

المحاضرة الثانية

02

علم نفس الألوان
والتأثيرات المختلفة للألوان

2023



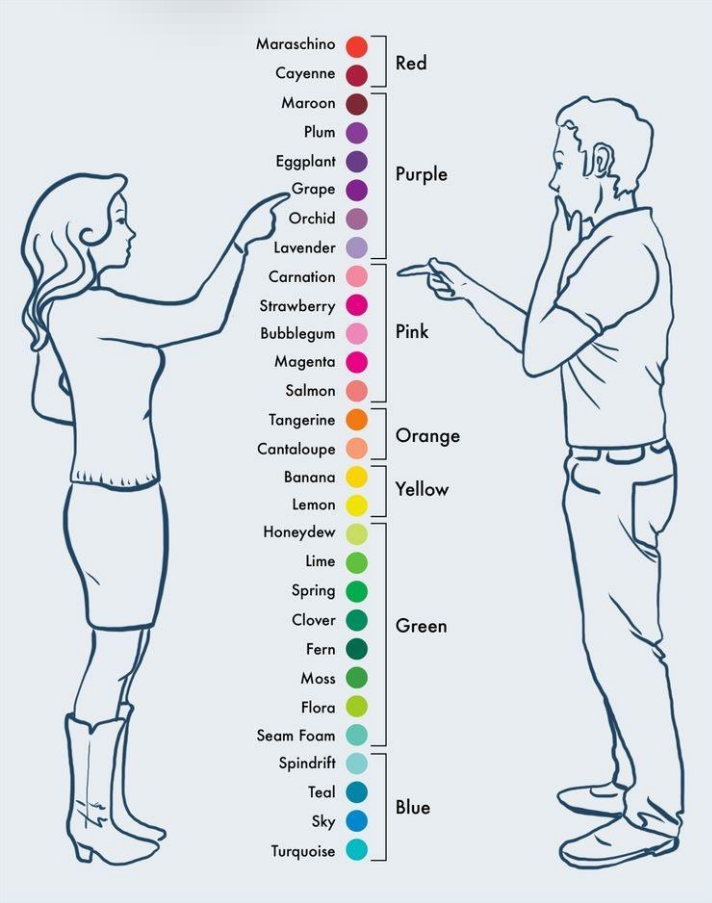
محتويات المحاضرة



- مفهوم اللون في علم النفس
- معاني الألوان ومدلولاتها
- المزاج الذي يخلقه اللون في التصميم الداخلي
- التأثير النفسي والعضوي للألوان

مفهوم اللون في علم النفس

مفهوم اللون في علم النفس



هو دراسة اللون وتأثيره على السلوك الإنساني مع العلم أن تأثير اللون يختلف من شخص لآخر حسب عمرة وجنسه وثقافته.

حيث تكمن أهمية دراسة اللون في علم النفس على معرفة تأثير اللون على الحالة النفسية للإنسان حيث وجد علماء النفس أن اللون يؤثر على ردود أفعال الإنسان بشكل لا إرادي مما ينعكس إيجاباً أو سلباً على حالته النفسية.

معاني الالوان ومدلولاتها

الألوان ومدلولاتها النفسية

نظراً للأهميّة النفسيّة التي تتميز بها الألوان والآثار النفسيّة الإيجابيّة لها ظهرت استخدامات مدلولاتها النفسية في مُختلف المجالات الحياتية خاصّةً في الميادين والمسكن والمستشفيات والمباني التعليمية، بالإضافة إلى اهتمام الكثير من العلماء بإجراء الدراسات والبحوث العلمية التي بحثت في مدلولات الألوان ورمزيّتها، وظهرت حسب الألوان على النحو الآتي :

الأبيض



- هو اللون الذي يدلّ على النقاء والطهر والفرح والسلام، وأكثر من قد يستفيد من الخصائص النفسية للون الأبيض فئة الأطباء والعاملين والقائمين على المجال الطبيّ لما يبعثه من مشاعر الرّاحة، والأمل، والتفاؤل، والشفاء في نفوس المرضى، فهو لونّ ناصع يمتلك خاصية الانعكاس لجميع الألوان والموجات الضوئية الساقطة عليه، كما أنّ له تأثيرٌ فعّال في عمليّة استرخاء الأعصاب وتهديتها؛ حيث أثبت فاعليّته في السجون والمصحات النفسية في علاج وتهدئة النوبات العصبية المفرطة.
- يؤدي استخدامه في الفراغ الداخلي إلى زيادة قيم التباين وإلى إحساسنا ببرودة الألوان.

