

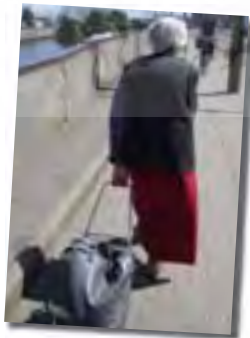
روانشناسی رنگ فرمز

رنگ، هم‌چون کلامی گویاست برای بازگ کردن خلق‌وخوی مردم. در طول تاریخ، نمادگرایی رنگ‌ها در نگرش ما نسبت به جنبه‌های زندگی، موقعیت‌های هیجانی و احساسی، دنیای اطراف و هم‌نوعان‌مان اثرگذار بوده است. امروزه نفوذ رنگ‌ها و تأثیر آن‌ها در بدن انسان، به روش‌های گوناگونی ثابت شده است و پژوهش‌های متعددی درباره‌ی علت‌های ترجیح رنگی بر رنگ دیگر و آثار رنگ‌ها بر ذهن آدمی، حفظ تعادل فکری و جسمی، تولید شادمانی یا افسردگی، آرامش یا بی‌قراری و... صورت گرفته که همگی، آثار رنگ‌ها را در زندگی انسان نشان داده‌اند؛ البته در صورتی که ما دیدی آگاهانه نسبت به رنگ‌ها داشته باشیم و تصویر آن‌ها را درک کنیم. ماهنامه‌ی «شادکامی» این افتخار را دارد که از این پس، مطالبی را در زمینه‌ی آشنایی با رنگ‌های مختلف و نقش بسیار مهم آن‌ها در زندگی و هم‌چنین خواص درمانی هر رنگ، ارائه دهد.

افراد مسن و بازاریابی

به طور معمول خریداران مسن، رفتاری متفاوت از جوانان، از خود بروز می‌دهند. این افراد، تمایل کم‌تری به آزمون کالاهای جدید از خود نشان می‌دهند و به محصولاتی که قبلاً استفاده کرده‌اند، وفاداری بیش‌تری دارند. به طور عادی می‌توان این نوع رفتار را به محافظه‌کاری افراد یا به سن گذاشته، نسبت داد اما تحقیقات اخیر دانشمندان عصب‌شناس نشان می‌دهد که این تفاوت می‌تواند ناشی از عملکرد سیستم پاداش مغز باشد.

در مغز، ماده‌ای به نام «دپامین» ترشح می‌شود که موجب فعال‌شدن گیرنده‌های سیستم پاداش مغز می‌گردد و وظیفه‌ی ایجاد حس لذت در انسان را برعهده دارد. فعالیت منطقه‌ای از مغز که عامل ترشح «دپامین» است، در جوانان و پیران متفاوت می‌باشد. محققان تأثیر پیش‌بینی و یا دریافت یک هدیه‌ی بسته‌بندی‌شده را بر مغز افراد مختلف، مورد آزمایش قرار دادند و متوجه شدند که این تأثیر در افرادی با متوسط سن ۲۵ سال، بسیار بیش‌تر از افرادی با متوسط سن ۶۵ سال می‌باشد. به عبارتی، به نظر می‌رسد فعالیت سیستم پاداش مغز که عامل رفتارهای مختلفی مانند آزمایش کالا یا محصول جدید می‌باشد، با افزایش سن، کاهش می‌یابد.



مهندس فرخ اصفهانی

قرمز یکی از سه رنگ اصلی‌ست؛ رنگی بسیار هیجانی و با اعتمادبه‌نفس که خطر را تداعی می‌کند. داغ و آتشی مزاج است و گاهی کنترل آن، سخت. حواس را تحریک می‌کند و جاه‌طلبی‌ها، انرژی‌های متمرکز و شهامت را افزایش می‌دهد. از نظر فیزیکی در محاصره‌ی قرمز بودن، موجب افزایش خون می‌شود و ترشح «آدرنالین» را در بدن بالا می‌برد. قرمز می‌تواند موجب ایجاد خشم، تمایل جنسی و دمدمی‌مزاجی شود. وقتی شخصی به شدت خسته یا افسرده است و یا نیروی اراده‌اش تحلیل رفته، قرمز می‌تواند به‌عنوان عامل انرژی‌زا استفاده شود. هم‌چنین قرمز برای از بین بردن احساسات منفی، مفید است و می‌تواند کمکی برای خجالتی‌ها و افرادی که اعتمادبه‌نفس ندارند، باشد. پوشیدن لباس‌های قرمز یا استفاده از زیورآلات قرمز یا قرارگرفتن در محیط قرمز رنگ، به‌هنگام ناراحتی یا هیجان و اضطراب، می‌تواند به بروز خشم منجر شود.

رنگ‌درمانی با رنگ قرمز

قرمز، نشان‌گر نیروی آتشی و پرشوق و شور است. ویژگی اصلی این رنگ، عمل است. مثبت‌بودن ماهیت رنگ قرمز، می‌تواند در از بین بردن منفی‌گرایی در افکار و احساسات، مفید باشد.

اگر فردی تمایل به شروع کاری نداشته باشد یا از بزرگ‌بودن کاری که در پیش دارد، بترسد، پوشیدن لباس‌های قرمز یا محصور کردن خود در بین اشیاء قرمز رنگ، این مانع درونی را از بین خواهد برد و موجب به جریان افتادن انرژی‌ها می‌شود.

از آن‌جا که قرمز، محرکی قوی‌ست، از این رنگ در درمان، به‌ویژه اختلالات هیجانی و اضطراب، کم‌تر استفاده می‌شود.

حمام نور قرمز گرفتن، برای حل مشکلات جریان خون، اختلال در فشارخون، سفت‌شدن رگ‌ها و کم‌خونی مفید است. با این حال، باید توجه داشت که چون این رنگ، بسیار قدرتمند است و اغلب نیروی غیرقابل‌کنترلی دارد، نباید از آن در سطح بالاتر از کمر استفاده کرد زیرا این خطر وجود دارد که ضربان قلب را بیش از حد تحریک کند.

«رونالد هانت» در کتاب خود تحت عنوان «هفت کلید رنگ‌درمانی»، این رنگ را بزرگ‌ترین انرژی‌ساز و پدر سرزندگی و نشاط قلمداد می‌کند. به عقیده‌ی او، رنگ قرمز کریستال‌های نمک فریک را به آهن و نمک تجزیه می‌کند، گلبول‌های قرمز خون، آهن را جذب کرده و نمک از طریق پوست یا کلیه‌ها دفع می‌شود. از این‌رو، قرمز مناسب‌ترین رنگ برای درمان کم‌خونی و کمبود آهن در بدن است.

منابع:

«روان‌شناسی رنگ» «جانانان دی‌ولسلی تایلور»، مترجم: «مهدی گنجی»
«رنگ‌درمانی» «پاولین ویلز»، مترجم: «مرجان فرجی»

دکتر پگاه فرخزاد (عضو هیأت‌علمی دانشگاه آزاد اسلامی)
امیر مسعود رستمی (کارشناس روان‌شناسی و عضو باشگاه پژوهشگران)