فصلنامه جامعه شناسی فرهنگی
سال پنجم، دوره پنجم، شماره دوم
تابستان ۱۴۰۲، صفحه : ۱-۱۶

Journal of cultural sociology
Vol. 5, No. 1, P: 1-16

info@jcsjs.ir

بررسی میزان تاثیرگذاری رنگ‌ها بر سلامت‌روانی و ارتقای انگیزه‌ی تحصیلی دانش‌آموزان دبستانی

علی البوغبیش

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی تأثیر رنگ‌ها بر سلامت روانی و انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان دبستانی می‌پردازد. نقش رنگ‌ها در محیط‌های آموزشی و تأثیرات آنها بر عملکرد روانشناختی و یادگیری دانش‌آموزان از جنبه‌های مختلف مورد بررسی قرار گرفته است. با توجه به اهمیت دوران کودکی و تأثیرات ماندگار آن بر زندگی آینده افراد، مطالعه حاضر ضمن تشریح مفاهیم سلامت روانی و انگیزه تحصیلی، به تبیین معانی و کاربردهای مختلف رنگ‌ها در قرآن و آثار اندیشمندان پرداخته است. سپس تأثیرات رنگ‌های گرم و سرد بر خلق و خوی دانش‌آموزان، توجه، حافظه، تمرکز و یادگیری آنها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته است. روش تحقیق در پژوهش حاضر از نوع کتابخانه‌ای، با رویکرد توصیفی و تحلیل است. نتایج حاکی از آن است که رنگ‌های نارنجی، زرد و سبز تأثیر مثبتی بر افزایش انگیزه تحصیلی و حفظ اطلاعات دارند، در حالی‌که رنگ‌های قرمز و سیاه می‌توانند باعث آشفتگی، بی‌قراری و کاهش تمرکز دانش‌آموزان شوند. در نهایت، پیشنهادهایی برای انتخاب رنگ‌های مناسب در محیط‌های آموزشی مدارس ابتدایی ارائه شده است.

کلیدواژه‌ها: رنگ‌ها، سلامت روانی، انگیزه تحصیلی، دانش‌آموزان دبستانی، محیط‌های آموزشی

مقدمه

محیط‌های آموزشی، به ویژه مدارس دبستانی، نقش بسیار مهمی در شکل‌گیری شخصیت و ساختار روانی کودکان ایفا می‌کنند (سیف، ۱۳۹۲). از آنجایی که دوران کودکی به عنوان یکی از حساس‌ترین مراحل زندگی انسان شناخته می‌شود و تأثیرات مثبت یا منفی آن تا پایان عمر باقی می‌ماند (فروید، ۱۹۲۳/۱۹۲۰)، بسیار حائز اهمیت است که به شرایط و عوامل تأثیرگذار بر سلامت روانی و انگیزه تحصیلی کودکان در این دوره توجه ویژه شود.

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

انگیزه تحصیلی به عنوان یکی از مهم‌ترین مفاهیم در زمینه روانشناسی و آموزش و پرورش، همواره مورد توجه صاحب‌نظران و محققان قرار داشته است. انگیزه تحصیلی را می‌توان به عنوان محرک درونی یا بیرونی که فراگیر را به سوی اهداف آموزشی سوق می‌دهد، تعریف کرد (هادی‌سروری، ثنائی‌فر، فرهادی و امیری‌گلشن، ۱۳۹۷). داشتن انگیزه درونی به معنای وجود علاقه ذاتی فرد به یادگیری است، درحالی‌که انگیزه بیرونی از طریق عواملی نظیر تشویق مادی، معنوی و دیگر محرک‌های محیطی ایجاد می‌شود (استوار، ۱۳۹۵). متخصصان حوزه آموزش و پرورش باور دارند که شناسایی و به‌کارگیری مناسب عوامل ایجادکننده انگیزه بیرونی می‌تواند زمینه بروز انگیزه درونی را در دانش‌آموزان فراهم آورد (تاج‌الدینی، میرزاکوچک خوشنویس و ایرانمنش، ۱۳۹۹).

