

روان‌شناسی رنگ و تأثیر آن در آموزش

مینا آشفته ، علی اصغر یزدان بخش

۱- مینا آشفته myna86318@gmail.com

۲- علی اصغر یزدان بخش yazdan-bakhsh@yahoo.com

چکیده:

روان‌شناسی رنگ یکی از شاخه‌های جالب روان‌شناسی است که به بررسی تأثیرات مختلف رنگ‌ها بر ذهن و رفتار انسان می‌پردازد. این مقاله به روش کتاب‌خوانی صورت گرفته. رنگ بخشی از خودآگاه و ناخودآگاه ماست و با دیدن رنگ از خود واکنش نشان می‌دهیم و این واکنش فقط روانی یا ادراکی نیست بلکه می‌تواند جنبه فیزیولوژیکی هم داشته باشد. از این رو در کاملترین تعریف، رنگ یک پدیده سایکوفیزیولوژیک است که در مغز و روان ایجاد می‌شود و خارج از ذهن ما مفهومی نخواهد داشت. به طور کلی این مقاله تمام فضاهایی را که آموزش در آن صورت می‌گیرد چه در محیط خانه و چه در محیط مدرسه یا دانشگاه را در بر می‌گیرد و هیچ بازه زمانی خاصی مورد توجه قرار نداده و محدود به آن نکرده است و تمام مطالب به صورت کلی ارائه گشته است و تمام ویژگی رنگ‌های اصلی و تعدادی فرعی را بیان کرده است و خواننده می‌تواند طبق نیازی که دارد رنگ مطابق با شرایطش را پیدا کرده و از آن در محیط کار یا خانه یا مدرسه به کار ببرد. به دلیل محدودیت‌ها گاهی شرایط فراهم نیست تا برخی عوامل رخ دهد اما سعی شد تا عوامل جمعی و فردی هر دو با هم ارائه شود تا برای هر خواننده‌ای کاربردی باشد و مورد استفاده قرار گیرد. در این مقاله تمام رنگ‌هایی که موجب به وجود آمدن احساس‌هایی همچون تمرکز، آرامش، ایجاد خلاقیت، تقویت اراده، ایجاد تحریکات و هیجانات، شادابی و طراوت، آرامش و صفا، تقویت عشق و اعتماد و رفع تنهایی و انزوا را در بر گرفته است و توجه بسیار ویژه‌ای به رنگ‌های موثر در یادگیری شده است. در این مقاله سعی شده است که دامنه‌های وسیع و گسترده‌ای مورد بررسی قرار گیرد و تمام خصوصیات و انرژی‌های رنگ‌ها و کاربرد بخصوص آن‌ها در هر محیطی برای آموزش مورد بررسی قرار گرفته شود.

کلمات کلیدی

روان‌شناسی رنگ ، آموزش ، تأثیر رنگ در آموزش .

مقدمه

نقش آموزش در زندگی انسان بسیار پررنگ و حائز اهمیت است عوامل زیادی در روند آموزش موثر هستند آموزش بسته به محیط و موقعیت و شرایط آن متفاوت است و با تأثیر به سزای این عوامل گاه این امر به سهولت انجام می‌پذیرد و گاه به سختی و مشقت صورت می‌گیرد در این مقاله تأثیر رنگ‌ها بر فرایند آموزش مورد بررسی قرار گرفته و سعی شده انواع انرژی‌های مختلف و مرتبط با هر رنگ بیان شود و رنگ‌های موثر در فرایند آموزش در هر محیطی قابل بررسی قرار گرفت، از جمله موضوعات مورد بررسی و کاربردی میتوان به رنگ‌هایی که زمان بازدیدی مناسب را کاهش میدهند، رنگ‌هایی که بهره‌هوشی را افزایش می‌دهد، رنگ‌های که تمایل به فکر کردن را افزایش میدهد و رنگ‌هایی که موجب افزایش تمرکز و تأمل عمیق میشود و... اشاره کرد.

