

رسالة محمد

آموزش و پرورش منطقه ۴ تهران

عنوان :

بررسی تاثیر رنگ و نور بر شاداب سازی مدارس

پژوهشگران :

زینب الله یاری ، سار سلمانى ، فاطمه کاظمی

مهديه شهرابی ، پریا نظری نژاد ، یاسمین دارابی

دبیرستان نمونه دولتی دخترانه سعدی

۹۳-۹۴

مقدمه:

در جامعه امروز، بیشترین ساعات زندگی دانش آموزان در فضای مدرسه و کلاس درس سپری می شود. مدرسه ای شاد و زیبا می تواند کمک شایانی به افزایش روحیه ی دانش آموزان و میزان یادگیری آنها باشد. وضعیت فیزیکی یکی

از عوامل مهم در شاداب شدن مدارس است . رنگ، نور، نحوه چینش نیمکت ها، تهویه مناسب و... از این دسته عوامل محسوب می شوند . ما در این پژوهش قصد داریم به بررسی تاثیر رنگها در شاداب سازی مدارس و روحیه ی دانش آموزان بپردازیم .

شایانی به انتخاب صحیح آنها هنگام تهیه لوازم و طراحی دکوراسیون فضاهای مختلف مدرسه باشد.

یکی از این اماکن که رنگها در آن نقش به سزایی دارند ، مدرسه است . در واقع مدارس به رنگها احتیاج دارند وبدون وجو درنگهای گوناگون نمی توان آنها را مدرسه نامید . مدرسه خانه دوم دانش آموزان است ، پس در کنار یادگیری وتحصیل ، باید محلی برای شادابی ونشاط آنها نیز باشد .

از عوامل شادابی مدارس می توان به رنگهایی اشاره کرد که در محیط مدرسه ، یونیفرم دانش آموزان ولوازم موجود در کلاس ومدرسه به کار می رود .

بسته به نوع رنگهایی که در موارد مذکور استفاده می شود ، می توان تاثیرات آنها را نیز بر شادابی مدرسه ودانش آموزانش مورد بررسی قرار داد .

چکیده:

مطالعات و تحقیقات دانشمندان نشان می دهد رنگ ها همان گونه که بر روح و روان آدمی تأثیرات گوناگونی به جای می گذارند، جسم او را نیز تحت تأثیر قرار می دهند . محققان بر این باورند که هر یک از رنگ ها فواید خاص درمانی محسوسی برای بدن انسان دارند و در این باره گزارش های متعددی مبنی بر استفاده های موفقیت آمیز از رنگ در درمان بسیاری از بیماری های فیزیکی دریافت کرده اند . برخی از دانشمندان حتی معتقدند تمایل ناخودآگاه ما به یک یا چند رنگ خاص می تواند نشانه ای از نیازهای بدن ما در جهت ترمیم خود باشد . اطلاع از خواص درمانی م ختلفی که به هر یک از رنگ ها نسبت داده شده است می تواند کمک

گذری بر اکتشاف رنگها توسط نیوتون :

در سال ۱۶۶۶ ، اسحاق نیوتن، دانشمند نامدار انگلیسی، کشف کرد که چنانچه نور خالص سفید از یک منشور عبور داده شود، به رنگ های قابل رؤیت تجزیه می شود . نیوتن همچنین کشف کرد که هر رنگ از یک طول موج منحصر به فرد تشکیل شده و قابل تجزیه به رنگ های دیگر نیست

می‌شوند که این دامنه از احساسات گرم و صمیمانه تا احساس خشم و عصبانیت متغیر است

رنگ‌هایی که در ناحیه آبی طیف قرار دارند، رنگ‌های سرد نامیده می‌شوند و شامل آبی، ارغوانی و سبز هستند. این رنگ‌ها معمولاً آرامش بخشند اما گاهی نیز ممکن است احساس غمگینی و بی‌تفاوتی را به ذهن آورند.

در برخی از فرهنگ‌های قدیمی، از جمله مصری‌ها و چینی‌ها، از رنگ استفاده می‌شده است. این کار در درمانی یا رنگ‌شناسی نیز گفاهم به عنوان روش درمان جایه قرار می‌گیرد

در این روش

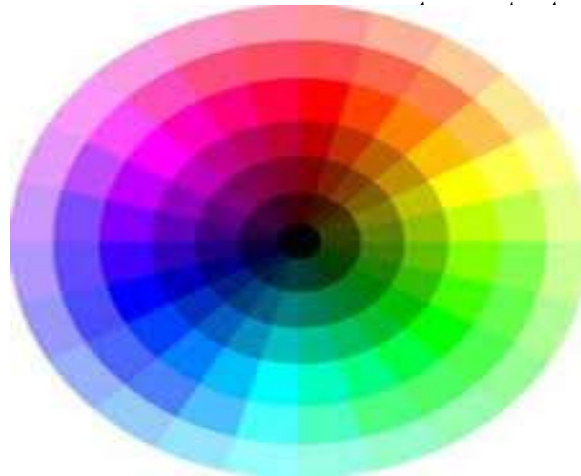
از رنگ قرمز برای تحریک بدافزایش تمرکز استفاده می‌شود. از رنگ زرد برای تحریک اعصاب می‌شود.

از رنگ نارنجی برای بالا بردن سطح انرژی استفاده می‌شود.

از رنگ آبی برای کاهش درد و تسکین بیمار استفاده می‌شود.

از رنگ نیلی برای تسکین ناراحتی‌های پوستی استفاده می‌شود.

آزمایش‌های بعدی نشان داد که با ترکیب نورها می‌توان رنگ‌های مختلف را ایجاد کرد. برای مثال، نور قرمز در ترکیب با نور زرد، رنگ نارنجی را به وجود می‌آورد. رنگی که بر اثر ترکیب دو رنگ دیگر به وجود آید را ترکیبی می‌گویند. بعضی از رنگ‌ها، مثل زرد و ارغوانی، در صورت ترکیب شدن، همدیگر را خنثی می‌کنند و نور سفید می‌سازند. این رنگ‌ها را نیز رنگ‌های مکمل می‌نامند.



تأثیرات رنگ‌ها از نظر روان‌شناسی:

تأثیرات رنگ‌ها از نظر روان‌شناسی با وجودی که اثر رنگ‌ها تا حدودی ذهنی است و در مورد اشخاص مختلف فرق می‌کند اما برخی از تأثیرات رنگ‌ها دارای معنی یگانه‌ای در سراسر جهان هستند.

رنگ‌هایی که در طیف رنگ‌ها در ناحیه قرمز قرار دارند به عنوان رنگ‌های گرم شناخته

اغلب روان‌شناسان به رنگ درمانی به دیده شک و تردید می‌نگرند و می‌گویند که درباره تأثیرات احتمالی رنگ‌ها اغراق شده و رنگ‌ها در فرهنگ‌های مختلف، معانی متفاوتی دارند.

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که در بسیاری از موارد، تأثیرات رنگ‌ها در تغییر حالت افراد، تأثیراتی زودگذر و موقتی بوده است. برای مثال، قرار دادن افراد در اتاق آبی ممکن است در ابتدا

احساس آرامش در آن‌ها به وجود آورد اما این
اثر پس از آن‌که آن‌ها آرامششان را بازیافتند، به
تدریج کاهش خواهد یافت .

روان‌شناسی رنگ‌های مختلف :



روان‌شناسی

رنگ سیاه

سیاه تمام نورها در طیف رنگ‌ها را جذب می‌کند سیاه معمولاً به عنوان نماد ترس مورد استفاده قرار می‌گیرد اما به عنوان نشانگر قدرت نیز شناخته

می‌شود. از رنگ سیاه برای نشان دادن شخصیت‌های خطرناک مثل جادوگران استفاده می‌شود.