در کنار انگیزه تحصیلی، سلامت روان از دیگر مفاهیم کلیدی در زمینه روانشناسی پرورشی است که توجه به آن در کودکان بسیار حائز اهمیت است. سازمان بهداشت جهانی سلامت روان را "حالتی از آسایش که در آن، شخص توانایی‌های خود را برای برآوردن نیازهای عادی زندگی، کار موثر و مفید و مقابله کردن با مشکلات می‌شناسد" تعریف می‌کند (تاج‌الدینی، میرزاکوچک خوشنویس و ایرانمنش، ۱۳۹۹). بر اساس نظریات روانشناسی، سلامت روانی با مفاهیمی چون تعادل عاطفی، سازش اجتماعی، احساس راحتی و آسایش، فقدان بیماری روانی، یکپارچگی شخصیت و شناخت خود و محیط ارتباط تنگاتنگی دارد (زارعی، شجاعی و امانی، ۱۴۰۰).

با توجه به اهمیت سلامت روان و انگیزه تحصیلی در پیشرفت تحصیلی و رشد شخصیتی دانش‌آموزان، شناسایی عوامل تأثیرگذار بر این دو مفهوم کلیدی امری ضروری به نظر می‌رسد. از جمله عواملی که به تازگی در پژوهش‌های حوزه روانشناسی آموزش مورد توجه قرار گرفته، نقش رنگ‌ها و محیط فیزیکی مدارس است (کوهینژاد و علیپور، ۱۳۹۹؛ حافظی، ۱۳۹۹؛ سروری و همکاران، ۱۳۹۷).

تحقیقات نشان می‌دهد که رنگ‌ها تأثیرات عمیقی بر احساسات، هیجانات و رفتار افراد دارند (هادی‌سروری و همکاران، ۱۳۹۷؛ استوار، ۱۳۹۵). هر رنگ با توجه به ویژگی‌های منحصر به فردی که دارد، می‌تواند واکنش‌های متفاوتی را در افراد برانگیزد و بر عملکردهای روانشناختی آن‌ها تأثیرگذار باشد (زارعی و همکاران، ۱۴۰۰). به عنوان مثال، رنگ‌های گرم مانند قرمز و نارنجی معمولاً باعث تحریک و برانگیختگی می‌شوند، در حالی‌که رنگ‌های سرد نظیر آبی و سبز آرامش و تمرکز را به همراه دارند (استوار، ۱۳۹۵؛ حافظی، ۱۳۹۹).

رنگ‌ها همچنین می‌توانند بر ادراک انسان از اشیا و محیط پیرامون تأثیرگذار باشند. به عنوان مثال، رنگ‌های گرم مانند قرمز و نارنجی اندازه اشیا را بزرگتر نشان می‌دهند، در حالی که رنگ‌های سرد مثل آبی، اشیا را

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

کوچکتر از اندازه واقعی جلوه می‌دهند (استوار، ۱۳۹۵). علاوه بر این، رنگ‌های گرم فاصله اشیا را نزدیک‌تر و رنگ‌های سرد آن را دورتر نشان می‌دهند. رنگ‌های گرم همچنین دمای اشیا را گرمتر و رنگ‌های سرد آن را سردتر ارزیابی می‌کنند. رنگ‌های تیره نیز سختی و وزن اشیا را بیشتر و رنگ‌های روشن آن‌ها را سبک‌تر نشان می‌دهند (زارعی و همکاران، ۱۴۰۰).

تأثیرات رنگ‌ها بر ادراک انسان،ریشه در تجربیات زیسته افراد در طبیعت دارد. از آنجایی که انسان‌ها در طول تاریخ خود آتش را با رنگ قرمز مرتبط دیده‌اند، امروزه رنگ قرمز با حس گرما و نزدیکی در ارتباط است. همچنین چون آسمان آبی رنگ است، این رنگ با حس سردی و دوری پیوند خورده است (حافظی، ۱۳۹۹). تحقیقات نشان می‌دهد که ارتباطات رنگ‌ها و ادراکات انسان کاملاً ناخودآگاه و غیرارادی هستند (کوهینژاد و علیپور، ۱۳۹۹).

