

LES COULEURS POUR LA PSYCHOLOGIE

Phobies non spécifiques, non classifiées en tant que trouble anxieux défini dans le DSM-5 et la CIM-11

Les couleurs jouent un rôle important en psychologie, car elles influencent les émotions, les comportements et même certaines décisions.

La perception des couleurs dépend aussi de la culture, de l'expérience personnelle et du contexte.

Lecture simple des principales couleurs et de leurs effets psychologiques :

Rouge

Couleur de l'énergie, de la passion et de l'urgence. Elle peut augmenter le rythme cardiaque et attirer fortement l'attention. Souvent utilisée pour signaler un danger ou stimuler l'action (soldes, boutons d'achat).

Bleu

Associé au calme, à la confiance et à la sérénité. Le bleu est très utilisé dans les domaines professionnels (banques, technologies) pour inspirer la sécurité et la fiabilité.

Jaune

Couleur de la joie, de l'optimisme et de la créativité. Elle attire l'attention mais, en excès, peut devenir fatigante ou anxiogène.

Vert

Symbolise la nature, l'équilibre et la croissance. Il est apaisant pour les yeux et souvent lié à la santé ou au bien-être.

Violet

Évoque la spiritualité, le luxe et la créativité. Il peut aussi être associé au mystère ou à l'introspection.

Noir

Couleur de l'élégance, du pouvoir et du mystère. Elle peut aussi représenter la tristesse ou la sobriété selon le contexte.

Blanc

Symbolise la pureté, la simplicité et la paix. Très utilisé dans les environnements minimalistes ou médicaux.

Par exemple, le blanc est associé au deuil dans certaines cultures asiatiques, alors qu'en Europe il symbolise plutôt la pureté.

Orange

Mélange d'énergie (rouge) et de joie (jaune), il évoque la convivialité, la chaleur et l'enthousiasme.