الأسود



- اللون الأسود هو لونٌ قاتمٌ ومُعتم، لا يعكس أيّ موجةٍ ضوئيةٍ مُلونة تسقط عليه؛ فهو يمتصّ جميع ألوان الطيف التي تُوجّه إليه ممّا يُضفي حالةً من الغموض على شخصيّة الفرد، واللون الأسود في مُعظم حالاته يوحي بالكآبة، ويُشكّل تهديداً للأفراد الذين يخافون من الظلام نظراً لخصائصه المُعتمّة، كما يُعتبر في كثيرٍ من البلدان وسيلةً من وسائل الحداد والتعبير عن الحزن، إلّا أنّه من الجميل استعماله بُملازمته للون الأبيض في الفنون بأنواعها كونه يُؤدّي لخلق التناقض الفنّي الذي يبعث على الجمال، وله دلالاتٍ أخرى كالجنكة، والأمان، والكفاءة.
- ويقوم في الفراغ الداخلي بعملية الخداع البصري، من ناحية تأثيره في إحساسنا بالعمق.

الأحمر



- اللون الأحمر هو لون النار والدم والثورة، إلى جانب أنه لونٌ يدلّ بشكلٍ عام على العواطف، والمشاعر الجيّاشة، بالإضافة إلى القوّة والحيويّة والنشاط والمثابرة، كما أنّه يُستخدم للتعبير عن حالات الغضب والخطر كما هو الحال في إشارة المرور، وهو لونٌ يعمل كمُحفّز لعملية التنفّس، ويرفع مُعدّل نبضات القلب، وهو لونٌ ملفت للأنظار يستدعي الانتباه بشكل سريع، وهو من أكثر الألوان دفئاً وحرارة.
- لا يُفضّل استخدامه كلون مسيطر في الفراغ الداخلي.

الأزرق



- اللون الأزرق هو لون السماء والبحر، يدلّ على الأفق الممتد والكبير فيُضفي إحساساً من السعة والراحة على النفس البشرية، كما أنّه لونٌ هادئٌ وشفّاف يستدعي القدرة على خلق أجواء الهدوء والتأمل، ويُساعد على الاسترخاء بشكل فعّال، ومن الممكن أن يدلّ أيضاً على الحكمة والصدّاقة، ويشترك مع اللون الأبيض في تعبيره عن السلام والمحبة والتآلف، وبشكل عام هو لونٌ مُفضّل ومُحبّب للنفس الإنسانية بشكل عام، يظهر أثره في تهدئة الأعصاب واسترخائها، بالإضافة إلى أنّه يُخفّض تلقائياً من مُستوى ضغط الدم وسُرعة التنفّس.
- لأنه يساعد على الهدوء والاسترخاء، فهو المفضل في غرف النوم ، و بعض فراغات العمل التي تحتاج الى تركيز.

الأصفر

- اللون الأصفر هو لون الشمس والذهب، وهو دافئ يُعَبِّر عن حرارة الضوء لكن بشكل أقل نضاعةً، كما أنّه لون جميل وجذاب وساحر تظهر خصائصه ودلالاته النفسيّة في مُقاومة أمراض الانهيارات العصبية، كما يتميّز اللون الأصفر بطول موجته بشكل نسبي، بالإضافة إلى أنّه مُحفِّز عاطفي قويّ له تأثيرات عديدة على النفس البشرية إلّا أنّ هذه التأثيرات تتفاوت حسب درجاته، فهو في مستواه المُعتدل والمُريح يساعد على توليد الروح المعنويّة ودعمها، كما أنّه يُعزّز الثقة بالنفس والتفاؤل، أمّا في درجاته المُرتفعة والتي قد تكون مُزعجةً وغير مرغوب فيها فمن المُمكن أن تظهر له الآثار العكسيّة؛ كإثارة مشاعر الخوف، والتوتّر، والقلق.
- ويقوم بجذبنا بشدة لدخول الفراغ، وبذلك فهو مناسب جدًا لتلوين المداخل من نوافذ وأبواب.