رنگ سیاه در بسیاری از فرهنگ‌ها برای مراسم سوگواری مورد استفاده قرار می‌گیرد. این رنگ همچنین نشانگر غمگینی و رسمی بودن است. در مصر قدیم، رنگ سیاه نشانگر زندگی و تولد دوباره بود.

روان‌شناسی رنگ سفید

رنگ سفید، نماد معصومیت و پاکی است. رنگ سفید می‌تواند در انسان احساس فضای بیشتر به وجود آورد. رنگ سفید معمولاً نشانگر سرما، پاکیزگی و آرامش است. اتاقی که کاملاً به رنگ سفید نقاشی شده باشد ممکن است جادار و بزرگ به نظر آید اما خالی و سرد است. بیمارستان‌ها و کادر پزشکی از رنگ سفید برای ایجاد حس پاکیزگی و آرامش استفاده می‌کنند.

روان‌شناسی رنگ قرمز

رنگ قرمز، رنگ گرمی است که برانگیزاننده هیجان‌ات قوی است. رنگ قرمز، نشانگر عشق، حرارت و صمیمیت

است

رنگ قرمز، به وجود آورنده احساس شور و هیجان است

رنگ قرمز، تحریک‌کننده احساس خشم و عصبانیت است

روان‌شناسی رنگ آبی

آبی، رنگ مورد علاقه بسیاری از مردم و محبوب‌ترین رنگ در بین مردان است. رنگ آبی، احساس آرامش را به ذهن می‌آورد و معمولاً نشانگر صلح، امنیت و نظم است. رنگ آبی، می‌تواند احساس غم، درون‌گرایی یا گوشه‌گیری را در بعضی افراد به وجود آورد. رنگ آبی معمولاً برای دکور دفاتر مورد استفاده قرار می‌گیرد زیرا تحقیقات نشان داده است که افراد در اتاق‌های آبی کارایی بیشتری دارند. رنگ آبی با وجودی که از محبوب‌ترین رنگ‌هاست اما یکی از رنگ‌هایی است که کمترین اشتها را برمی‌انگیزد. در برخی از برنامه‌های کاهش وزن توصیه می‌شود که غذای خود را در بشقاب‌های آبی بکشید. رنگ آبی می‌تواند باعث کاهش ضربان قلب و حرارت بدن گردد.

روان‌شناسی رنگ سبز

رنگ سبز، رنگ سردی است که نماد طبیعت است

رنگ سبز، نشانگر آرامش، خوشبختی، سلامتی و حسادت است

پژوهشگران دریافته‌اند که رنگ سبز می‌تواند باعث افزایش قابلیت خواندن گردد. برخی از دانش‌آموزان و دانشجویان با قراردادن یک برگه شفاف سبز رنگ بر روی صفحه کتاب، می‌توانند مطالب را با سرعت بیشتری از حد معمول بخوانند و درک کنند

از رنگ سبز در دکوراسیون به دلیل اثر آرام بخشی آن استفاده می‌شود

رنگ سبز باعث کاهش استرس می‌شود. کسانی که در فضای کاری سبز رنگ کار می‌کنند، کمتر دچار دردهای دستگاه گوارش می‌شوند.

به همین دلیل ممکن است به عنوان نشانه مصنوعی یا غیر عادی بودن در نظر گرفته شود.

روان‌شناسی رنگ زرد

رنگ زرد، رنگی گرم و شاد است. رنگ زرد به دلیل مقدار زیاد نوری که منعکس می‌کند، بیشتر از بقیه رنگ ها چشم را خسته می‌کند.

استفاده از رنگ زرد برای پس زمینه کاغذ یا نمایشگر کامپیوتر می‌تواند باعث چشم درد یا در حالت‌های خاص از دست دادن بینایی گردد. رنگ زرد می‌تواند احساس رنجیدگی و خشم را به وجود آورد. با وجودی که رنگ زرد به عنوان یک رنگ شاد شناخته می‌شود اما بیشتر مردم در اتاق های زرد رنگ، هیجانشان را از دست می دهند و بچه ها نیز در اتاق های زرد رنگ بیشتر گریه می‌کنند. رنگ زرد باعث افزایش سوخت و ساز بدن انسان می گردد چون رنگ زرد، از بقیه رنگ ها زودتر دیده می‌شود، بیشتر از بقیه برای جلب توجه مورد استفاده قرار می‌گیرد.

روان‌شناسی رنگ ارغوانی



رنگ ارغوانی نماد وفاداری و ثروت است. رنگ ارغوانی نشانگر عقل و معنویت است. رنگ ارغوانی خیلی کم در طبیعت وجود دارد و

روان‌شناسی رنگ قهوه‌ای

رنگ قهوه ای، رنگی طبیعی است که برانگیزاننده حس قدرت و اطمینان‌پذیری است. رنگ قهوه‌ای همچنین می‌تواند حس غم و انزوا را به وجود آورد. رنگ قهوه ای، حس گرما، محبت، آسایش و امنیت را به ذهن می آورد. رنگ قهوه‌ای معمولاً بیانگر طبیعی بودن، زمینی بودن و متفاوت بودن است اما گاهی می تواند نشانگر پیچیدگی نیز باشد.

روان‌شناسی رنگ نارنجی

رنگ نارنجی، ترکیب زرد و قرمز است و به عنوان یک رنگ انرژی زا در نظر گرفته می‌شود. رنگ نارنجی، احساس هیجان، گرما و شور و شوق را به ذهن می آورد. رنگ نارنجی، معمولاً برای جلب توجه مورد استفاده قرار می‌گیرد.

روان‌شناسی رنگ صورتی

رنگ صورتی، در واقع همان رنگ قرمز کم رنگ است و معمولاً نشانگر عشق است. رنگ صورتی اثر آرام بخشی دارد. در ورزشگاه ها معمولاً رختکن تیم حریف را به رنگ صورتی نقاشی می کنند تا بازیکنان آن ها کم انرژی و منفعل شوند. با وجودی که اثر آرام بخشی رنگ صورتی مشخص شده است ولی پژوهشگران دریافته اند که این اثر تنها در خلال مواجهه اولیه به وجود می‌آید. مثلاً هنگامی که از این رنگ در زندان ها استفاده شد، زندانیان پس از عادت کردن به آن، حتی نا آرامتر از قبل شدند.

روان‌شناسی رنگ سرخ فام (ترکیبی از قرمز و

بنفش)

صرع و بی خوابی از رنگ بنفش استفاده می‌شود. رنگ بنفش، اشتها را نیز، کم می‌کند.

رنگ لیموئی (ترکیبی از زرد و سبز)

این رنگ، باعث تحریک فعالیت مغز می‌شود، غده‌های تیموس را به‌فعالیت وامی‌دارد و مسهل و خلط‌آور است؛ بنابراین از این رنگ، در هنگام مواجهه با مشکل‌های تنفسی مانند خلط داشتن در هنگام سرماخوردگی، آسم و سرفه استفاده می‌شود. رنگ لیموئی، برای درمان پوست‌های خشک و پوسته‌پوسته شده و جهت استخوان‌سازی در بدن، به‌کار می‌رود. رنگ لیموئی، بالا بودن سطح مواد اسیدی در بدن را خنثی می‌کند و همچنین در درمان بیماری‌های مزمن بدن مانند سرطان، دیابت و کم‌رشدی از آن استفاده می‌شود. املاح معدنی رنگ لیموئی عبارتند از: طلا، ید، فسفر، نقره و سولفور.

رنگ فیروزه‌ای (ترکیبی از آبی و سبز)

بیماری‌های حاد را کنترل می‌کند و آرامش‌بخش است؛ بنابراین برای درمان سردرد، کاهش التهاب‌ها، تسکین ناشی از آفتاب سوختگی و خارش پوست، سودمند است. این رنگ، پوست را بازسازی، تقویت و نرم می‌کند؛ بنابراین برای افزایش رطوبت پوست و از بین بردن ناهنجاری‌های پوستی از رنگ فیروزه‌ای استفاده می‌شود. برای درمان بیماری‌های حاد دوران کودکی، عفونت‌ها، بیماری‌های حاد آمیزشی و بیش‌فعالی (هایپراکتیویته)، رنگ فیروزه‌ای مورد استفاده واقع می‌شود. املاح معدنی رنگ فیروزه‌ای عبارتند از: کرومیوم و روی.