.تأثیر رنگ زرد بر تحریک ذهن و توجه

«رنگ زرد روشن را رنگ دانشمندان و پژوهشگران می‌دانند این رنگ هوش و کنجکاوی را تقویت می‌کند و باعث افزایش خلاقیت و مثبت‌اندیشی شده و اشتیاق و علاقه فرد را بیشتر می‌کند.» [۱] همچنین «رنگ زرد ذهن را فعال می‌کند و موجب تقویت تفکر در انسان می‌شود توصیف‌کننده دانایی و خرد هوش و تخیل است و باعث بالا رفتن سرعت تفکر و تصمیم‌گیری می‌شود دیدن رنگ زرد تأثیر مثبتی بر انسان می‌گذارد و شخص را به فردی فعال گرم و پر جنب و جوش تبدیل می‌کند.» [۱] علاوه بر این «استفاده زیاد از رنگ زرد در محیط باعث می‌شود احساس بدبینی و وسواس در افراد تقویت شود و در چنین فضایی بیشتر به درستی و صحت سخنان دیگران شک کنند» [۱] اما «این رنگ به دلیل نور زیادی که منعکس می‌کند بیشتر از بقیه رنگ‌ها چشم را خسته می‌کند و استفاده از آن در پس زمینه کاغذ یا نمایشگر کامپیوتر باعث چشم درد می‌شود.» [۱] نکته مورد توجه این است که: «در کارهایی که نیاز به تفکر و خلاقیت دارید استفاده از رنگ زرد بسیار موثر است شما می‌توانید میز تحریر یا فرش اتاق مطالعه‌تان را زرد انتخاب کنید تحقیقات نشان داده است که زمینه زرد با تایپ سپاه خوانا ترین ترکیب برای چاپ است و موجب ثبت مطالب در حافظه میشود.» [۱] به علاوه «این رنگ بر دیوارهای کلاس درس حس نشاط و شادابی را همراه با حرارت و جوشش می‌آفریند و با تأثیر انگیزشی که بر هوش ما دارد یک محیط ایده آل برای تحصیل و تدریس می‌آفریند.» [۲] با این همه «ایسن کشف کرد وقتی شما احساس خوبی داشته باشید، تفکران در بررسی چندین راهکار و آزمودن آنها، بهتر کار میکند.» [۳] علاوه بر این «نتایج ایسن نشان داد که وقتی مردم آرام و شاد هستند، دامنه‌ی تفکر آنها توسعه میابد و آفریننده تر و خلاق تر میشوند.» [۳] همچنین «آزمایش روان‌شناسی آلیس ایسن و همکارانش نشان داد که شاد بودن فرایند تفکر را گسترش می‌دهد و امکانات

و تجهیزات باعث خلق فکر میشوند. [۳] همچنین «رنگ زرد با تأثیر بر اعصاب سمپاتیک موجبات تعادل عصبی را نیز فراهم می‌کند چنانچه با پوشیدن لباس زرد و در محیط زرد رنگ در روز امتحانات نتایج بسیار شگفت‌انگیز به بار می‌آید و در اثر آرامش و تمرکزی که این رنگ ضد اضطراب و آرامبخش ایجاد می‌کند تحریکات نابجای عصبی و استرس پیش از امتحان از بین می‌رود و با تقویت حافظه و قوای فکری در به کارگیری و احضار آموخته‌های ذهنی بسیار موثر واقع می‌شود.» [۲] سپس «رنگ زرد بر در و دیوار کلاس و بر اتاق شخصی دانش آموزان ناسازگار به آنها کمک می‌کند تا احساس آرامش خاطر بیشتری کنند و رفتارهای کنترل شده‌تری را بروز دهند.» [۲]

