЕТАКРОР НАФОСАТ ОЛАМИ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 125-130.
18. O'Rinov, M. X. O. G. (2022). CHIZMACHILIK FANI DARSLARIDA UYG'UNLASHGAN TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISH. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 167-173.
19. O'Rinov, M. X. O. G. (2022). TALABALAR MUSTAQIL TA'LIMIDA AXBOROT TEXNOLOGIYALARINING CHIZMACHILIK FANIDAGI O'RNI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 110-114.
20. Yunusaliyev, M. T. (2022). DEKORATIV KOMPOZITSIYALARDA KONTRAST VA NYUANS'LARNING AHAMIYATI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 5-8.
21. Yunusaliyev, M. T. (2022). RANGTASVIRDA KONTRAST VA NYUANS'LARNING AHAMIYATI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(10-2), 174-182.