انرژی‌زاست؛ غده‌های فوق‌کلیوی و عضله‌های قلب را تقویت کرده؛ فشار خون و فعالیت قلب را تنظیم می‌کند. همچنین این رنگ، جریان خون را منظم می‌کند؛ باعث افزایش دفع ادرار می‌گردد و برای افرادی که سنگ کلیه دارند، سودمند است. این رنگ، مکمل رنگ سبز است. عنصر معدنی رنگ سرخ فام عبارت است از: پتاسیم.

روان‌شناسی رنگ قرمز متمایل به نارنجی (ترکیبی از دو پیمانانه قرمز و یک پیمانانه بنفش)

سرخ‌رگ‌ها را گشاد می‌کند و فشار خون را بالا می‌برد. کلیه‌ها را تقویت می‌نماید و باعث افزایش حجم ادرار می‌شود. رنگ قرمز متمایل به نارنجی، سرعت تولد نوزاد را افزایش می‌دهد.

روان‌شناسی رنگ نیلی (ترکیبی از آبی و بنفش)

آرام‌بخش، تسکین‌دهنده دردها، کم‌کننده میزان چرک و عفونت بدن و مانع خون‌ریزی است. از رنگ نیلی، برای درمان رنگ پریدگی و برطرف کردن عارضه گشادی رگ‌ها استفاده می‌شود. این رنگ، سیستم ایمنی را در دوران بیماری‌های ناشی از عفونت، تقویت می‌کند. از رنگ نیلی برای درمان تورم غده‌های لنفاوی، سیاه‌سرفه همراه با تب و سایر بیماری‌های حاد مربوط به شش، درمان تشنج و تحریک سیستم عصبی استفاده می‌شود. رنگ نیلی، غده‌های پاراتیروئید را به‌فعالیت وامی‌دارد و از فعالیت غده تیروئید می‌کاهد. در برخی مناطق از رنگ نیلی برای درمان گواتر (تورم غده تیروئید در جلوی گردن) استفاده می‌شود.

روان‌شناسی رنگ بنفش

آرام‌بخش و تسکین‌دهنده است؛ طحال را به فعالیت وامی‌دارد و گلبول‌های سفید خون را دوباره سازی می‌کند. این رنگ، به قلب و عضله‌ها آرامش می‌دهد و افراد بیش‌فعال (هایپارکتیو) را آرام می‌کند. برای درمان بیش‌فعالی کلیه و مثانه، شب ادراری، ناهنجاری‌های عصبی و بیماری‌های شدید ذهنی،

تحصیلی و روحیه دانش‌آموزان و معلمان دارد. از این رو می‌توان با انتخاب رنگ‌های مناسب در فضای مدرسه و استفاده از رنگ‌های زیبا و شادای بخش در یونیفرم دانش‌آموزان به شکوفایی استعداد و خلاقیت آنها کمک کرد.



راهکارهای شاداب‌سازی مدارس :

بی‌شک فضای شاداب و دوست‌داشتنی تأثیر زیادی در شکوفایی استعدادهای، خلاقیت، پیشرفت تحصیلی، کارایی، پویایی و زنده‌دلی دانش‌آموزان دارد، مدرسه بانشاط موجب باروری جسم و اندیشه کودکان و دانش‌آموزان می‌شود. انسان شاداب، پویا و پرتحرک به زندگی امیدوار است و برای رسیدن به اهداف خود سرسخانه تلاش می‌کند برعکس انسان افسرده و اندوهگین و بی‌تحرک، احساس خستگی، درماندگی و ناامیدی می‌کند و در برابر مشکلات، ناتوان و عاجز است و لازمه تحقق و ایجاد مدارس بانشاط، تغییر نگرش و نگاه نو و جدید اولیا و مربیان مدرسه در خصوص زیباسازی و بهسازی فضای آموزشگاه است چرا که فضای زیبا و شاداب تأثیر زیادی در پیشرفت

تأثیر رنگ یونیفرم دانش‌آموزان بر شادابی آنها

:

روانشناسان می‌گویند مقتضای سنی دانش‌آموزان شرایطی را ایجاد می‌کند که حتماً لباس‌هایی با رنگ‌های شاد بپوشند و البته برای جنب و جوش در آن راحت باشند. مصطفی تبریزی، یکی از همین روانشناسان است که استفاده از رنگ‌های گرم در پوشش دانش‌آموزان را برای شادابی و افزایش تحرک و یادگیری آنها موثر می‌داند. او می‌گوید: «رنگ‌ها تأثیرات بسیاری بر اندام‌های حسی افراد و به ویژه کودکان دارند و روی قوه ادراک دانش‌آموزان اثر مثبت یا منفی

می‌گیرد. در نوع غیرمستقیم رنگ می‌تواند نقش مهمی داشته باشد. او می‌گوید: «رنگ معنی و مفهوم زیادی دارد که با رگه‌های شخصیتی افراد در آمیخته است.» او نیز رنگ‌ها را به دو دسته گرم و سرد تقسیم بندی می‌کند و می‌گوید: «رنگ‌های گرم مانند، شکلاتی، گلبهی، زرد، قهوه‌ای و نارنجی هر قدر پررنگ تر شوند عواطف و هیجانات شدیدتری را نشان می‌دهند و رنگ‌های سرد مانند: سفید، سبز و آبی، طبیعت، احساس، شادابی و رهاشدگی را القا می‌کنند و رنگ‌های سفید و خاکستری در عین حال که در گروه رنگ‌های سرد طبقه‌بندی می‌شوند می‌توانند رنگ خنثی هم باشند.»

از آنجا که مدرسه محل فعالیت است باید گستره رنگ‌های سبز، آبی و سرمه‌ای برای روپوش مدرسه انتخاب شود تا احساس شادابی را به همراه داشته باشد. رنگ نارنجی و صورتی فعالیت را به ذهن منعکس نمی‌کنند بنابراین برای لباس مدرسه در نظر گرفته نمی‌شوند. اما آبی کم‌رنگ، سبز چمنی، سبز لجنی، لاجوردی و سرمه‌ای پیشنهاد می‌شوند و رنگ‌های طوسی و خاکستری به دلیل خنثی بودن و عدم ایجاد احساس خاص توصیه نمی‌شوند. آن‌طور که این استادیار دانشگاه می‌گوید استفاده از برخی رنگ‌ها مانند صورتی در دبستان مناسب نیست و باید رنگ‌هایی انتخاب شود که در شکل‌گیری حس مسوولیت‌پذیری و هویت کودک موثر باشد.