۲. تأثیر رنگ در محیط خانه

«رنگ آبی و سبز ترکیبی هماهنگ و بسیار دلنشین دارند و فضای اتاق را متعادل می‌کنند و وقتی ترکیب آنها ملایم‌تر و کم‌رنگ‌تر باشد فضایی آرام و متمرکز به وجود می‌آورند که برای اتاق خواب و مطالعه بسیار مناسب است.» [۱] اما «اگر محیطی بنفش تیره و آبی باشد مناسب هستند این رنگ‌ها در فضا‌هایی مانند اتاق خواب یا اتاق مطالعه باعث آرامش خاطر و وسعت فکر می‌شوند.» [۱] علاوه بر این «محیط خانواده تأثیر مستقیم و بسزایی در پرورش استعداد خلاقیت و در حقیقت رشد کامل کودک دارد در خانواده است که کنجکاوی کودک تحریک شده و زمینه‌های خلاق شدن در فرد به وجود می‌آید.» [۴] به طور خلاصه، «رنگ نارنجی رنگی نشاط آور است و برای اتاق بازی بچه‌ها بسیار مناسب است و به اتاق شادابی و نشاط می‌بخشد برای رنگ آمیزی اتاق بچه‌های زیر ۱۳ سال رنگ‌های زرد نارنجی و قرمز پیشنهاد می‌شود.» [۱] پس «اگر فرزندان در محیطی پرورش یابند که تکراری نباشد می‌تواند زمینه‌ساز پرورش استعدادها و توانایی‌ها و حتی علایق آنها باشد هیچ چیز در پرورش کودک نباید تکراری و یکنواخت باشد چون در این صورت کودک و نوجوان نه تنها خلاق و مستعد نمی‌شود بلکه رو به سکون و ناپختگی می‌روند.» [۴] در نتیجه «وقتی شرایط محرک و موجب نشاط کودک شود در حقیقت یادگیری و ترغیب شدن به این امر ایجاد می‌شود.» [۴] همچنین «رنگ زرد ذهن انسان را تحریک می‌کند بنابراین معمولاً مناسب‌ترین رنگ برای اتاق مطالعه یا درس است، رنگ آبی تسکین‌دهنده بوده و موجب آرامش شما می‌شود بنابراین برای اتاق خواب مناسب‌تر است رنگ سفید نشانگر تهی بودن، فضای باز و پاکیزه‌گی است لذا برای حمام یا سرویس‌های بهداشتی بسیار مناسب است باید دقت کنید که حتی المقدور از این رنگ برای اتاق درس یا مطالعه استفاده نکنید.» [۵] اما «استفاده از رنگ آبی برای سازمان‌هایی که فعالیت‌های فکری انجام می‌دهند یا اتاق برگزاری جلسات و اتاق فکر دارند بسیار مناسب است در این فضاها باید کمتر از رنگ‌های گرم به ویژه رنگ قرمز استفاده کرد تا آرامش و تمرکز فضا به هم نخورد.» [۱] نکته بسیار جالب این است که: «تأثیر محیط در کودک و هوش او غیر قابل کتمان است مثلاً اگر کودکی در محیطی پرورش یابد که وسایل دوست‌داشتنی و تحریک‌کننده فراهم باشد باهوش‌تر خواهد بود.» [۴]