الأخضر



- يتوسّط اللون الأخضر الدائرة اللونية بين اللون الأزرق واللون الأصفر، فهذا الموقع يجعله يقع بين هدوء اللون الأزرق وحرارة اللون الأصفر؛ لذا فإنه إذا ازداد برودةً وتدرّجاً نحو اللون الأزرق ظهر دوره في استيعاء السكينة والهدوء والحكمة، وإذا ازداد حرارةً وتدرّجاً نحو اللون الأصفر يظهر أثره في تحفيز الحيويّة ومشاعر التفاؤل والدفء، كما أنه لونٌ مريحٌ للعينين ينفذ إليها بسهولة.
- يستعمل بدرجاته الفاتحة كخلفية، في حين تقوم درجاته المعتمة عند استعمالها بالتخفيف من درجة السطوع.

البرتقالي



- اللون البرتقالي يمثل الإبداع والمغامرة والحماس والنجاح، ويضيف اللون القليل من المرح إلى الصور أو المادة التسويقية. على الرغم من أنه جذاب مثل اللون الأحمر. ويستخدمه العديد من المسوقين للحث على اتخاذ إجراءات وجذب الانتباه. ويزداد استخدام اللون البرتقالي في تصميم شعارات قنوات الأطفال وشعارات مواقع بيع منتجات الأطفال ليزيد من صفتي الإبداع والحماس الخاصة باللون البرتقالي.
- وهو لون يرتبط بالصحة والشفاء، ولون التفاؤل مما يجعله مناسبًا لبعض أماكن النظافة.

البنفسجي (الأرجواني)



- اللون البنفسجي هو لون مهدئ يوحي قليلا بالحزن , وهو لون يساعد على الإبداع فهو مزيج من الأحمر والأزرق، وبالتالي يخلق توازناً بين التحفيز والصفاء، كما توفر الإضاءة البنفسجية حالة من السلام، وتخفف التوتر.
- ومن المفيد توظيفه في غرف النوم وخصوصا غرف الأطفال والمعيشة، أو المكتبة.

البنى



- لون شبه دافئ، لون هادئ نسبيًا، لون الأرض، لون الارتباط، له صفة اقتصادية مرتبطة بالتفكير.
- واستعمال هذا اللون في الفراغ الداخلي ينقل الإحساس بالطبيعة إلى الداخل، لذلك من المفيد استعماله في فراغات الأبنية الريفية.

المزاج الذي يخلقه اللون في التصميم الداخلي

المزاج الذي يخلقه اللون في التصميم الداخلي

وفقًا للأهواء والأذواق الشخصية أو وفق معان ودلالات الألوان ورموزها من حيث ارتباطها بالمعتقد والدين والموروث الشعبي لكل منطقة تحمل العادات والتقاليد نفسها.

ومن ثم، فإن اللون يؤدي دورًا حيويًا في مجال الفراغ الداخلي، فهو يعمل على إبراز عناصر الأثاث وعلاقتها بمحتويات التشكيل في الفراغ، من أرضيات وسقوف وجدران. كما يحتل اللون مكانة مهمة في جميع أوجه نشاطاتنا في الحياة العامة والخاصة وبذلك فالأثر الذي تمليه علينا الألوان في الفراغ سينعكس على الشعور الحسي والعضلي للفرد، ومن هنا يتم اختيار الألوان في الفراغ وفقًا لاعتبارات عديدة من أهمها الإعتبارات النفسية وهذا ما سنتحدث عنه.