با توجه به این گفته‌ها و نظریه‌ها تقریباً می‌توان به یک نتیجه رسید و آن، این است: رنگ‌های به اصطلاح جیغ و تند مانند: قرمز و نارنجی گرچه در گروه رنگ‌های شاد قرار دارند، اما ممکن است روحیه‌ی خشونت و هیجانات قوی را در دانش‌آموزان افزایش دهند. بنا براین ترجیحاً از رنگ‌های ملایم و آرامش بخش در یونیفرم دانش

می‌گذارند؛ از سوی دیگر، نخستین مرحله یادگیری، دریافت داده‌های محیطی توسط گیرنده‌های حسی است که تنوع رنگ موجب افزایش داده‌های انتقال یافته به مغز می‌شود و در نتیجه قدرت ادراک مغز افزایش می‌یابد. این روانشناس با تقسیم رنگ‌ها به دو گروه سرد و گرم، افزایش جنب و جوش، شادابی و سرزندگی، دعوت به حرکت و افزایش قدرت یادگیری را از ویژگی‌های رنگ‌های گرم می‌خواند و ادامه می‌دهد: «در مقابل، رنگ‌های سرد باعث احساس تمایل به سکون و آرامش می‌شود و دانش‌آموزان را از تحرک باز می‌دارد و به خیال بافی و در خود فرو رفتن دعوت می‌کند.» او با تاکید بر اینکه تنوع رنگی در لباس نقش مهمی در یادگیری دانش‌آموزان دارد، می‌افزاید: «با توجه به اینکه مقررات موجود، امکان استفاده از لباس‌های متنوع را فراهم نمی‌کند، توصیه می‌شود در لباس فرم دانش‌آموزان از ترکیب رنگ گرم و سرد استفاده شود؛ بنابراین ترکیب نارنجی با سرمه‌ای، خاکستری با صورتی و دیگر رنگ‌های گرم و سرد که در کنتراست با یکدیگر هستند، می‌تواند برای لباس دانش‌آموزان مناسب باشد.

از دیدگاه متخصصان تنوع رنگ، با نشاط و شادابی رابطه مستقیم دارد و موجب می‌شود هیجانات کودکان، نوجوانان و جوانان به طور منطقی بروز کند.

دکتر لیلا حیدری نسب روان‌شناس و استادیار دانشگاه الزهراء، از رنگ به عنوان یک ابزار

ارتباطی یاد می‌کند. از دیدگاه او ارتباط با دیگران از دو طریق مستقیم و غیرمستقیم صورت





آموزان
استفاده شود
تا احساس
شادابی در
عین حال
آرامش و کم
تحركی را به
آنها القا کنند.

البته با یاد این نکته را در نظر داشت که دانش آموزان دوره ابتدایی به تحرك و نشاط بیشتری نیاز دارند؛ پس می توان برای انتقال حس شادی و تحرك به آنها از رنگهای شاد و ملایم در کنار رنگهای آرامبخش در یونیفرمشان بهره گرفت.

در بند های بالا نظریه های دو روانشناس را مطالعه کردیم که تقریباً باهم هم عقیده بودند

و نظرها
پیشان
مکمل
یکدیگر



حال
بیابید
نتیجه

یک نظر سنجی از مدیران چند مدرسه را بخوانیم:

- رنگهای روشن و گرم از بهترین رنگ ها برای روپوش های مدرسه دخترانه و پسرانه هستند زیرا این رنگ ها تاثیر مثبتی بر روحیه دانش آموزان دارند. وقتی در مدرسه تمام دانش آموزان یک رنگ و مدل لباس بپوشند، دیگر تفاوتی بین آنها حس نمی شود...

- از طرفی اگر رنگ لباس دانش آموز روشن باشد، کثیفی و لکه های روی لباس مشخص می شود و والدین به نظافت و بهداشت روپوش فرزندشان توجه بیشتری پیدا می کنند. روپوش

مدرسه باید به رنگی باشد که به بچه ها احساس سرزندگی و انرژی را القا کند.

پس با این حال چه رنگی بهتر و مناسب تر است؟

یونیفرم هایی که رنگ متمایل به تیره ، مثل سبز یشمی دارند ، مناسب ترند . چون این گونه رنگ ها طول موج متوسطی دارند ، آسیب زا نیستند . یونیفرم هایی با رنگ طول موج بالا ، در بلند مدت خسته کننده و به رنگی با طول موج پائین و رخوت آور تبدیل می شود . پس رنگ هایی با طول موج متوسط مناسب تر به نظر می آیند . در کشورهای خارجی نیز، روان شناسان در زمینه ی تاثیر رنگ در محیط آموزشی تحقیقاتی کرده اند . در « مؤسسه ی روان شناسی رنگ ها » در آمریکا ، پزیتس فرایلینگ ، هزار کودک از نقاط گوناگون جهان را آزمود . یافته هایشان نشان می دهد برای هر یک از گروه های متفاوت سنی در محیط مدرسه ، رنگ های خاصی مناسب هستند . به عبارت دیگر ، هر گروه سنی رنگ خاصی را ترجیح می دهد . فرایلینگ گروه های سنی ۵ تا ۱۴ سال را مورد مطالعه قرار داد و به این نتیجه رسید که گروه سنی ۹ تا ۱۰ ساله ، رنگ های خاکستری ، قهوه ای تیره ، سیاه ، سبز روشن را دوست ندارند و رنگ های قرمز ، نارنجی ، سبز و آبی را ترجیح می دهند . گروه سنی ۱۱ تا ۱۲ ساله از رنگ های برفام (سیاه و سفید و خاکستری) ، زیتونی و بنفش بدشان می آید . ترجیح رنگ گروه سنی ۱۳ تا ۱۴ ساله ، آبی و نارنجی است .

تا اینجا با مناسب ترین رنگها و انتخاب خود دانش آموزان در این مورد آشنا شدیم.

در ادامه به بررسی تاثیر رایج ترین رنگ های مورد استفاده برای روپوش های مدرسه بر بچه ها

می پردازیم:



آبی، رنگ

آرامش:

آبی از مطلوب ترین

رنگ ها برای انبساط خاطر است. این رنگ به کاهش

تنش،

ترس و

تپش قلب

کمک

می کند.

اگر

رنگ

آبی با رنگ های مکمل آن مانند نارنجی برای روپوش مدرسه انتخاب شود، نشاط و آرامش بیشتری در دانش آموزان ایجاد می کند.



اهمیت انتخاب رنگ مناسب:

انتخاب رنگ مناسب برای پوشش دانش آموزان و حتی رنگ آمیزی دیوار کلاس ها، صندلی ها و میزها هم اهمیت دارد و می تواند در روحیه بچه ها تاثیرگذار باشد. مسوولان مدرسه ها و آموزش و پرورش نباید رنگ هایی برای پوشش بچه ها یا رنگ آمیزی مدرسه انتخاب کنند که مانع شادابی، نشاط و خلاقیت بچه ها می شود. مثلا رنگ های قهوه ای و خاکستری، سردی و سکون را به محیط مدرسه و دانش آموزان القا می کنند و خلاقیت بچه ها را کاهش می دهند.

بنفش، رنگ عزت نفس:

بنفش، رنگ عزت نفس و وقار است. استفاده از این رنگ برای دانش آموزانی که برای افکار، احساسات یا جسم خودشان ارزش زیادی قائل نیستند و نمی توانند خودشان را دوست داشته باشند، بسیار مناسب است.

اناری، رنگ رهایی:

اناری، رنگ رهایی: رنگ اناری به بچه ها امکان می دهد خود را در سطح هیجانی و عاطفی بالاتری احساس کنند.

سبز، رنگ توازن:

سبز، رنگ توازن: سبز، رنگ توازن و همدلی است و نوعی انعطاف پذیری را به دانش آموزان القا می کند. سبز کمرنگ نشانه موفقیت است و استفاده از این رنگ برای لباس مدرسه دانش آموزان توصیه می شود.

به عنوان مثال رنگ نارنجی رنگ گرم و صمیمی است. نارنجی پرتوهای شادی آفرینی از خود ساطع می کند که موجب رفع خستگی است. یا رنگ سبز که انرژی را و آرامش بخش است به طوری که اضطراب را از انسان دور می کند و موجب رفع تنش و گرفتگی های عضلانی می شود. به خصوص این که سبز رنگی ایده آل برای فضاهایی است که در آنها تمرکز و آرامش مورد نیاز است.

پس می توان از این رنگها در یونیفرم و دیوار های مدارس استفاده کرد تا فضایی شاداب و آرامش بخش ایجاد شود.