۳. انرژی رنگ‌ها

«از میان رنگ‌ها رنگ قرمز رنگی است که توجه و نگاه کودک را در اولین برخورد جلب می‌کند» [۴] اما «سال‌های سال است که دانشمندان درباره رنگ‌ها تحقیقات بسیاری انجام داده‌اند تا از تأثیرات رنگ‌ها بر زندگی و شخصیت افراد آگاه شوند پس از بررسی‌های بسیار زیاد در زمینه رنگ‌ها متوجه شدند که رنگ‌ها دارای انرژی‌های مثبت و منفی هستند و این تأثیرات به خود رنگ برمیگردد، نه افرادی که آن را دوست دارند» [۱] با این حال «آبی به عنوان یک رنگ غیر فعال و آرامش دهنده است که با کار ارتباطی ندارد در حالی که با آرامش و خرسندی ارتباط دارد سبز قابلیت انعطاف اراده را سبب می‌شود و این نرمش‌پذیری فرد را قادر می‌سازد زیرا با وجود مقاومت شخصی می‌تواند کاری را انجام دهد و بر خودبینی و مناعت او افزوده می‌شود قرمز نیروی اراده را تقویت می‌کند که با کار و کارایی تمایل دارد و به دلیل انجام فعالیت مناسب رضایت خاطر را به وجود می‌آورد زرد موجب لذت ناشی از طیب خاطر می‌گردد و فرد وضع خود و نتیجه فعالیتش را آنطور که انتظار دارد تصور می‌کند و حتی فراتر از آن نیز شغل‌های جدید و جالبی را که ممکن است فرد در انتظار آن باشد ارائه نماید» [۶] به طور خلاصه، «رنگ‌های قرمز زرد نارنجی با هیجان‌ات و تحریکات در ارتباط می‌باشند آبی و سبز با امنیت، صلح و آرامش مربوط هستند» [۷] و «رنگ‌های اشباع شده درخشان بیشتر از رنگ‌های غیر اشباع شده مورد توجه قرار دارد» [۷] با این حال «اگر احساس بی‌حالی و سستی می‌کنید یا از کاری که انجام می‌دهید احساس کسالت می‌یابید رنگ نارنجی می‌تواند شور و رغبت به زندگی‌تان بیاورد» [۸] اما «رنگ آبی حس آرامش و سفید حس پاکیزگی را به انسان منتقل میکند» [۵] پس «معمولا رنگ‌های گرم تحریک‌کننده و رنگ‌های سرد آرام‌بخش هستند» [۷] اگر چه «رنگ سبز حس شادابی و طراوت را به انسان منتقل میکند» [۵] و «سبز روشن از لحاظ روان‌شناسی، آرام‌بخش‌ترین و تسکین‌دهنده‌ترین رنگ درطیف است و چون بر روی چشم بسیار راحت است باعث بهبود دید میشود. در مردم یادآور بهار، طبیعت زندگی و انرژی جوانی است» [۹] با این حال «سبز کم‌رنگ باعث ایجاد احساسات دلپسند آرامش و صفا میشود، این رنگ مطلوبی برای مکانهای مقدس و مکانهای خلوت خانه مثل حمام یا اتاق خواب میباشد» [۹] همچنین «صورتی مناسب‌ترین رنگی است که میتواند با انرژی خود احساسات مربوط به مهربانی، عشق و اعتماد و ایمان را تقویت نماید. در رفع ناراحتیهای عصبی و خشم موثر و باعث آرامش رفتاری فرد می‌شود» [۹] پس «برای رفع تنهایی و انزوا و یاس مفید می‌باشد» [۹] «بنفش، این رنگ مقابل رنگ زرد است، همچنانکه زرد نشان هوش و دانش بود، بنفش نمایشگر بی‌خبری، بی‌اختیاری، ظلم، هرج و مرج فاجعه، مصیبت و مرگ است» [۹] ولی «قهوه‌ای بی‌اغراق شالوده وجود ماست، از آنجا که رنگ زمین و درختان است، راحتی و آسایش را فراهم می‌سازد. گاهی یادآور اجاق و خانه ماست، به همین دلیل درجات مختلفی از آن خصوصا در طی زمانهای نگرانی از شورش‌های اجتماعی یا اقتصادی بسیار مردم پسندانه است. برای اتاق نشیمن، مطالعه و خانوادگی مناسب است و ایجاد صمیمیت و نزدیکی میکند» [۹] با این حال «خاکستری، رنگی کاملا خنثی است که مردم بندرت دوست دارند. رنگ بی‌حوصلگی، ناخوشی، احساس ترحم و خشم است» [۹]

۴. تأثیر رنگ آبی بر یادگیری

«واژه نیلا در زبان سانسکریت برای رنگ آبی تیره به کار رفته و به عنوان مناسب‌ترین محیط از لحاظ اندیشه است.» [۶] با این همه «قرار گرفتن در میان اشیای آبی تمایل به فکر کردن را زیاد می‌کند و به فرد توانایی مقابله با ناراحتی‌های روحی و به دست آوردن آرامش خیال می‌دهد.» [۱] همچنین «در سال ۱۹۴۲ دانشمندان روسی دریافتند که نور آبی موجب تحریک سیستم پاراسمپاتیک می‌شود و کلیه واکنش‌های داخلی بدن که با اعصاب پاراسمپاتیک در ارتباط است نیز متاثر می‌سازد این سیستم عصبی اصولاً در جهت ضد تحریک عمل می‌کنند و فعالیت‌های سمپاتیکی را تعدیل و آرام می‌سازد.» [۲] به طور خلاصه «در سال تحصیلی ۷۷-۷۶ در سه شهر ایران به طور همزمان تحقیقی درباره رنگ آمیزی کلاس‌های درس صورت گرفت نتایج حاصله از تحقیق نشان داد که برخی رنگ‌ها مانند رنگ آبی در پیشرفت تحصیلی و افزایش سازگاری، افزایش بازدهی در آزمون هوش و کاهش استرس بسیار موثرند.» [۲]