المزاج الذي يخلقه اللون في التصميم الداخلي

الاعتبارات النفسية : Psychological Considerations

نظرًا لأن اللون هو عنصر أساسي في التصميم، لما له من دور نفسي وعاطفي وينحى الإنسان باتجاه رد فعل إيجابي أو سلبي تجاه الألوان، فالإحساس بدفء اللون مثلًا يعطينا شعورًا جميلًا ، والإحساس ببرودة اللون يعطينا شعورًا بالهدوء... وهكذا. وهنا يكمن الاعتبار الأهم في محاكاة هذا الشعور بشكل مدروس من خلال التصميم. ومن هنا فالفراغات الداخلية لغرف المستشفيات ، وقاعات الدروس ، والمطاعم ، والمكاتب... يختار لها ألوان مختلفة تتناسب مع وظيفة كل فراغ، بحيث تؤدي دورًا في تحقيق التأثير المطلوب في سلوك ومزاج الناس الذين يوجدون في تلك الفراغات. وفيما يأتي أهم التأثيرات النفسية للألوان لأهم الفراغات الداخلية:

المزاج الذي يخلقه اللون في التصميم الداخلي

❖ الفراغات السكنية : Residential Spaces

يحتفظ اللون الأحمر بخاصية أنه يحاكي الرغبة، لذا من المفيد استعماله في غرف الطعام، أما لونا الأزرق والأخضر، فإنهما يمدان الإنسان بالشعور بالهدوء والراحة وحب الحياة، فهما ألوان الطبيعة لذلك من المناسب استعمالها في غرف النوم ومن جهة أخرى فاللونان الأصفر والبرتقالي، هما لونا الطاقة، لذا من المفيد توظيفها لفراغات الأكثر حيوية، مثل غرف المعيشة ومكان تحضير الطعام

❖ الفراغات العامة : Public Spaces

وتمثل بشكل عام جميع الفراغات غير السكنية تجارية ومحال، ومطاعم، وأبنية ثقافية ودينية، ومراكز عناية صحية ومستشفيات وأبنية حكومية وسفارات.... ونستعرض هنا عددًا من تلك الفراغات:

1- المطاعم والمقاهي : Restaurants & Cafés

يتم غالبًا استعمال الألوان الدايفة في صالات الطعام، حيث يتم استعمال الوردي والبرتقالي والاحمر في قطع الديكور، لأن للون البرتقالي له تأثيرًا منشطًا لعملية الهضم

المزاج الذي يخلقه اللون في التصميم الداخلي

2- الفراغات التجارية: Commercial Spaces

يرتكز استعمال الألوان في المحال والمجمعات التجارية بشكل رئيسي على نوع المعروضات وإن كان الغالب استخدام ألوان حارة و**براقة** لجذب الناس باتجاه المحال والمعروضات، كما تستعمل الألوان الباردة بشكل خاص، لإعطاء الإحساس بالفراغ والاتساع.

3- المستشفيات ومراكز العناية الصحية : Hospitals & Health Care Institutes

يحتاج المرضى- في الغالب- إلى الشعور بالراحة والهدوء، لذا يتم استخدام الألوان للتأثير في نفس المريض وجسمه تأثيرًا إيجابيًا، فيتم تجنب الألوان الصارخة، ويتم اللجوء إلى الألوان الهادئة كاللون الأخضر الفاتح في الجدران، ويتم إعطاء السقف لونًا أفتح قليل، أما في صالات الجلوس وأماكن النقاهاة، فيتم إدخال بعض الألوان الحيوية والدافئة بحذر للمساعدة في عملية التماثل للشفاء