و رنگ های قرمز - نارنجی و سبز - آبی را ترجیح می دهند. گروه سنی ۱۱ تا ۱۲ ساله از رنگ های برفام (سیاه و سفید و خاکستری) زیتونی و بنفش بدشان می آید. ترجیح رنگ گروه سنی ۱۳ تا ۱۴ ساله، آبی و نارنجی است.

دکتر «مصطفی تبریزی» روان شناس در این باره می گوید: استفاده از رنگ های گرم در شادابی و افزایش تحرک و یادگیری دانش آموزان موثر است و لباس فرم دانش آموزان باید حداقل دارای ترکیبی از رنگ های روشن باشد. وی با اشاره به این که رنگ ها تاثیرات بسیاری بر اندام های حسنی افراد به ویژه کودکان دارند، می افزاید: رنگ ها روی قوه ادراک دانش آموزان اثرگذارند. وی با بیان این که نخستین مرحله یادگیری دریافت داده های محیطی توسط گیرنده های حسنی است تاکید می کند: تنوع رنگ موجب افزایش داده های انتقال یافته به مغز می شود و در نتیجه قدرت ادراک مغز افزایش می یابد. وی با تقسیم رنگ ها به دو گروه سرد و گرم، افزایش جنب و جوش، شادابی و سرزندگی، دعوت به حرکت و افزایش قدرت یادگیری را از ویژگی های رنگ های گرم می داند و می گوید: در مقابل، رنگ های سرد باعث احساس تمایل به سکون و آرامش می شود و دانش آموزان را از تحرک باز می دارد و به خیال بافی و در خود فرو رفتن سوق می دهد. به هر حال انتخاب درست در رنگ پوشش دانش آموزان می تواند شخصیت و اعتماد به نفس آن ها را تقویت کند و بهتر است از دانش آموزان درباره رنگ لباس فرم مدرسه از آن ها نظرخواهی کرد و به نظر و عقیده شان اهمیت داد.

بهترین رنگ برای پوشش دانش آموزان:

مانتو هایی که رنگ متمایل به تیره، مثل سبز یشمی دارند، مناسب ترند (در این رنگ، آرامش روحی نهفته شده و فراست و هشیاری فرد را بالا می برد. سبز به انسان کمک می کند تا اسرار نهان جهان هستی را بهتر درک کرده و به او بینش فلسفی همراه با عقل سلیم عطا کند). چون این گونه رنگ ها طول موج متوسطی دارند، آسیب زا نیستند مانند رنگ طول موج بالا، در بلند مدت خسته کننده و به رنگی با طول موج پائین و رخوت آور تبدیل می شود. پس رنگ هایی با طول موج متوسط مناسب تر به نظر می آیند. « در کشورهای خارجی نیز، روان شناسان در زمینه ی تأثیر رنگ در محیط آموزشی تحقیقاتی کرده اند. « در مؤسسه ی روان شناسی رنگ ها « در آمریکا پزیتس فرایلینگ، هزار کودک از نقاط گوناگون جهان را آزمود. یافته هایشان نشان می دهد برای هر یک از گروه های متفاوت سنی در محیط مدرسه، رنگ های خاصی مناسب هستند. به عبارت دیگر، هر گروه سنی رنگ خاصی مناسب هستند. به عبارت دیگر، هر گروه سنی رنگ خاصی را ترجیح می دهد. فرایلینگ گروه های سنی ۵ تا ۱۴ سال را مورد مطالعه قرار داد و به این نتیجه رسید که گروه سنی ۹ تا ۱۰ ساله، رنگ های خاکستری، قهوه ای تیره، سیاه، سبز روشن و آبی را دوست ندارند

ماده ۶۶ -لباس دانش آموزان علاوه بر پوشش، نشان وقار و عفاف آنان است، شکل و دوخت لباس آنان باید با شئون اسلامي مناسب باشد.

ماده ۶۷ -پوشش دانش آموزان دختر شامل : (۱) چادر، مانتو، شلوار، مقنعه . (۲)مانتو، شلوار و مقنعه مي باشد .

تبصره ۱ -چادر بهترين حجاب و مناسب ترين پوشش مي باشد، شايسته است مديران مدارس ضمن رعايت عدم اجبار، دانش آموزان دختر را به استفاده از آن تشويق و توصيه کنند .

تبصره ۲ -رنگ مانتو، شلوار و مقنعه دانش آموزان دختر بايد ضمن توجه به شرايط سني و جغرافيايي از ميان رنگ هاي مناسب انتخاب شود .ولي برخي مديران مدارس با عقد قرارداد با برخي توليدکنندگان و فروشندگان لباس اقدام به معرفي والدين و الزام آن ها به تهيه لباس خاص مي کنند که اين موضوع مشکلاتي براي خانواده ها به وجود آورده است.

اين روزها اوليايي دانش آموزان هنگام ثبت نام دانش آموزان، از مدارس فرم هايي دريافت مي کنند که قبض خريد لباس مدرسه شامل مانتو، شلوار و مقنعه براي دختران و لباس فرم براي پسران است و علاوه بر آن در برخي مدارس غيرانتفاعي هم علاوه بر لباس فرم تهيه کت، شلوار و جليقه هم اجباري است . در حالي که هر سال در اواخر تابستان مسئولان وزارت آموزش و پرورش (۲ماه بعد از ثبت نام قطعي مدارس) اعلام مي کنند که «الزام به استفاده از لباس فرم در مدارس ممنوع است» يا «رنگ پوشش دانش آموزان دستورالعمل ندارد» و «فروش اجباري مانتو ممنوع است» ولي کار از کار گذشته است و بيشتر اوليا که هنگام ثبت نام

دکتر «اصغردادخواه» ، روان شناس باليني و آموزشي در خصوص انتخاب رنگ مانتو براي دختران مي گويد: باتوجه به اينکه بحث رنگها بيشتر متوجه دختران است، متأسفانه گاهي رنگهايي که براي مانتو دختران در نظر گرفته مي شود به قدري نامتناسب با روحيه و سن دانش آموز است که او ناچار و برخلاف ميل باطني مجبور است که مانتو را بپوشد . البته طبيعي است که رنگ در روحيه دانش آموز ، آموزش مسئولان مدرسه تأثير خواهد داشت و استفاده از رنگ روشن به دانش آموز ياد مي دهد که نظافت ظاهري خودش را رعايت کند .دکتر دادخواه در ادامه مي گويد : استفاده از رنگهاي تيره ميزان يادگيري را کاهش مي دهد و از طرفي نوع رنگ در شخصيت فرد بسيار تأثير دارد مثلاً رنگ قرمز يا نارنجي رنگهايي شاد هستند اما از نظر عرفي براي پسرها خيلي مناسب نيستند و اين مسأله گاهي سبب مي شود که فرد در صورت استفاده اجباري از اين رنگ دچار سرخوردي شود و يا او را مورد تمسخر قرار دهند .باتوجه به اين که جوان به دنبال تنوع و مد است چه خوب است که آموزش و پرورش به اين نکته توجه داشته باشد که رنگها را به بچه ها تحميل نکندبه عنوان م ثال سه نوع رنگ رابراي مانتوي مدارس در نظر بگيرد ودانش آموزان را در انتخاب يکي از سه نوع رنگ آزاد بگذارد.

قوانين برای پوشش دانش آموزان در مدرسه :

فرزندانشان بعد از اعلام نتایج امتحانات خرداد ماه فرم دریافت لباس از مدرسه دریافت کرده اند با در دسر فراوان ملزم به خرید مانتو و شلوار یا همان لباس اجباری مدرسه برای فرزند خود شده اند. آیین نامه انضباطی در حالی که طبق آیین نامه انضباطی مدارس دانش آموزان ملزم به رعایت آن هستند ولی در زمینه پوشش و لباس، مدیران مدارس پا را از آیین نامه و ضوابط و دستورالعمل های سازمانی فراتر می گذارند.