۵. رنگ در ابزار یادگیری

«رنگ سبز بهترین رنگ برای تخته کلاس درس است این رنگ بر روی تخته موجب می‌شود که دانش آموزان در خود احساس مطالعه و دقت نظر کنند و با خواندن کلمات سفید بر بستر سبز رنگ به نوعی رشد و نمو عقلانی دست پیدا کنند رنگ سبز موجب می‌شود دانش آموزان از نگاه طولانی به تخته کلاس خستگی پیدا نکنند.» [۲] و «همچنین بهترین گزینه برای نوشتن مطالب بر تخته کلاس رنگ سفید است رنگ سفید بر روی تخته سبز رنگ، بهترین میزان یادگیری را ایجاد می‌کند رنگ سفید کلمات نوعی نمو عقلانی و رشد فکری را در دانش آموز ایجاد می‌کند و عمق فراگیری را در او می‌افزاید و موجب می‌شود که با گذر زمان دانش‌آموزان گرفتار خستگی عضلات چشمی و کسالت عمومی نشوند و با نشاط و انرژی بیشتری مطالب آموزشی را تا آخر کلاس پیگیری کنند.» [۲] همچنین «برخی محققان آلمانی طی تحقیقات میدانی مدت داری ثابت کرده‌اند که سبز روشن یکی از رنگ‌هایی است که می‌تواند بهره هوشی دانش آموزان را بالا ببرد و ناخودآگاه سطح آموزشی را در مدارس افزایش دهد.» [۲] با این حال «خواندن کلماتی که با حروف ریز سبز رنگ بر روی کاغذ سرخ چاپ شده باشد غیر ممکن است. چنین نوشته‌ای موجب می‌شود که در پروسه‌های ادراکی ما اختلال‌های آزاردهنده ای رخ دهد.» [۷] همچنین «روانشناسان آموزشی توصیه می‌کنند که دانش آموزان از لباس‌های آبی و لوازم آبی رنگ در محیط منزل یعنی فضایی که مشغول تمرین و حل مسائل علمی هستند استفاده کنند و رنگ‌های پر انرژی و محرک را برای محیط کلاس که به شور و هیجان بیشتری احتیاج دارند اختصاص دهند.» [۲] اما نکته ای که بسیار مورد توجه است این است که «استفاده از تخته سیاه در کلاس درس موجب خستگی چشم و کاهش کشش فکری دانش آموزان

می‌گردد و زمان بازدهی مفید را در طول ساعت درسی کاهش می‌دهد. امروزه دقیقاً به همین دلیل دیگر هیچ تخته سیاهی سیاه نیست! بلکه اغلب آنان را با رنگ سبز رنگ آمیزی می‌کنند. «[۲] البته «اصلاح املا کودک یا دفترچه ریاضی وی با خط قرمز توسط معلم به واسطه جذابیت و کشش خاصیت هشداردهی این رنگ همانگونه که در چراغ قرمز خیابان دیده می‌شود انجام می‌پذیرد.» [۱۰]

۱-۵ تأثیر رنگ بر روی خلاقیت

«کار با مداد رنگ، آبرنگ، گواش و این گونه وسایل کودکان را به دنیای خود می‌برد در آن دنیای شگفت انگیز احساسات پاک کودکانه ظهور و بروز پیدا می‌کند و منشأ خلاقیت‌های ناب می‌گردد.» [۴] علاوه بر این «هر رنگ تأثیر خاصی بر انسان می‌گذارد به طوری که با دیدن هر رنگ عکس‌العمل‌های الکترومغناطیسی و شیمیایی در مغز و چشم و اعصاب به وجود می‌آید که باعث فعل و انفعالاتی در قلمرو روان آدمی می‌شود چنین واکنش‌هایی که بعد از مشاهده رنگ‌ها به وقوع می‌پیوندد دلالت بر تأثیر ذهنی و روانی رنگ‌ها دارد و می‌تواند به طریق مختلف در تعلیم و تربیت مورد استفاده قرار گیرد بعضی رنگ‌ها همدیگر را کامل می‌کنند برخی با یکدیگر به ضدیت برمی‌خیزند بعضی از ترکیبات رنگ‌ها حالت تعادل در ما به وجود می‌آورند و برخی دیگر برعکس در ما ایجاد تشویش و نگرانی می‌نمایند، رنگ‌های شاد و جذاب در محیط آرامش و امنیت و شادی و نشاط را همراه می‌آورند و این روحیات در ایجاد پرورش ذهن خلاق در کودک موثر خواهد بود.» [۱۰]