با توجه به تأثیرات عمیق رنگ‌ها بر احساسات، هیجانات، ادراکات و عملکردهای روانشناختی انسان، می‌توان انتظار داشت که محیط‌های رنگارنگ نیز تأثیرات متفاوتی بر دانش‌آموزان بگذارند. محققان بر این باورند که رنگ‌آمیزی مناسب کلاس‌های درس می‌تواند بر انگیزه تحصیلی، تمرکز، حافظه، سلامت روان و عملکرد دانش‌آموزان اثرگذار باشد (سروری و همکاران، ۱۳۹۷؛ تاج‌الدینی و همکاران، ۱۳۹۹). از این رو، انتخاب رنگ‌های مناسب در طراحی فضاهای آموزشی از اهمیت بسزایی برخوردار است.

بیان مسئله

بررسی تاثیر رنگ ها بر روان و انگیزه تحصیلی دانش آموزان دبستانی یکی از موضوعات مهم و کلیدی است که می تواند نقش تعیین‌کننده ای در موفقیت یا شکست تحصیلی آنها داشته باشد. محیط آموزشی و عوامل محیطی همچون رنگ ها، بر روحیه، هیجانات، انگیزه و یادگیری دانش آموزان تاثیر زیادی می‌گذارند. با توجه به اهمیت دوران کودکی در شکل گیری شخصیت و رفتارهای آینده فرد (سیف، ۱۳۹۰)، توجه به این موضوع حائز اهمیت فراوان است.

رنگ ها به عنوان یکی از مهم ترین عوامل محیطی، نقش کلیدی در ایجاد حس آرامش، امنیت، خلاقیت و انگیزه در دانش آموزان ایفا می کنند (تاج الدینی و همکاران، ۱۳۹۵). رنگ های گرم مانند قرمز و نارنجی باعث برانگیختگی و تحریک می شوند، در حالی که رنگ های سرد مانند آبی و سبز آرامش بخش هستند (زارعی و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین، انتخاب رنگ مناسب برای کلاس درس می تواند تاثیر زیادی بر روحیه، تمرکز و یادگیری دانش آموزان داشته باشد (حافظی، ۱۳۹۵؛ کوهی نژاد و علی پور، ۱۳۹۵).

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

با این حال، متأسفانه در بسیاری از مدارس، به این موضوع توجه کافی نشده و انتخاب رنگ ها بر اساس سلیقه شخصی و بدون در نظر گرفتن تاثیرات روانی و آموزشی آنها صورت می گیرد. این در حالی است که طبق تحقیقات، رنگ های نامناسب می توانند باعث کاهش انگیزه، افزایش اضطراب، کاهش تمرکز و در نتیجه افت تحصیلی دانش آموزان شوند (سروری و همکاران، ۱۳۹۵؛ امانی و همکاران، ۲۰۲۱).

با توجه به اهمیت این موضوع، ضروری است که تحقیقات گسترده تری در این زمینه انجام شود تا بتوان راهکارهای مناسب برای انتخاب رنگ های مطلوب در محیط های آموزشی ارائه داد. این تحقیقات باید با در نظر گرفتن عوامل مختلف از جمله سن، جنسیت، فرهنگ و ویژگی های روانی دانش آموزان صورت گیرد تا بتوان رنگ هایی را انتخاب کرد که بیشترین تاثیر مثبت را بر سلامت روان و انگیزه تحصیلی آنها داشته باشد (استوار، ۱۳۹۱).

در نهایت، باید توجه داشت که انتخاب رنگ های مناسب تنها یک گام در راستای ایجاد یک محیط آموزشی مطلوب است و باید همراه با سایر اقدامات مانند طراحی فضای فیزیکی مناسب، استفاده از روش های نوین آموزشی، ارتقای کیفیت معلمان و غیره صورت گیرد تا بتوان به حداکثر بهره وری از فرایند یادگیری دست یافت.

معنا و مفهوم رنگ ها

معنی و مفهوم رنگها می تواند با توجه به تاثیراتی که روی انسانها دارند متفاوت باشد (سینها، ۲۰۱۸). ما در اینجا به بررسی مختصری از این معانی می پردازیم.