در آیین نامه انضباطی مدارس آمده است: ماده ۶۴- لباس دانش آموزان باید از نظر دوخت و رنگ، ساده و دارای ظاهری آراسته و متناسب با محیط آموزشی و تربیتی مدرسه باشد.

البته باید این نکته را در نظر داشت که رنگ این پوشش ها نیز جدا از این آراستگی نیست.

رنگ یونیفرم دانش آموزان در مدارس مبحث قابل توجهی است که در ادامه به بررسی این مهم می پردازیم.

تاثیر جنس یونیفرم بر روحیه دانش آموزان:

پژوهشهای جدید جامعه شناسان و متخصصان علوم رفتاری حاکی از آن است که رنگ، مدل و جنس روپوش مدارس تاثیرات زیادی روی خستگی عصبی، پرخاشگری و افت تحصیلی دانش آموزان می گذارد

مجید ابهری آسیب شناس و متخصص علوم رفتاری در گفتگو با مهر گفت: نتایج پژوهشهای جدید گروه آسیب شناسی بنیاد رفتاری در مناطق ۱۶، ۱۷، ۲۱، ۲۲ و همچنین شهرهای اصفهان، شیراز و مشهد، نشان می دهد که جنس پلی استر و نایلون مانتوهای مدارس موجب ایجاد الکتریسیته ساکن در بدن دانش آموز شده و با آثاری که روی سیستم عصبی دانش آموز می گذارد، موجب پرخاشگری آنها می شود. وی افزود: همچنین رنگ و نوع روپوش دانش آموزان در افت تحصیلی، افسردگی و کاهش نشاط دانش آموزی اثری مستقیم دارد و رنگ تیره روپوش مدارس ابتدایی پسرانه موجب خستگی زود هنگام آنها در مدرسه شده و کاهش نشاط آنها در کلاس منجر به انحراف ذهنی آنها می شود.

به گفته ابهری، همچنین در شرایطی که نوع رنگ لباس دانش آموز دختر نیز یکنواخت باشد، موجب خستگی عصبی و تنبلی دانش آموزان در انجام تکالیفشان در خانه می شود. این آسیب شناس پیشنهاد داد: چنانچه بافت جنسی روپوش مدارس از نوع نخ یا کتان باشد و



پوشش معلم، فعالیت ذهن و هوش دانش آموزان را افزایش می‌دهد و باید در نظر داشت فعال شدن هوش دانش‌آموز منجر به بروز خلاقیت، تلاش و کوشش فرد در یادگیری می‌شود. نشاط روحی دانش‌آموزان در گرو رنگ لباس معلم صالح آبادی بیان کرد: باید در نظر داشت استفاده معلمان از لباس‌های تکراری، ساده و رنگ‌های تیره موجب عدم توجه و ایجاد نارضایتی و بی‌حوصلگی دانش‌آموزان در کلاس می‌شود. رنگ روشن لباس معلم و از بین بردن ترس دانش‌آموز صالح آبادی با اشاره به اینکه معلمان باید لباسی بپوشند که از طریق آن هم شئون اسلامی رعایت شود و هم ارتباط نزدیک با دانش‌آموزان داشته باشند، گفت: معتقدم اگر معلم بر اساس تأکیدات قرآن کریم از رنگ‌های شاد مانند رنگ سفید و آبی در پوشش خود استفاده کند، دانش‌آموزان نیز در ایجاد و تدوام ارتباط با معلم، همکاری لازم را خواهند داشت. این روانشناس با بیان اینکه در حال حاضر بیشتر معلمان مدارس ابتدایی دخترانه در پوشش خود از رنگ‌های شاد استفاده نمی‌کنند، بیان کرد: آموزش و پرورش نیز به این مسئله توجه کمی دارد. وی افزود: آموزش و پرورش باید در نظر داشته باشد که اگر معلمان در کنار رعایت پوشش اسلامی، از لباس آراسته و طرح‌دار با رنگ‌های شاد و نشاط‌آور استفاده کنند، ترس دانش‌آموزان از محیط مدرسه و معلم از بین می‌رود. با توجه به مطالب گفته شده متوجه شدیم رنگ لباس تأثیر زیادی در از بین بردن ترس و بی‌حوصلگی دانش‌آموزان در ارتباطات گفتاری، دیداری و نوشتاری دارد. اما متأسفانه امسال طبق نامه‌ای که به مدارس کنگان ارسال شده تأکید شده معلمان زن باید از یک رنگ خاص و ساده استفاده کنند. و این در حالی است که با طبق تحقیقات انجام گرفته هیچ‌کدام از مدارس

رنگ‌های استفاده شده در لباسها شاد باشد، موجب نشاط، تمرکز و فعالیت‌های فکری دانش‌آموزان خواهد شد. وی ادامه داد: در مقطع راهنمایی نیز با توجه به بلوغ فکری دانش‌آموزان، قطعاً رنگ و مدل جنس لباس فرم موجب علاقه مندی دانش‌آموزان نسبت به مدرسه می‌شود و به همین دلیل پیشنهاد می‌شود که وزارت آموزش و پرورش با همکاری انجمن اولیا و مربیان برای سال تحصیلی جدید تغییرات اساسی در جنس و رنگ لباس دانش‌آموزان صورت گیرد.

تأثیر لباس فرم دبیران در روحیه دانش‌آموزان:

طبق تحقیقات انجام گرفته، خصوصاً خبرگزاری فارس: استفاده معلمان از لباس‌های تکراری، ساده و رنگ‌های تیره موجب عدم توجه و ایجاد نارضایتی و بی‌حوصلگی دانش‌آموزان در کلاس می‌شود. لیلیا صالح آبادی، روانشناس در خصوص تأثیر رنگ و نوع پوشش معلمان بر تحصیل دانش‌آموزان اظهار داشت: در حال حاضر یکی از تکنیک‌های جذب دانش‌آموز، استفاده معلمان از پوشش طرح‌دار با رنگ‌های گرم، آبی، سفید و سبز است. این روانشناس با تأکید بر تأثیر پوشش‌های رنگی معلمان در ارتباطات گفتاری، دیداری و نوشتاری دانش‌آموزان، افزود: رنگ‌ها در روح و روان انسان‌ها اثری دارد که موجب تغییر رفتار می‌شود و رعایت این اصول در محیط مدرسه به تغییر و تحول اساسی در پیشرفت دانش‌آموزان می‌انجامد. وی با بیان اینکه رنگ‌ها بخش‌هایی مغز را تحریک می‌کنند، عنوان کرد: رنگ

اصول مدرسه‌سازی ساخته شده‌اند (و یا ساختمانی‌هایی مسکونی که از آنها به عنوان مدرسه استفاده شده‌اند) و بیشتر شبیه زندان هستند؛ محلی که منظور اصلی از طراحی آن اندازه‌شمار ریاضی افراد با عده کمی نگهبان است. اگر نمی‌خواهیم مدارس ما فضایی همچون زندان داشته باشند، باید بین طراحی که تنبیه می‌کند با طراحی که تربیت می‌کند تفاوت قائل شویم. شایسته است که ساختمان‌ها و فضاهایی که در آینده به آموزش و پرورش کودکان اختصاص می‌یابند از اصول اولیه معماری برای تناسب نور و رنگ فضاها با کارکرد آموزشی بهره‌مند باشند. از آنجا که ممکن است طراحی دوباره و بازسازی مدارس موجود به صورت ریشه‌ای مقدور نباشد شاید بهترین نقطه آغاز برای بهسازی فضاهای آموزشی، بازنگری در برخی باورهای غلط درباره نور و رنگ در مدارس است. عمده این باورها از این قرارند که در اینجا به آنها خواهیم پرداخت