المزاج الذي يخلقه اللون في التصميم الداخلي

4- فراغات العمل : Work Spaces

يتم اختيار الألوان في أماكن العمل والمكاتب، مكاتب خاصة، معامل صناعية... تبعًا لمستوى النشاط الوظيفي، من ناحية عدد مستخدمي هذا الفراغ ودرجة التركيز الذي يحتاجه العمل الوظيفي. لذا يتجنب تكرار الألوان وتدرجاتها، ويعتمد إلى استعمال ألوان ذات طابع محفز وتأثير إيجابي في مستوى النشاط الفردي مثل البرتقالي والأزرق المخضر... كما يتم التركيز وبشكل مستقل في المكاتب، على طبيعة كل مكتب ونوع العمل فيه، فالسكرتارية يتم فيها استعمال الألوان الحارة المتباينة "، أما قاعات الاجتماعات والإدارة فتكون ذات ألوان رزينة هادئة قليلة التباين ويمكن أن تتخللها بعض الألوان الدافئة لتجنب الملل

5- الفراغات التعليمية والثقافية : Educational & Cultural Spaces

تختلف الفراغات التعليمية والثقافية عن بعضها من ناحية نوع النشاط الوظيفي لكل فراغ، مكتبات، جامعات، مراكز ثقافية، متاحف، قاعات موسيقى، مسارح... فضلا عن اختلاف عمر شاغلي الفراغ، راشدين , adult , شباب , اطفال , kids وعمومًا يتم التأكيد في الفراغات التعليمية والثقافية على مجموعات الألوان المنسجمة التي لا تسبب تشتيت الذهن مثل البنفسجي وغيرها، وإنما تؤدي إلى عملية تحفيز العقل وتحث على التفكير، ويتم استخدام درجات الألوان الفاتحة بحيث تنحى قليلا نحو الدفء، ويتم تجنب السطوح البيضاء التي تسبب الملل والانعكاسات الشديدة المبهرة، كما يتم تجنب الألوان شديدة التباين و لاسيما في القاعات الدراسية والمكتبات.

التأثير النفسي والعضوي للألوان

التأثير النفسي للألوان (التأثير السيكولوجي)

تؤثر الألوان على النفس بإحساسات مختلفة بعضها مباشرة و الآخر غير مباشرة بشكل يتغير تبعاً للشخص ذاته و يرجع مصدر ذلك لتجارب سابقة و انطباعات متولدة من تأثير اللون.

أ . الإحساس بالسخونة أو البرودة

وهو إحساس سيكولوجي بالسخونة عند رؤية ألوان الأحمر والبرتقالي والأصفر والإحساس بالبرودة عند رؤية الأزرق والأخضر .

ب . الإحساس بالمرح أو الحزن

الألوان الغامقة عادة ما تبعث على الملل و الحزن عكس الألوان الفاتحة المبهجة الأكثر ديناميكية.

التأثير النفسي للألوان (التأثير السيكولوجي)

ج . لكل لون في الألوان تأثيره على النفس

تأثير الألوان يختلف من لون لآخر فالأزرق و الأخضر من الألوان التي تبعث الهدوء أما الأصفر فهو مبهج و جاذب للانتباه و الأحمر مثير و الأرجواني يعطي الإحساس بالحزن و لا يفضل استخدامه في المسطحات الكبيرة أما البرتقالي فهو دافئ و مثير.

د - التأثير الوزني للألوان

الأسطح ذات الألوان الباردة الفاتحة تظهر للعين أخف وزنا من الألوان الساخنة والقائمة.

هـ . التأثير المكاني للألوان

الألوان الباردة تظهر و كأنها ترتد معا يعطي الإحساس باتساع الحيز في حين أن الألوان الساخنة نجدها تتقدم و تعطي تأثيرا بقصر المسافة و بالتالي الإحساس بضيق الحيز.

التأثير العضوي للألوان (التأثير الفسيولوجي)

يتعدى تأثير الألوان في بعض الحالات التأثير النفسي (السيكولوجي) السابق ذكره إلى تأثير فسيولوجي ينتج على جزء أو مجموعة أجزاء من الجسم ففي دراسة تم الوصول الى ان اللون له تأثير مباشر على تقوية الذاكرة و تتكون مجموعة الألوان الاساسية ذات التأثير الفسيولوجي من اربعة ألوان و هم الأحمر، الأزرق، الأصفر و الأخضر و لهذه الألوان خصائص فمثلاً :

التأثير العضوي للألوان (التأثير الفسيولوجي)

▪ اللون الأخضر

إنه لون مسكن، مهدىء فى حالات سرعة الغضب وفي حالات الأرق والتعب، فهو يخفض ضغط الدم، وعلى العموم فهو لون ذو تأثير مسكن ولا يتسبب عنه أي ردود أفعال ضارة.