۲-۵ تأثیر رنگ بر احساسات

«همه ما از دیدن و درک رنگ‌ها لذت می‌بریم رنگ قسمتی از خودآگاه و ناخودآگاه ماست و با دریافت رنگ از خود واکنش نشان می‌دهیم و این واکنش فقط روانی یا ادراکی نیست بلکه میتواند جنبه فیزیولوژیکی هم داشته باشد. از این رو درکاملترین تعریف، رنگ یک پدیده سایکوفیزیولوژیک است که درمغز و روان ایجاد میشود و خارج از ذهن ما مفهومی نخواهد داشت.» [۹] این مورد حائز اهمیت است «لذا رنگ آبی متمایل به تیره رنگ آرامش و عدم فعالیت است در حالی که رنگ زرد روشن رنگ امید و فعالیت است چون این رنگ‌ها نشانگر محیط‌های شب و روز هستند از این رو عواملی به شمار می‌آیند که انسان را در کنترل خود دارند به جای این که عناصری باشند که در کنترل بشر قرار گیرند. به این جهت است که آنها را رنگ‌های غیر مستقل توصیف میکنند یعنی رنگ‌هایی که مستقلاً در طبیعت تنظیم میشوند. شب رنگ آبی متمایل به تیره، بشر را ناگزیر کرد که از کار دست کشیده و استراحت نماید ولی روز (رنگ زرد روشن) به فعالیت میدان عمل داد بی آن که انجام فعالیت را الزامی سازد.» [۶] نکته مورد توجه این است که: «رنگ صورتی واقعا مانع از بروز بیماری و خشم میشود. الکساندر شوس مدیر انجمن آمریکائی از تحقیقات جامعه شناسی و طبیبی در تاکوما واشینگتن متوجه شد که این رنگ زندانیان خشن را

آرام میکنند، لذا از این رنگ برای کاهش آثار خودکشی در بازداشتگاهها استفاده میشود. بخاطر خصوصیت آرام بخش آن اتاق رختکن فوتبال به این رنگ نقاشی میشود. رنگ مطلوب دختر بچه ها و اشخاص رومانیتیک و حساس است. در اتاق کودکان میتواند به طور موثری برای آرام کردن رفتار بیش فعالی استفاده شود. [۹] تا مل در این نکته نیاز است که «زندگی بشر اولیه تحت تأثیر دو عاملی قرار داشت که خارج از کنترل او بودند این دو عامل عبارت بودند از روز و شب و تاریکی و روشنایی. شب محیطی پدید می‌آورد که فعالیت بشر را متوقف می‌کرد.» [۱۱] همچنین «شب به همراه خود بی‌حرکتی آرامش و کاهش عمومی سوخت و ساز فعالیت جسمانی را به ارمغان می‌آورد اما روز به همراه خود، کار و عمل و افزایش فعالیت جسمانی را می‌آورد و به انسان نیرو و هدف می‌داد رنگ‌های مرتبط با این دو محیط عبارتند از رنگ آبی متمایل به تیره (آسمان شب) و زرد روشن (نور آفتاب).» [۱۱] اما «روان آدمی به اندازه‌ای که در برابر رنگ‌ها قرار می‌گیرد و با آنها مواجه است با چیز دیگری ارتباط ندارد و از این رو چیز دیگری به این اندازه او را متأثر نمی‌سازد و به اسارت در نمی‌آورد، جرانت آلن گوید: قوه‌ای بزرگتر یا بیشتر و گوناگون‌تر از احساس رنگ‌ها در زندگی ما اثر ندارد اثرات روانی رنگ‌ها تا حدی است که می‌توانند محیط را شاد یا حزن آور، سبک یا سنگین، گرم یا سرد جلوه دهند و در انسان احساس خوشحالی یا غم، قوت یا ضعف، اضطراب یا سکون و جز آن ایجاد کنند.» [۱۲] بنابراین «رنگ‌ها خواه به طور جداگانه و خواه در ترکیب با یکدیگر تأثیرات متفاوتی بر روح و روان آدمی باقی می‌گذارند در واقع تأثیرات رنگ‌ها و احساساتی که در اثر مشاهده آنها در انسان ظاهر می‌شود آنچنان است که امروزه رنگ در روانکاوای اشخاص به ویژه کودکان در حکم یکی از عوامل اساسی تلقی می‌شود رنگ و تصویر بیش از هر چیز دیگر ذهن کودک را به خود جلب می‌کند.» [۱۰]