میزان روشنایی در اتاق باید یکنواخت باشد

تامین حداقل روشنایی برای فضاهای آموزشی ضروری است؛ اما هیچگاه برای میزان متفاوت نور در این فضاها معیاری تعریف نشده است. شاید برای خط تولید یک کارگاه، روشنایی یکنواخت منطقی به نظر برسد، ولی زمان این طرز فکر برای مدارس به سرآمده است. در اینجا بهترین روش، تامین روشنایی زیاد در مرکز اتاق است. چراغهای آویزان از سقف می‌تواند بخشی از نور را به بالا و بخشی دیگر را به پایین بتاباند. این چراغها نور متعادل و یکدستی را از سقف بازتاب می‌کنند که نور پایین بیشتر روی سطح کار تابیده می‌شود. ضمن آنکه نور مستقیم روی تخته سیاه یا سفید از نظر بصری محیط یادگیری را پویاتر می‌کند

تاثیر میزان و یکنواختی نور در شادابی و میزان یادگیری دانش آموزان

تامین نور طبیعی در کلاس‌های درس قدرت یادگیری و بازدهی تحصیلی را افزایش می‌دهد و باعث می‌شود دانش آموزان را ناراحت کرده و می‌تواند باعث بی‌توجهی و کاهش یادگیری شود. امروزه بسیاری از کلاس‌های مدارس ما از روشنایی مستقیم برخوردارند و این امر باعث می‌شود دانش آموزان در کلاس‌ها احساس خستگی و ناراحتی کنند. فضاها را به ندرت پنجره‌ای روبه بیرون دارند. بیشتر مدارس



بررسی و مطالعات محققان نشان می دهد که میزان متفاوت نور آبی می تواند نقش به سزایی در آموزش و یادگیری شما و دانش آموزان در مدارس داشته باشد

محققان امر با همکاری شرکت فیلیپس به این نتیجه رسیده اند که نور آبی در ابتدای صبح می تواند سبب شود که کودکان سر حال تر از خواب بیدار شده و در طول روز هوشیاری بیشتری داشته باشند

آنها معتقدند که این واکنش از طریق تاثیر نور آبی بر ساعت درونی بدن بوجود می آید

برای اثبات این فرضیه، محققان دو مدرسه در انگلستان را برای آزمایش انتخاب کردند. مدارس منتخب دارای تنظیمات نوری بوده به صورتی که معلم هر کلاس می توانست نور محیط را با یک صفحه کنترل کند.



تاثیر رنگ نور در شادابی و یادگیری دانش آموزان



سیستم تنظیم نور در این مدارس، چهار ترکیب مختلف از نور آبی و سفید برای چهار وضعیت مختلف طراحی شده بود.

تنظیم میزان نور در هنگام نیاز به داشتن تمرکز در زمان آموزش و یادگیری، تغییر نور برای ایجاد آرامش هنگام احتمال وجود تنش و استرس، تنظیم نور برای از بین بردن کسلی و خواب آلودگی و تنظیم نور در هنگام برگزاری آزمون‌های نیم ترم یا پایان ترم.

البته انتخاب هر یک از این تنظیم های نوری توسط معلم با در نظر گرفتن فیزیک روحی و جسمی کودکان انجام گرفته است.



تاکنون توجه خاصی به نقش و تاثیر نور و رنگ محیط بر میزان یادگیری دانش آموزان نشده بود. ولی نتیجه این تحقیقات نشان داد که رنگ و نور تاثیر بسزایی در آموزش و یادگیری افراد دارد.

با توجه به نتیجه این تحقیقات، مسئولان محیط های آموزشی باید روی موضوع رنگ و نور کلاس های آموزشی توجه و دقت بسیاری کنند.

چرا که بر اساس این تحقیقات، استفاده از نور و رنگ مناسب در ساعات مختلف روز در کلاس های آموزشی

می توان، سرعت یادگیری و شادابی دانش آموزان را تا ۳۵ درصد افزایش داد.

دانش آموزان این دو مدرسه منتخب در آزمون های خود حدود ۴۵ درصد خطای کمتری نسبت به سایر مدارس داشتند و بی قراری، اضطراب و بیش فعالی آنها نیز حدود ۷۷ درصد کاهش داشته است.

تولید اکسیژن لازم توسط رنگ آبی می داند. این رنگ حرارت اضافه بدن را کاهش می دهد و برای بیماران تب دار، کم خواب، عصبی، و سواسی بسیار مفید است.

تاثیرات نور آبی و قرمز در روحیه و شادابی

نور آبی:

رنگ آبی :
آبی رنگی است، صاف، روشن، باطراوت، آرام، شیرین، ساکت و امیدوار کننده. اصولاً رنگ آبی یک رنگ مقدس در فرهنگ دین اسلام است و چون آسمان به رنگ آبی است و جایگاه فرشته ها و موجودات پاک است دارای تقدس می باشد. گنبد های آبی رنگ و نیز مناره های آبی همانند پلی بین زمین و آسمان محسوب می شوند. رنگ آبی انسان را به سوی دقیق شدن در بی نهایت سوق می دهد. حضرت امام جعفر صادق (ع) خطاب به مفضل می فرماید: تفکر شما در رنگ آسمان که خداوند آن را به این رنگ آفریده است و موافق ترین رنگهاست، دیده و نور بصر را تقویت می نماید. اطباء می گویند که اگر کسی را وضعی در دیده پدید آمده باشد باید نظر کند به کبود مایل به سیاهی. حضرت می فرمایند: پس تفکر کن که چگونه رنگ آسمان را کبود مایل به سیاهی گردانیده که مکرر نظر کردن به آسمان به دیده ها ضرر نرساند. « با توجه به رنگ ها حتی اگر در سطح وسیعی باشد ایجاد خستگی و یا آثار سوء دیگری نمی کند :

رنگ آبی از لحاظ روانی نوعی تسکین دهند بوده و برای دردهای عصبی و بیداری بسیار مفید است. دکتر مک فوتون علت این مسئله را در خنثی کردن هیپروژن کربن اضافی از طریق

بر اساس این که رنگ آبی نوعی حالت سردکنندگی دارد و نبض و تنفس را متعادل می کند. رنگ آبی نوعی آرامش درونی به فرد می دهد و به او کمک می کند تا بیرون گرا باشد و برای آرامش یافتن و گشاده رویی در مقابل دیگران بسیار مناسب است. آبی مظهر دوستی و صداقت، روشنی و آرامی کنایه از وفاداری است و نوعی توازن و هماهنگی بین فرد و سایرین برقرار می سازد.

دانشمندان با این اطلاعات امیدوارند استفاده از نور برای درمان موارد **افسردگی زمستانی** و ناراحتی های دیگر و افزایش شادابی میان اقشار متفاوت جامعه به خصوص کودکان و دانش آموزان بیشتر مورد توجه قرار گیرد.



نور قرمز:

این رنگ دارای کشش و قدرت زیادی است و مثبت و تهییج کننده است. از این رو استفاده از آن باید بر اساس اصول خاصی استفاده شود. افراد عصبی نباید در معرض این رنگ قرار بگیرند، زیرا موجب تشدید ناراحتی شان خواهد شد. قرمز فشارخون را بالا می برد و باعث می شود که کشش عضلانی بدن افزایش یابد و در واقع آثار قرمز معادل با فعالیت اعصاب سمپاتیک است. فعالیت عمومی انسان و حیوان را زیاد می کند.

البته در انتها این نکته قابل ذکر است که نه تنها نورها آبی و قرمز بلکه تمامی نورها با هر رنگی در مکان و شرایط متفاوت می تواند بهترین بازدهی را ایجاد کند.

برای مثال علی رغم تمامی توضیحات داده شده:

استفاده از نور قرمز در شب باعث شادابی و کاربرد نور آبی و سفید باعث ناراحتی روحی می شود.

به همین علت باید مطالعه تاثیرات رنگ های متفاوت نور را در زمان های متفاوت روز و عوامل دیگر میتوان دریافت که رنگ های متفاوت نور همیشه یک تاثیر ثابت ندارند.