قرمز

این رنگ، نماد عشق، جسارت، فداکاری، شجاعت، از خودگذشتگی، خشونت، خون و آتش است و یکی از رنگهایی است که طول موج بلندتری در میان رنگها دارد (الیوت و مایر، ۲۰۱۴). به همین دلیل به عنوان رنگ هشدار برای چراغ ترمز خودروها، تابلوهای ایست و هشدار رانندگی استفاده می‌شود. اما رنگها در فرهنگ‌ها، قومیت‌ها، ادیان و کشورهای مختلف معانی متفاوتی دارند. در پرچم جمهوری اسلامی ایران، رنگ قرمز نشان‌دهنده‌ی دفاع از کشور با خون شهیدان است (شاهشهانی، ۲۰۰۶). این رنگ برای افرادی که می‌خواهند

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

در مسابقات شرکت کنند مناسب است زیرا باعث ترشح آدرنالین و تسریع گردش خون می‌شود که این امر اکسیژن بیشتری به مغز می‌رساند و فعالیت را جایگزین کسالت و تنبلی می‌کند (کین و همکاران، ۲۰۱۲). به عنوان یک رنگ گرم، نگاه کردن به رنگ قرمز برای مدت کوتاه مناسب است اما برای مدت طولانی آزاردهنده است. رنگ قرمز برای محیط‌های آموزشی (کلاس درس) مناسب نیست زیرا دانش‌آموزان را آشفته و بدخلق می‌کند، تمرکز آنها را برهم می‌زند و باعث حرکت و جنب و جوش می‌شود (گینز و کاری، ۲۰۱۱). اما می‌توان از این رنگ در سالن‌های ورزشی و نمایشی استفاده کرد.

زرد

رنگ زرد، رنگ شادی، مسرت، خلوص، وحدانیت و الوهیت ذات احدیت خداوند متعال است و به رنگ سرعت تفکر و حافظه معروف است (سینها، ۲۰۱۸). این رنگ روح و روان انسان را بیدار و زنده می‌کند. به عنوان رنگ دانش، خرد و روشنگری، بیشترین بازتاب را دارد و محرک فکر و ذهن انسان است (گاتا و همکاران، ۲۰۱۴). این رنگ نماد نور و روشنایی است. قرآن کریم نیز به این رنگ اشاره کرده است:

قَالُوا ادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُبَيِّنْ لَنَا مَا لَوْنُهَا ۚ قَالَ إِنَّهُ يَقُولُ إِنَّهَا بَقَرَةٌ صَفْرَاءُ فَاقِعٌ لَوْنُهَا تَسُرُّ النَّاظِرِينَ (بقره ۶۹)

"گفتند: از پروردگارت بخواه که برای ما روشن کند که رنگ آن چیست. او گفت: او می‌گوید که آن گاو زردی درخشان است که نگاه‌کنندگان را شادمان می‌سازد"

قرآن زرد را رنگ شادی، خوشحالی و مسرت می‌داند.

نارنجی

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

رنگ نارنجی از ترکیب رنگهای قرمز و زرد حاصل می‌شود و نماد خوشحالی، تحریک ذهنی، جلب توجه، مقاومت در برابر خستگی، آزمایش و قضاوت و جدیت در کار است (فکری و همکاران، ۱۳۹۷؛ علیزاده و رجبی، ۱۳۹۸). این رنگ باعث تحریک سیستم تنفسی و در نتیجه ایجاد آرامش می‌شود (پورعابدی و همکاران، ۱۳۹۶). همچنین رنگ نارنجی تحریک‌کننده‌ی اشتها است، بنابراین در تزئین آشپزخانه‌ها و جذاب‌سازی محصولات غذایی از آن استفاده می‌شود (ستوده و صادقی، ۱۳۹۵). این رنگ توجه جوانان را به خود جلب می‌کند و در کاهش ترس‌ها (فوبیاها) نیز موثر است (حیدری و عبدالهی، ۱۳۹۸).

