

مشکی رنگ افسردگیه!

می‌گویی چرا در مراسم عروسی لباس مشکی می‌پوشی؟ می‌گوید: «لباس شب باید مشکی باشد؛ شیک و سنگین.»
می‌گویی چرا همیشه رنگ مانتوات مشکی است؟ می‌گوید: «آخر بهتر با رنگ‌های دیگر هماهنگ می‌شود.»



می‌گویی چرا در مراسم عروسی لباس مشکی می‌پوشی؟ می‌گوید: «لباس شب باید مشکی باشد؛ شیک و سنگین.» می‌گویی چرا همیشه رنگ مانتوات مشکی است؟ می‌گوید: «آخر بهتر با رنگ‌های دیگر هماهنگ می‌شود.»

دکتر فرید فدائی، روان‌پزشک و مدیر گروه روان‌پزشکی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی در مورد تاثیر استفاده از پوشش رنگ تیره بر سلامت روان می‌گوید: «تاکنون هیچ بررسی‌ای در مورد اثر منفی روانی پوشیدن لباس تیره بر افراد، انجام نشده است. از نظر منطقی هم پوشیدن لباس تیره نمی‌تواند تاثیر مثبت یا منفی بر سلامت روان داشته باشد. مشاهده شده است که افراد افسرده، رنگ‌های تیره را ترجیح می‌دهند. اگر فردی از نظر وضعیت عاطفی در شرایط مطلوبی به سر برد و شاد باشد، رنگ‌های روشن را برای پوشش خود ترجیح می‌دهد.»

پژوهش‌هایی در مورد تاثیر رنگ روی انسان‌ها انجام شده که حکایت از تاثیر رنگ‌های گوناگون بر وضعیت روانی افراد به صورت کوتاه‌مدت و وضعیت فیزیولوژیک انسان دارد که برخی از آنها، جنبه زیست‌شناختی دارد و برخی دیگر ناشی از تاثیر رنگ‌های گوناگون به عنوان نماد است. به طور مثال رنگ‌های سرد مانند آبی روشن محیط را سردتر نشان می‌دهد. رنگ‌های گرم مانند نارنجی محیط را گرم‌تر به نظر می‌آورد. رنگ زرد روشن باعث سرزندگی و رنگ‌های آبی و سبز موجب آرامش و رنگ سرخ باعث برانگیختگی می‌شود. رنگ سفید حاکی از پاکی و معصومیت و رنگ صورتی نماینده هیجانات تعدیل شده است. در عین حال استفاده از رنگ خاصی نمی‌تواند سبب بروز بیماری از جمله بیماری‌های روانی شود.»

او دلیل انتخاب رنگ از سوی فرد را به جز علاقه‌مندی به کاربرد وسیله مورد نظر نیز وابسته می‌داند و توضیح می‌دهد: «انتخاب رنگ از سوی افراد جنبه نمادین دارد. همچنین باید به این نکته توجه کرد که کاربرد وسیله مورد نظر در گزینش رنگ، نقش دارد. بهتر است در این مورد، خواست و سلیقه فرد مورد توجه قرار گیرد و از هرگونه افراط و تفریط یا اعمال سلیقه شخصی برای دیگران پرهیز شود.»

کودکان و رنگها

دکتر فدائی در مورد انتخاب رنگ لباس برای کودکان می‌گوید: «به طور سنتی برای پوشش کودکان، رنگ‌های روشن و زنده بیشتر به کار می‌رود و آنها به طور طبیعی این‌گونه رنگ‌ها را می‌پسندند. در این مورد بهتر است از سلیقه کودکان پیروی شود و رنگ خاصی به آنها تحمیل نشود.»

بیماران و رنگها

او در مورد تاثیر رنگ پوشش بیماران اشاره می‌کند: «معمولاً برای پوشش بیماران از رنگ سفید یا رنگ‌های روشن استفاده می‌شود اما علت عمده این امر آن است که آلودگی و ناپاکی پوشش، سریع‌تر تشخیص داده و تعویض شود. به هر حال هر رنگی که یادآور طبیعت و زندگی باشد برای پوشش بیماران بستری مناسب‌تر است زیرا یادآور شور زندگی در آنهاست.»
دکتر فدائی با اشاره به بررسی‌ای که چند سال قبل در مورد ترجیح رنگ‌ها از سوی نمونه‌ای از زنان و مردان سالم و بیماران مبتلا به بیماری‌های عمده روانی به عمل آورده است، بیان می‌کند: «مشخص شد که رنگ‌های سبز، آبی و صورتی سه رنگ اول در گزینش مردان و زنان سالم ایرانی است. در مقابل این افراد، رنگ‌های قهوه‌ای، خاکستری و مشکی را نمی‌پسندیدند. در بیماران دچار بیماری شدید و روانی، رنگ سرخ، جایگزین رنگ صورتی بود. همچنین این افراد رنگ زرد را نمی‌پسندیدند. در پژوهش دیگری که صرفاً روی بیماران دچار افسردگی شدید (نابسامانی افسردگی عمده) انجام دادم، معلوم شد که رنگ‌های تیره و به ویژه مشکی اولین انتخاب آنهاست.»

مردمان طبیعت، مردمان شادتر

دکتر سیدحسن حسینی، جامعه‌شناس و استاد دانشگاه تهران نیز در مورد جامعه‌شناسی انتخاب رنگ تیره به عنوان پوشش در برخی جوامع می‌گوید: «یکی از دلایل انتخاب رنگ لباس به آب‌وهوا و طبیعت محیط زندگی فرد باز می‌گردد. مثلاً در استان‌هایی

مانند گیلان، مازندران و مناطق کوهستانی مردم تمایلی به استفاده از رنگ‌های تیره ندارند و لباس‌های خود را از رنگ‌های شاد و روشن تهیه می‌کنند. در سفر به این مناطق می‌توان شاهد لباس‌های رنگارنگ و گل‌گلی اقوام بختیاری، کرد، ترکمن، مازنی و گیلکی بود چرا که این افراد در طبیعت رنگارنگی زندگی می‌کنند بنابراین رنگ‌های طبیعت اطراف خود را به عنوان رنگ پوشش‌شان انتخاب می‌کنند؛ انعکاس آبی دریا، سبز جنگل، زرد، نارنجی، سرخابی، قرمز، بنفش گل‌های دشت‌ها را می‌توان در لباس ساکنان این مناطق یافت. به طور کلی مردم روستایی که زندگیشان با طبیعت عجین است از رنگ‌های شادتری برای پوشش خود استفاده می‌کنند اما در مناطق شهری، استفاده از رنگ‌های تیره عمومیت بیشتری یافته است. در روستاها حتی زنان از چادرهای رنگی و گل‌گلی استفاده می‌کنند در حالی که تمامی زنان چادری شهری برای پوشش خود از چادر مشکی استفاده می‌کنند.»

حتی برخی استفاده از بعضی رنگ‌ها را برای مردان نیز نادرست می‌دانند به طور مثال پوشیدن رنگ قرمز برای مردان از نظر این عده نامناسب است. در حالی که دین اسلام هرگز محدودیت رنگی برای مسلمانان قایل نشده است. حتی با نگاه به پوشش برخی مراجع دینی می‌بینیم که آنها از پیراهن‌های سفید و روشن، عبای کهربایی و نعلین شتری‌رنگ استفاده می‌کنند.»