یونیفرم دانش آموزان در برخی کشور های جهان



آلمان



سريلانكا



غنا



تونگا



انگلیس



ويتمام



کتاب



تایلند



سوریه



هندوراس



سريلانكا



هنگ کنگ



فیلیپین



کوبا



استرالیا

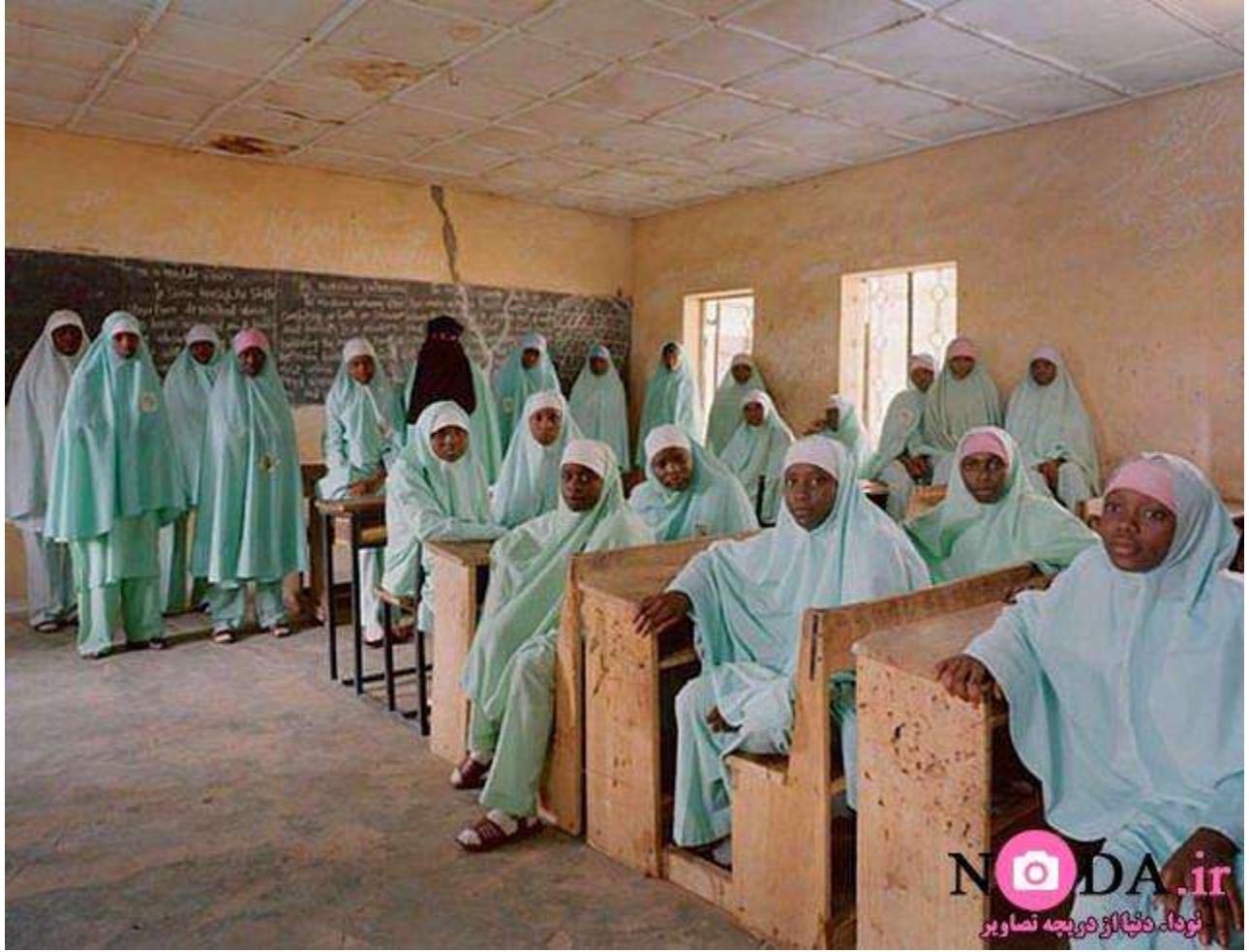


ازبکستان





قطر



منطقه مسلمان نشین نیجریه



یمن



چین



ترکیه

Peru



پرو

South Korea



کره جنوبی



تایوان



زیمبawe



ہائیتی



جامائیکا



ژاپن



روسیه



دانمارک



کرواسی



فرانسه



کوبا



تایلند



لائوس



هند



نپال



کره شمالی



آفریقای جنوبی



اندونزی



هنگ کنگ



میانمار



مالزی



چین



ایرلند



کانادا



ویتنام



بوتان



امارات

Iran



و ایران

نتیجه

آموزش و پرورش بانشاط کردن محیط های آموزشی و استفاده از رنگ آمیزی مناسب در مدارس است، چرا که فضای شاد و ایمن در مدارس علاوه بر آنکه به دانش آموزان شادمانی می دهد، از افسردگی معلمان هم جلوگیری و انگیزه آنها را برای کار و فعالیت مستمر بیشتر هر رنگی طول موج ویژه ای دارد و باعث می شود احساسی خاص در فرد بوجود می کند آید. مثلاً قرمز با طول موج بالا در فرد ایجاد هیجان می کند و بنفش فرد را به آرامش فرا می خواند. پس بهتر است که مدارس، رنگی میان این دو را برای رنگ آمیزی دیوارها به کار برند، اگر چه نباید از یک رنگ برای تمام قسمت های محیط آموزشی استفاده شود و باید علاوه بر رنگ، نور نیز در تقویت روحیه با توجه به کاربرد فضا، رنگ مناسبی برگزید دانش آموزان نقش مهمی ایفا می کند. برای مثال، تحقیقات نشان داده پسر بچه های بی قرار و خستگی ناپذیر باید در محل های نورپردازی شده با نور ملایم قرار گیرند و برای کودکان مدارس رنگارنگ تحقیقات بی توجه و مسئولیت ناپذیر باید از رنگ معکوس استفاده کرد بسیاری درباره تأثیر رنگ در روحيات دانش آموزان سنين مختلف انجام شده است و نتایج جالب و کاربردی نیز به دست آمده است. دکتر حاج حسني نژاد، یکی از محققانی که در زمینه رنگ در محیط های آموزشی کار کرده است، پیشنهاد می کند مدارس ابتدایی کلاس هایی داشته باشند با سقف سفید و دیوارهایی به دور از شفافیت که با رنگ هایی از قبیل آبی، زرد یا قرمز رنگ آمیزی شده باشند. این رنگ ها می توانند بصورت همراه به کار بروند، ولی استفاده از رنگ آبی کمرنگ که حالت سردی را القا می کند، در این مقطع مدارس راهنمایی می توانند از نارنجی برای رنگ آمیزی بخشی از مدرسه توصیه نمی شود خود استفاده کنند، چرا که نارنجی نشانه گرمی و محبت اجتماعی است و از دانش آموز رفع خستگی می کند.

دانش آموز مقطع ابتدایی * آموزش و پرورش نباید رنگها را به دانش آموزان تحمیل کند در کشور ما تنها ۵۰ درصد تعلیم و * خود را بنده غیرارادی معلم می بیند و از او تقلید می کند با تربیت به عهده مدارس است اما در کشور ژاپن ۹۵ درصد آموزش به عهده مدارس است وجود بخشنامه هایی که از طرف وزارت آموزش و پرورش اعلام می شود، بسیار بعید به نظر می رسد که بتوانیم فرهنگ غالب رنگهای غیرشاد را به صرف ابلاغ بخشنامه ها رفع کنیم و در واقع این فرهنگ غلط که بدجا افتاده و تبعات بدی هم داشته ما باید هوشیارانه زمینه های فرهنگ سازی برای استفاده از رنگها را با حفظ ارزشها جا بیندازیم.