سبز

رنگ سبز از ترکیب رنگهای آبی و زرد ساخته شده است. این رنگ نماد طبیعت، گلزار، بهشت، بهار، قداست، اهل بیت، پول، پشتکار، جوانی، غرور، امید و تازگی است (خادمی و همکاران، ۱۳۹۶؛ علیزاده و رجبی، ۱۳۹۸). در پرچم‌های کشورهای اسلامی نیز رنگ سبز دیده می‌شود و در پرچم ایران نشانه‌ی اعتقاد به اسلام است (مظفری و همکاران، ۱۳۹۵). استفاده از رنگ سبز در بسته‌بندی مواد غذایی، دلالت بر تازگی محصول دارد (ستوده و صادقی، ۱۳۹۵). این رنگ یکی از بهترین رنگ‌ها برای محیطهای آموزشی است، زیرا چشم برای دیدن آن نیازی به تنظیم شبکیه ندارد و باعث افزایش تمرکز می‌شود (هادی سروری و همکاران،۱۳۹۸). رنگ سبز حس اطمینان و امنیت را القا می‌کند و نگاه کردن طولانی‌مدت به آن باعث خستگی چشم نمی‌شود (عباسی و همکاران، ۱۳۹۷). در قرآن کریم نیز آیات متعددی در مورد رنگ سبز آمده است (سوره الرحمن، آیه ۷۶؛ سوره الحج، آیه ۶۳).

.«مُتَّكِئِينَ عَلَى رَفْرَفٍ خُضْرٍ وَعَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ »(الرحمن،۷۶)

در حالتی که بهشتیان (با حور العین) بر رفرف سبز (وجد و عزّت) و بساط زیبا (فخر و دولت) تکیه زده‌اند.

أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَتُصْبِحُ الْأَرْضُ مُخْضَرَّةً إِنَّ اللَّهَ لَطِيفٌ خَبِيرٌ(حج،۶۳)

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

آیا ندیدی که خدا از آسمان آبی فرو بارد و زمین سبز و خرم گردد؟ این دلیل قدرت و رحمت آفریننده است.

و آیات فراوان دیگری در مورد رنگ سبز در قرآن ذکر شده است.

آبی

این رنگ،رنگ آسمان ،دریا،رنگ آرامش و آرامی،اعتماد،احترام ، وقار و متانت است. نگاه کردن به این رنگ حتی برای مدت طولانی باعث خستگی نمی شود این رنگ یکی از رنگ های بسیار محبوب و پر طرفدار در بین مردم است و معولا در بیمارستان ها که آرامش و اطمینان را برای بیمار به همراه دارد استفاده می شود . این رنگ مناسب اتاق های خواب،کلینیک های مشاوره و روانشناسی و در برخی از فروشگاه و شرکت ها بر روی نشان های آنها از این رنگ استفاده شده است که برای جلب اعتماد مشتریان می باشد . استفاده از این رنگ در صورت امتزاج آن با رنگ سفید برای محیط های آموزشی مناسب است.

بنفش

این رنگ از ترکیب رنگ های قرمز و آبی تشکیل شده است. رنگ حیات، شور و شوق است ازاین رنگ می توان در بهبود اختلالات عصبی و مشکلات مربوط به چشم،گوش وبینی استفاده کرد، خون را تصفیه و در ساخت گلبول های سفید کمک می کند و همچنین باعث تنظیم آب بدن و تعدیل ضربان قلب نیز می شود . حفظ تعادل سدیم و پتاسیم را سبب می شود . در محیط های آموزشی در صورتی که با رنگ سفید یا سبز ترکیب شود مناسب است در غیر این صورت برای محیط های آموزشی کاربرد ندارد زیرا قرار گرفتن در چنین محیطی باعث افسردگی شده که سیستم عصبی نمی تواند بار اضافی آن را تحمل کند(هادی سروری و همکاران،۱۳۹۸).

