

# ارگونومی رنگ‌ها

## کدام رنگ را برای محیط کارم انتخاب کنم؟

واکنش افراد و جوامع و سلیقه آنان برای انتخاب با هم تفاوت دارد؛ بنابراین رنگ‌آمیزی در و دیوار محیط کار باید به صورتی باشد که برای اکثر کارکنان محیطی آرامش بخش و مطلوب را فراهم نماید. برای دستیابی به این هدف پژوهش‌های زیادی صورت گرفته است که نتایج آن امروزه در صنعت و در طراحی‌های مختلف مورد استفاده قرار می‌گیرد.

ارگونومی ادراکی یا روان‌شناسی صنعتی، شاخه‌ای از دانش ارگونومی است که اهمیت هر رنگ و کاربرد آن در محیط را بر کاهش یا افزایش ادراکات افراد مورد بررسی قرار می‌دهد. برخی از نتایج این پژوهش‌ها در مورد ادراک رنگ‌ها در ادامه آمده است که دانستن آن‌ها می‌تواند در به‌کارگیری رنگ‌ها مفید باشد. همین مطالعات تأثیر استفاده از رنگ مناسب در کاهش حوادث کاری یا افزایش بازده کاری را نیز نشان می‌دهند.



## رنگ بنفش



این رنگ هیجان رنگ قرمز و آرامش رنگ آبی را با هم دارد. بنفش نمادی از عرفان و حالات معنوی است و به طور کلی طیف‌هایی از این رنگ، اثری آرام‌کننده روی قلب دارند. بنفش حس عمل‌گرایی را نیز افزایش می‌دهد.

## رنگ سیاه



رنگ متوقف‌کننده فعالیت است و فرد را نومید و افسرده می‌سازد. ارزش پوچی را منتقل می‌سازد. خاکستری نیز رنگی خنثی است و امروزه در صنایع بکار می‌رود.

## آبی تیره



بر اعصاب پاراسمپاتیک تأثیر دارد و با کاهش فشار خون احساس امنیت را افزایش می‌دهند و کاهش خستگی و اضطراب (از ارزشیابی یا عدم موفقیت) را ایجاد می‌کند.

## رنگ قرمز



این رنگ با ایجاد احساس هیجان در افراد، فعالیت امواج مغزی را تحریک کرده، ضربان قلب را زیاد و ناآرامی و بی‌قراری ایجاد می‌کند. اما به کار بردن مشتقات معتدل‌تر این رنگ مانند سرخابی و صورتی گرم، باعث آرامش عضلات و رفع گرفتگی و خستگی در افراد می‌شود. حتی به کارگیری رنگ قرمز به صورت نقطه‌ای یا به مقدار محدود در محیط، خستگی در افراد را از بین می‌برد.

## رنگ آبی



این رنگ ضربان قلب و فشار خون را کاهش می‌دهد و باعث آرامش، قدرت و سلامتی در افراد می‌شود. استفاده از رنگ آبی در اتاق خواب‌ها، به خصوص اتاق کودکان و مطب‌های پزشکان بسیار مناسب است.

## رنگ نارنجی



نارنجی، رنگی صمیمی و گرم است و استفاده از آن به مقدار کم در محیط می‌تواند باعث رفع خستگی در افراد شود. این رنگ اشتها و دستگاه هاضمه را تحریک می‌کند و برای آشپزخانه و رستوران‌ها بسیار مناسب است. اما استفاده زیاد از آن در محیط، حس بی‌قراری به وجود می‌آورد. همچنین از این رنگ برای اعلام کاهش سرعت در جاده‌ها و مسیرهای خروجی بهره می‌گیرند.

## رنگ زرد



استفاده کم از رنگ زرد، نشاط و شادی در افراد به وجود می‌آورد و تمرکز را تقویت می‌کند. اما استفاده زیاد از آن ایجاد خستگی و ترس می‌کند.

## رنگ سبز



سبز آرامش و سکون در افراد به وجود می‌آورد. اضطراب را دور می‌کند و موجب رفع تنش و گرفتگی‌های عضلانی در افراد می‌شود. در نتیجه بیشتر در بیمارستان‌ها، اتاق‌های جراحی و حتی در مکان‌های آموزشی شاهد این رنگ هستیم. البته بهتر است در محیط‌های کاری به مقدار زیاد استفاده نشود، زیرا این فضاها نیازمند هوشیاری، نشاط و آرامش است.

