

浓烈且缤纷艳丽的色彩搭配出现在生活的方方面面 用多巴胺配色打开这个夏天



今年夏天,比天气更热的是“多巴胺”风格穿搭。这种色彩浓烈且缤纷艳丽的穿搭方式让不少年轻人为之着迷,它不仅霸屏各大网络平台,还由此延伸出了多巴胺彩色串珠、多巴胺冰咖甚至多巴胺文学等。

什么是多巴胺?它又是怎么与时尚联系起来的?多巴胺为什么能让人着迷?记者就此展开了调查。



绿博园里的多巴胺色彩。记者许丛军

来,多巴胺一“夏”

假如,用多巴胺配色打开南通的夏天,会看到什么样的风景呢?让我们一起跟随本报摄影记者的镜头,于多巴胺的绚丽配色中,尽情感受通城之夏。



现象级火出圈 网络达人穿搭刷屏

多巴胺是一种神经递质,在人体内负责引起愉悦感和满足感,通俗的解释就是“爽”。但每个流行语都有“原梗”,光靠医学术语是撑不起来的。

今年4月初,一个叫“白昼小熊”的年轻女孩在短视频平台上发布了自己的多套穿搭,每套都色彩明艳、夺人眼球,视频点赞量达356万次。截至6月中旬,该博主发的9条“多巴胺穿搭”视频,播放量总计超过5亿。

时髦精们开始放肆搭配赤橙黄绿青蓝紫。在小红书和抖音等社交平台搜索“多巴胺穿搭”,满屏的五颜六色扑面而来,更有医生、消防员等纷纷加入制服“多巴胺”打卡风潮。

搜索电商平台,我们不难发现,各种彩色发夹、发绳、头饰销量持续走高。彩色染发、彩色串珠项链、彩色假睫毛、文身贴等单品也火起来。

“多巴胺穿搭”变成了现象级

出圈话题。“‘多巴胺穿搭’是一种用明亮、鲜艳色彩和多样化搭配,引发人们愉悦情绪的时尚穿搭理念。”拥有百万粉丝的时尚穿搭博主陈璐举了个例子:“炎热夏天,你桌前有一盘冰西瓜,这时体内会释放大量的多巴胺,鼓励你吃下,从而获得快乐。”

色彩经济激活 人人都要快乐因子

“多巴胺穿搭”的火爆激活了色彩经济。

昨天,记者走访通城多家商场了解到,多巴胺成为今夏时装的流行元素之一,各大快时尚品牌纷纷推出明亮色彩系列。

“现在,橘子橙、柠檬黄、草木绿、海水蓝等颜色的服装销量更好一些。”圆融购物中心一楼快时尚品牌的一名导购介绍道。

金融行业工作者金女士前不久买了很多色彩明亮的衣

服。“平时上班不能穿得太活泼,我就偷偷穿一双彩色的袜子,抚慰一整天的心情。办公室的年轻女孩们也开始尝试‘多巴胺穿搭’,比如很火的彩色串珠项链。”金女士表示,每到节假日,她会换上色彩斑斓的衣服,“看到明亮的色彩,可以快乐一个周末”。

一些年轻人还专门去美甲店做糖果色系等色彩冲击感强的美甲搭配“多巴胺造型”。走进濠东路王府大厦的一家美甲

店,首先映入眼帘的便是鲜艳俏皮皮配色的甲油色盘。大学生小王正在店里做美甲,选的就是黄蓝绿相结合的款式。店员表示:“最近学校都放暑假了,很多年轻人来店里做美甲,他们都偏爱这些糖果色系的款式。”同时,多巴胺色彩的运用并非局限于产品,美甲店员还提到他们制作宣传图时也会采用明亮活泼的配色,既引人注目,又展现了店铺的亲和力。

可吃可玩可看 品牌营销赶蹭热度

万物皆可多巴胺,饮品圈也不例外。瑞幸、库迪、书亦烧仙草……有的品牌推出多巴胺限定产品,有的品牌做起多巴胺营销,从多巴胺咖啡、多巴胺茶饮,到多巴胺推荐菜单、多巴胺周边。前段时间,喜茶与FENDI联名的黄色杯子及手提纸袋也因此受人追捧。

记者走进濠南路的库迪咖啡店,门外的店招上蔬果缤纷的色彩,营造出一股扑面而来的多

巴胺氛围感。店员介绍:“水果多巴胺系列点的人最多,也是主推款。像‘潘帕斯蓝生酪茉莉拿铁’我们店外卖单月销量已经超过200杯了。”

多巴胺的话题持续火热,官方也亲自下场玩梗。此前,南通植物园解锁多巴胺夜游梦幻光影秀,精彩绝伦的灯光秀引得市民纷纷打卡;南通博物苑推出“濠南别业”主题文创雪糕,明黄、浅粉的配色让人食指大动。

互联网的热词甚至衍生出了“多巴胺文学”。有出版社将季羡林、张晓风、周国平、毕淑敏、林文月等人的作品归类为“多巴胺文学”,还以不同颜色来代表这些作家的风格。社交媒体上,通籍作家张嘉佳的《云边有个小卖部》中“七月的天色,哪怕黄昏都是清透的,脆兰泛起火烧云,空气平滑地进入胸腔,呼吸带着天空的余味”成了被广泛使用的“多巴胺文案”。

多巴胺式快乐 其实并非越多越好

多巴胺能给人带来短暂的快乐,很多人说它是“快乐密码”,那么多巴胺越多就越好吗?国家二级心理咨询师蒋利容告诉记者,“多巴胺分泌增加的时候,人的情绪会好一些。比如,人在恋爱时期或者赌博或者中奖,或者是抽烟喝酒、朋友聚会,他的多巴胺会升高,当然这也会增加血压、心率。所以多巴胺如果分泌过多,我们的心率会

加快、血压会升高,但是这种物质过犹不及,如果太多了,它会出现一些副作用。”

医生从心理学角度,倡导大家去追求一些更加健康的快乐激素,叫内啡肽。比如健身有氧运动,很多人有这种体验,运动完出汗之后心情特别好,这是因为运动能促进内啡肽的分泌。“年少只知多巴胺,中年才懂内啡肽”说的就是这个道理。

积极的情绪不仅可以通过“多巴胺穿搭”来获得,在生活中还有很多悄然调动积极情绪的小秘方,可以给工作学习带来意想不到的效果。比如,当和别人沟通交流时,手里捧一杯温水,人会变得更加温和;在办公桌上放一面镜子,会有效提高自我意识、提升工作效率,让心态变得更积极。

本报记者陆铨
本报实习生朱钰洁