

Může červená barva snížit náš výkon v testech?

Známým faktem je, že barvy mají vliv na náš organismus. Například žlutá barva je považována za veselou a povzbuzující, modrá barva za uklidňující a červená za energickou a je spojována s láskou a nebezpečím. Tento efekt je považován za naši psychologickou schopnost rozpoznávat význam, který barvy nesou, kterou získáváme pomocí biologicky získaných naučených nebo asociací.

Již několik studií se zabývalo vlivem červené barvy na výkon účastníků zapojených do těchto studií. Bylo zjištěno, že červená barva výkon účastníků v porovnání s ostatními barvami snižovala. Tento nepříznivý vliv je vysvětlován tím, že červená barva v nás aktivuje úzkostné odpovědi jako například tendence k vyhýbání a úzkostné myšlenky. Tato teorie se shoduje se zjištěním, že červená barva v nás probouzí pocity ohrožení a neúspěchu.

V jiných studiích zabývajících se sebeovládáním zase bylo zjištěno, že v případě, že naše schopnost se ovládat byla nějakou předchozí situací vyčerpána, snadněji podléháme našim naučeným tendencím, tedy se snadněji přestaneme ovládat.

Současná studie obsahovala 3 samostatné experimenty a zabývala se otázkou, zda je předpoklad, že červená barva má negativní efekt na výkon v kognitivních testech, pravdivý a zda je tento efekt stejně silný u lidí s vyčerpanou schopností sebeovládání jako u lidí, kteří předtím nebyli vystaveni situaci, která vyžadovala sebeovládání.

Celkem bylo do všech 3 experimentů zahrnuto 267 studentů. Jejich prvním úkolem bylo přepsat úryvek textu – jedna skupina přepisovala text přesně a tito účastníci tedy nebyli vystaveni úkolu vyžadujícímu sebeovládání. Druhá skupina měla za úkol vynechávat písmena E a N – byli tudíž vystaveni situaci, která sebeovládání vyžadovala. Poté dostali pořadač se slovem TEST na úvodní stránce – jedna skupina měla toto slovo podložené červeným trojúhelníkem, druhá šedým. Po vystavení tomuto stimulu byli účastníci požádáni o vypočítání příkladu, aby mohl být změřen kognitivní výkon u každého z nich. Všechny tři experimenty proběhly s malými úpravami stejně. V poslední experimentu bylo podbarvené slovo TEST nahrazeno rozdělením účastníků do dvou náhodných skupin s názvy „šedá“ a „červená“. Oba dva tyto názvy byly napsány na úvodní stránce místo slova TEST černou barvou bez jakéhokoliv barevného podkladu.

Výsledky experimentů ukazují, že červená barva i slovo snižují výkonnost v kognitivních testech, ale pouze u lidí, kteří byli předtím vystaveni na sebeovládání těžkému úkonu. U lidí, kteří byli požádáni o přesné přepsání textu, se žádný podobný fenomén

neobjevoval. Ve třetím experimentu účastníci dokonce vypovídali, že se u nich objevovali negativní myšlenky po té, co uviděli slovo „červená“. Otázkou ovšem zůstává, zda by se podobný efekt ukázal, kdyby byli respondenti vystaveni i jiným barvám než pouze červené a šedé.

Zpětná vazba: Tento článek byl pěkně a srozumitelně napsaný, jak pro jedince zabývající se psychologií, tak i pro laickou veřejnost. Jazyk byl zvolen velmi případný a jako samotný autor bych byl s prací spokojen. Byla viditelná snaha vytvořit popularizační článek co nejdělejší originálu, tedy zde nebyly žádné zavádějící, či zavazující výrazy a velmi přesně byl popsán princip výzkumu i s jeho metodou. Je ovšem ale možné, že se špatným překladem mohla vloudit chyba do některých konkrétních dat, či výroků, které mohly být v originále míněny jinak, tedy bych maximálně lépe odlišil části, ve kterých autor vyjadřuje svůj názor od původního výzkumu. Zároveň v některých případech zbytečně poskytoval konkrétní údaje a mohl je zjednodušit bez zkreslení celého výstupu. Každopádně se dá popularizační článek hodnotit jako úspěch, jen bych se pro příště vyvaroval výše zmíněných opomenutí, které však zde nebyly fatální.