▪ اللون الأزرق

ذو تأثير حسن في علاج بعض أنواع الروماتزم كما أنه فعال في معالجة مرض السرطان ، إن اللون الأزرق مسكن بوجه عام و لو أن التعرض له بكثرة يسبب بعض الوهن.

▪ اللون الأصفر

لون منشط لخلايا الفكر ، و لذا يستعمل في طلاء حوائط أماكن العمل ، فعال في حالات العجز الذهني .

▪ اللون الأحمر

لون ساخن مثير، قادر على التوغل داخل أنسجة الجسم يزيد من التوتر العضلي و بالتالي يزيد من الضغط الدموي ويزيد من نبضات القلب.

التأثير السلبي	التأثير الإيجابي	اللون
التحدى ، العدوان ، الإزعاج.	القوة ، الدفاء ، الطاقة ، التحفيز جذب الإنتباه ، فتح الشهية.	الأحمر (جسدى)
البرودة.	الذكاء ، الثقة ، الكفاءة ، الصفاء رباطة الجأش ، التأمل ، الهدوء.	الأزرق (التفكير)
الهشاشة العاطفية ، القلق.	التفاؤل ، الثقة ، إحترام الذات القوة العاطفية ، الود ، التحفيز.	الأصفر (المشاعر)
الملل ، الركود.	الونام ، التوازن ، الإنتعاش الراحة ، الطمأنينة ، السلام.	الأخضر (التوازن)
الإنطواء ، الحزن.	الوعى الروحي ، المنزلة الرفيعة الترف ، الأصالة ، الإحتواء.	البنفسجى
المنع ، الخوف العاطفى من : الأماكن المغلقة والضيقة.	الرعاية ، الدفاء ، الحب ، البقاء.	البرتقالى
المنع ، الضعف البدنى.	الهدوء البدنى ، الرعاية ، الأنوثة الحب ، البقاء.	الوردى
الإفتقار إلى الثقة ، الرطوبة السبات ، نقص الطاقة.	الحياد النفسى.	الرمادى
الظلم ، الثقل.	الرقى ، التآلق ، الكفاءة الموضوعية.	الأسود
البرودة.	الصحة ، النقاء ، النظافة ، التعقيم البساطة ، التطور ، الكفاءة.	الأبيض
عدم المرح ، الثقل ، عدم التطور.	الجدية ، الدفاء ، الثقة ، الدعم الطبيعية ، أرضى .	البنى

اللون	المظهر العام للون	الإرتباط العقلي باللون	تأثير اللون على الإنسان	إنطباع الإنسان باللون
الأحمر	متألق	النار ، الدم	الحماس ، النشاط	الشدة ، الغضب
البرتقالي	مشرق ، مضىء	الحرارة ، الدفء	النشاط	المرح
الأصفر	مشمس ، متوهج	ضوء الشمس ، الحذر	السعادة ، الحيوية	الحماس ، الصحة
الأخضر	رطب ، واضح	الطبيعة ، النقاء	الهدوء ، الإنتعاش	الشعور بالسلام ، الرخاء
الأزرق	شفاف ، رطب	الماء ، السماء ، البرد	التأمل ، الحكمة	الهدوء ، السكينة
البنفسجي	داكن ، ناعم	الظل	الفخامة ، البهاء	التفرد
الأبيض	ضوء ، فضائي	التلج ، البرد ، النظافة	النقاء ، النظافة ، النظارة	إشراق النفس ، الطبيعة
الأسود	ظلام ، فضائي	الليل ، الفراغ ، الحداد	جنائزى	الإنكار ، النفي

الفصل الرابع