

## كيف تؤثر الألوان على مشاعرك وقراراتك؟



### ترجمة حفصة جودة

من أفضل الحواس التي نملكها نعمة البصر، فهي تسمح لنا باستقبال عدد لا نهائي من الصور والأشياء والألوان، وعليه، تؤثر الألوان في حياتنا اليومية، بالنسبة للمبتدئين، تعكس جميع الكائنات الضوء بطريقة مختلفة، هذا الضوء المنعكس هو ما نستقبله كلون.

يتفاعل كل شخص مع الألوان بطريقة محددة، وهذه التفاعلات تعكس حالتنا العاطفية وربما أوجه التشابه في شخصياتنا مثل: التفضيلات الغذائية، الصور غير السارة، التفاعل مع الإعلانات، هناك أيضاً ألوان قوس قزح التي يمكن لأي شخص أن يميزها وهي: الأحمر والبرتقالي والأصفر والأخضر والأزرق والنيلي والبنفسجي، وفي هذا المقال سنصف كل لون وكيف يؤثر في حياتنا اليومية.

### الأحمر

يعتبر الأحمر من أكثر الألوان لفتاً للانتباه ويُظهر بعض الدوافع مثل: الحب والعاطفة والدفء والحيوية والراحة، يمكنه أيضاً أن يمثل المشاعر السلبية مثل: الغضب والغيط وفقدان السيطرة والعنف، كما أنه يرتبط أيضاً بعلامات الخطر والمواقف العنيفة، لذا فاللون الأحمر لون مثالي لتوضيح أثر الألوان على المشاعر المختلفة.

بالإضافة إلى ذلك، قد يدل اللون الأحمر على بعض التأثيرات في جسد الإنسان مثل زيادة معدل ضربات القلب وزيادة الشهية والإحساس بالدفء، ونظراً لتأثيره القوي فهذا اللون يرتبط بالعقل ويؤثر بشكل قوي في توجيه الناس.

### البرتقالي

أما البرتقالي فهو لون دافئ، لكنه ليس جذاباً ومثيراً مثل الأحمر، ويرتبط البرتقالي بالأشخاص المفعمين

بالحيوية، ويوحى بعدة أشياء مثل الجرأة والرغبة والشباب والمغامرة والخيال والتحفيز الإيجابي. كما يحفز أيضًا الشعور بالجوع والعطش مما يجعله لوثًا مناسبًا للمطاعم ومناطق الطعام، لكن في الغرف المغلقة قد يسبب الأرق بسبب حدته، لذا فالبرتقالي مثال واضح لتأثير الألوان على مشاعرنا.

### الأصفر

يعتبر اللون الأصفر لوثًا حيًا، فهو يجذب الناس بفضل دفئه وجاذبيته ولمعانه المثير، ويشير هذا اللون إلى الخلود والغرور والقوة والسلطة والثروة، وفي الحياة اليومية يستخدم كعلامات تحذيرية مثل الإشارة إلى الحجر الصحي البحري وتغيير الاتجاهات في إشارات المرور، هذا اللون يشير أيضًا إلى الضوء ويرتبط بالذكاء.

في المناطق الصغيرة والأضواء الخفيفة يبدو اللون مبهجًا، لكن استخدامه على نطاق كبير وبشكل مكثف يجعله مزعجًا ومرهقًا، كما أنه يعمل على تسريع عملية الأيض، وقد يسبب الغضب والإحباط عند استخدامه بشكل مكثف في مكان صغير.

### الأخضر

يعبر اللون الأخضر عن الطبيعة والريف والغابات، فهو يتحدث عن الربيع والخصوبة والتجديد والنمو، ومن ناحية المشاعر الإيجابية فهو يشير إلى الحظ الطيب والصحة والأمل والمنطق.

هذا اللون مزيج من اللونين الأزرق والأصفر لذا يمثل نقطة الوسط بين المشاعر والأحكام، وفي لحظات التوتر والإجهاد يبعث اللون على الانتعاش والراحة والهدوء والطمأنينة والاسترخاء، كما أنه يرتبط أيضًا باللطف وحب الناس وكرهية الوحدة.

### الأزرق

عندما نرى اللون الأزرق يتبادر إلى ذهننا دائمًا صورة السماء والبحر، هذا اللون يرتبط بالعديد من المفاهيم المجردة مثل الثقة والذكاء والسلام والشهامة والحقيقة والحكمة والخلود، هذا اللون دائمًا ما يُصنف بأنه لون بارد يشبه الثلج والحديد حسب كثافته.

بالإضافة إلى ذلك يساعد اللون الأزرق على الاسترخاء والهدوء والشعور بالروحانية، كما أنه لا يثير العين لذا يمكن استخدامه على مساحات واسعة، وبسبب تأثيره المريح فهو يبعث على الصفاء والهدوء، لكنه أيضًا يساعد على خفض حرارة الجسم ونبضات القلب وقد يسبب الحزن أيضًا.

### النيلي

يعتبر اللون النيلي من الألوان المؤثرة بقوة على العقل، فهو يحفز الخيال والحدس ويعمّق من مشاعرنا وكآبة أفكارنا، قد يكون اللون خطيرًا على الأشخاص المصابين بالاكتئاب، لكنه يملك أيضًا تأثيرًا مهدئًا، ويمثل الجمال والغموض والحكمة، وبالإضافة إلى ذلك، ففي الدول الآسيوية مثل الهند والصين واليابان يستخدمه الناس بوفرة خاصة في الورق وصناعة المنسوجات.

### البنفسج

يرمز اللون البنفسجي إلى الصبر والتواضع ويرتبط بالأشخاص المولعين بالتأمل كما يعبر عن الوحدة والألم والتضحية والتصوف، هذا اللون مزيج من الأحمر والأزرق لذا فهو يعبر عن معانٍ متناقضة تمامًا.

إنه يمثل خليطًا من الأنوثة والذكورة مما يساعد على حدوث الاسترخاء والقوة الروحية والحساسية من الشخصيات العصبية، وعندما يكون اللون قويًا فإنه يرتبط بالأشخاص الماديين والأنانيين.

من ناحية أخرى، لدينا اللونان الأبيض والأسود، لكنهما لا يعتبران لونين، فالأسود هو مزيج لكل الألوان،

بينما يعني الأبيض غيابها، ومع ذلك فكلا اللونين يؤثران في الناس أيضًا.

## الأبيض

يرمز اللون الأبيض بشكل كبير إلى الهدوء وفهم الناس كما يساعد في محاربة مشاعر الإحباط والوحدة، فهو يرمز إلى النقاء والبراءة والبساطة والنظافة والفضيلة، هذا اللون يضيء الأشياء ويخلق إحساسًا من النظافة والرحابة في الغرف المغلقة، لكنه قد يسبب انطباعًا عن وجود مساحة كبيرة غير لطيفة.

## الأسود

يمتص اللون الأسود جميع الأضواء في المكان، لذا فهو يرتبط بتلك الأشياء: الموت والظلام والدمار والحداد والغموض وكذلك الأناقة، وعلى عكس الأبيض فهو يرمز إلى الشر والحزن والتعاسة والتكلف والالتزامات الشكلية والقوة، هذه المشاعر السلبية جميعًا ترتبط بالأسود.

لكن عندما يجتمع مع لون آخر حينها يعكس الأسود جميع المعاني الإيجابية، ولهذا السبب يرتبط الأسود بالشخصيات الانطوائية، كما أن ظلال الأسود تعتبر عن معاني الأناقة والقوة والفردية والاحتجاج والتمرد.

المصدر: ستيب تو هيلث