۳-۵ تأثیر رنگ بر یادگیری و هوشیاری

«دکتر مونوفوکس معتقد است که علت اینکه در روز فعالیت بدن افزایش می‌یابد این است که نور از طریق تحریک قسمت قدامی غده هیپوفیز فعالیت مغزی و عمومی را در انسان و حیوان افزایش می‌دهد با این دید به سادگی می‌توان نتیجه گرفت که استفاده از رنگ‌های روشن و مناسب در محیط‌های آموزشی تا چه حد افزایش فعالیت‌های خاص ذهنی و هوشی تأثیر داشته و باعث افزایش جهش‌های مغزی می‌گردد اثر رنگ بر دانش آموزان تا حدی است که بایستی حتی رنگ کاغذ و قلم را نیز مد نظر قرار داد و طبق اصول خاص خود عمل نمود اگر کاغذ سفیدی را روی میزی با زمینه سیاه قرار داده و روی آن بنویسیم یا بخوانیم چشم ما زود خسته خواهد شد.» [۱۰] پس «انتخاب رنگ مناسب در هر جا و مکانی کمک زیادی به پرورش روحیه و استعداد افراد می‌کند.» [۱۰] پس میتوان نتیجه گرفت که «رنگ‌ها سرشار از نیروهایی بس خارق‌العاده هستند نیروهایی مانند هسته‌های انرژی زا و گرمابخش تماشایی خود را متأثر می‌سازند.» [۱۰] همچنین «از مهمترین عوامل توسعه برنامه تحصیلی موفقیت آمیز محیط یادگیری است محیط یادگیری مثبت و اثربخش منجر به ایجاد یکپارچگی و پیشرفت تحصیلی بالا می‌شود فقدان این محیط رسیدن به این اهداف را سخت می‌نماید برخی پژوهشگران بر این باورند که محیط یادگیری غنی، تدریس مدرسان را بهبود می‌بخشد و شرایط بهتری را برای یادگیری فراهم می‌آورد.» [۱۳]

۴-۵ تأثیر رنگ بر توجه و تمرکز

«از رنگ قرمز برای تحریک بدن و ذهن و افزایش تمرکز استفاده می‌شود از رنگ زرد برای تحریک اعصاب استفاده می‌شود.» [۱۰] با این همه «رنگ آبی انسان را به سوی دقت شدن در بی‌نهایت سوق می‌دهد و هر قدر روشن‌تر باشد انعکاس موجی خود را از دست داده به آرامش خاموش رنگ سفید می‌رسد تماشای رنگ‌های گرم میزان ضربان قلب را تشدید می‌نماید و برای نمایش فضای پر هیجان کاربرد دارند در میان رنگ‌های گرم رنگ سرخ به قدری نافذ و سریع حرکت است که از هر رنگ دیگر زودتر به چشم می‌خورد.» [۱۰] با این حال «رنگ می‌تواند برای برانگیختن علاقه و انگیزه بیشتر در انجام کارها موثر باشد و همچنین می‌تواند برای تمرکز روی مطالب و موارد مورد نظر به کار گرفته شود رنگ می‌تواند پویایی انعطاف‌پذیری تحمل و تفکر را در محیط کار و زندگی نشان دهد.» [۱۰] نکته مورد توجه این است که «در مکان‌هایی که اعمال و کارهای چشمی یا ذهنی مورد نظر است بهتر است از درخشندگی خیره‌کننده محیط کاسته شود چون درخشندگی محیط می‌تواند باعث حواس‌پرتی شود اما استفاده از رنگ‌هایی که با درخشندگی متوسط مانند (سبز یا آبی سبز) در محیط و در صورت لزوم تاباندن نور اضافی بر مکان‌های مورد نظر می‌تواند تمرکز بیشتری به دنبال داشته باشد.» [۱۰] اما «بدیهی است که چگونگی تأثیر انسان از رنگ‌ها ماهیت کاملاً روانی داشته و به طور غیر مستقیم در هنجارها و واکنش‌ها عکس‌العمل‌ها و رفتارهای فرد موثر می‌باشد هر عاملی که روان انسان را تحریک کند در واقع محرکی بر گیرنده‌های عصبی است.» [۱۰] «بدون تردید رنگ‌ها به عنوان محرک‌های محیطی اثر بسیار زیادی بر سیستم عصبی انسان دارند.» [۱۰]

نتیجه‌گیری

هدف از نوشتن این اثر شناخت رنگ‌ها و انواع انرژی آن‌ها و شناسایی کاربردهای آن در آموزش بود در قسمتی از این مقاله به کاربرد رنگ‌ها در ابزار یادگیری توجه شده که در این قسمت سعی شد تا از روش‌ها و رنگ‌های نامناسب با این حیطه (آموزشی) جلوگیری شود و رنگ‌هایی جایگزین آنها گردد برای نمونه رنگ تخته کلاس بود که در این مقاله سعی به اصلاح آن شد. برای مثال رنگ زرد باعث بالا رفتن سرعت تفکر و یادگیری می‌شود. وجود رنگ آبی در محیط باعث فراهم آوردن فضایی آرام و متمرکز برای مطالعه می‌شود. قرار گرفتن در میان اشیای آبی میل به تفکر را افزایش می‌دهد و سبز روشن یکی از رنگ‌هایی است که می‌تواند بهره‌جویی دانش‌آموز را بالا ببرد. عنوان بعدی (تأثیر رنگ‌ها در محیط خانه) و اتاق مطالعه بود و رنگ‌هایی که باعث می‌شد فضایی آرام و متمرکز از (نظر روانی) به وجود آید به محصلان توصیه شد.

مراجع

۱. منیره دانایی (۱۳۶۴) "روان شناسی رنگ ها"/تالیف منیره دانایی. قم: ابتکار دانش .
۲. پورحسینی، مزده. (۱۳۵۰) "معنای رنگ ". تهران: هنر آبی، ۱۳۹۲.
۳. داند آ، نورمن. "طراحی حسی" تهران: حرفه هنرمند، ۱۳۸۹.
۴. ثابت قدم، م؛ بهرامیان، پ. (۱۳۴۲) "پرورش خلاقیت؛ کودکان و نوجوانان خلاق را بهتر بشناسید" اصفهان: فرهنگ مردم، ۱۳۸۹.
۵. پورفخاران، م؛ پورفخاران، ع؛ نوری آق قلعه، س؛ (۱۳۶۱) "روان شناسی رنگ ها" قم: ابتکار دانش.
۶. لوشر، ماکس (۱۹۲۳) "روان شناسی رنگ ها" مشهد: زرین کلک آفتاب ۱۳۹۵ .
۷. شباهنگی، جلال (۱۳۱۷) "درک رنگ و نور " تهران: ژاله ۱۳۹۲ .
۸. شاین، بتی (۱۹۲۹) "رنگ های شفابخش"، راز شفابخش "تهران: صورتگر، ۱۳۸۳ .
۹. احمدی، ف (بی تا) "رنگ در قرآن، فیزیک، روان شناسی و عرفان اسلامی (دانشگاه ادیان و مذاهب قم) .
۱۰. موجی، م؛ کلانی، ل (بی تا) "تأثیر رنگ بر حافظه کودکان" (کارشناسی ارشد، دانشگاه پیام نور، بوشهر، ایران) .
۱۱. صابری، سمیرا (۱۳۶۸) "روان شناسی کاربردی رنگ ها" تهران: آذرفرف ۱۳۹۹ .
۱۲. زارعی، حمید رضا (۱۳۵۷) "روان شناسی رنگ ها" تهران: آفتاب گیتی، ۱۳۹۸ .
۱۳. مهدوی، پ (بی تا) "تأثیر روان شناسی رنگ ها در بروز خلاقیت دانش آموزان" (کارشناسی پیوسته، آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان دکتر شریعتی ساری، ایران.