سفید

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

این رنگ،رنگ پاکی ،قداست،دوری از میکروب ها و ناپاکی ها،رنگ سلامتی،طهارت،صداقت و راست گویی،صلح

	قرمز	زرد	آبی	سبز	سفید
اندازه اشیاء را بزگتر نشان می دهند			✓	✓	✓
فاصله اشیاء نزدیک تر نشان می دهد	✓	✓			
دمای اشیاء را سردتر نشان می دهد			✓	✓	
سختی اشیاء را بیشتر نشان می دهد	✓	✓			
وزن اشیاء را سبک تر تر نشان می دهد			✓	✓	✓

و نجابت است. رنگ سفید در پرچم مقدس کشورمان به معنای نشان علاقمندی به صلح می باشد.درست است که این رنگ مظهر و سمبل قداست و پاکی است اما از آن جایی که قرار گرفتن به مدت طولانی در چنین محیطی تاثیرات نامطلوبی بر دانش آموز دارد. استفاده از این رنگ به طور گسترده در محیط های آموزشی نامطلوب است. وجود تخته های وایت برد که در سال های اخیر به کلاس های درس اضافه گردیده است در این امر بی تاثیر نیست. پیامبر اکرم«ص» در مورد این رنگ می فرمایید:

اِلبَسوا البَیاضَ ؛ فإنّهُ أطیَبُ و أطهَرُ ، و کَفِّنوا فیهِ مَوتاکُم .

لباس سفید بپوشید؛ زیرا جامه سفید نیکوتر و پاکیزه تر است. مردگان خود را نیز در پارچه سفید کفن کنید.

و در آیات قرآن کریم نیز آمده است یَوْمَ تَبْیَضُّ وُجُوهٌ (ال عمران ۱۰۶)

در روزی که گروهی سفید رو باشند.

وَأَمّا الّذِینَ ابْیَضّتْ وُجُوهُهُمْ فَفِی رَحْمَةِ اللّهِ هُمْ فِیهَا خَالِدُونَ(ال عمران ۱۰۷)

و اما روسفیدان در رحمت خدا (یعنی بهشت) درآیند و در آن جاوید متنعّم باشند.

همچنین امام علی (ع) در بیشتر اوقات لباس سفید می پوشیدند.

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

سیاه

این رنگ،رنگ کدورت،ظلمت و تاریکی ،بیماری ،سوگواری، غم و اندوه است. در زمان های قدیم این رنگ به شیطان و پلیدی ها نسب داده می شده است اما امروزه به این رنگ نگاه متفاوتی می شود. این رنگ سکون و بی حرکتی و ثبات را نشان می دهد. همچنین باعث کاهش فعالیت ها می شود و سستی و خمودی را ایجاد می کند. کاهش فعالیت های بدن و خواب را به همراه دارد. برای دانش آموزان ابتدایی مضر است همچنین برای افرادی که مشکل تغذیه دارند مناسب نیست زیرا باعث کاهش فعالیت بدن می شود، برای همین پوشیدن لباس هایی با رنگ سیاه، فقط در مواقع ضروری لازم است. مواجهه شدن دانش آموز با این رنگ سبب عدم دریافت و جذب صحیح مطالب خواهد شد.

در قرآن کریم نیز آیاتی در مورد این رنگ آمده است:

وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُم بِٱلْأُنثَىٰ ظَلَّ وَجْهُهُۥ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَظِيمٌ (نحل ۵۸)

و چون یکی از آنها را به فرزند دختری مژده آید (از شدت غم و حسرت) رخسارش سیاه شده و سخت دلتنگ و خشمگین می‌شود.

يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَتَسْوَدُّ وُجُوهٌ ۚ فَأَمَّا الَّذِينَ اسْوَدَّتْ وُجُوهُهُمْ أَكَفَرْتُم بَعْدَ إِيمَانِكُمْ فَذُوقُوا الْعَذَابَ بِمَا كُنتُمْ تَكْفُرُونَ (ال عمران ۱۰۶)

تاثیر رنگ ها بر دانش آموز

دکوراسیون رنگارنگ نه تنها باعث زیباتر شدن کلاس درس می‌شود بلکه می تواند تاثیرات فوق العاده ای برای دانش آموزان به همراه داشته باشد. هر رنگ با ویژگی هایی که دارد می تواند به روش های مختلفی دانش آموزان را تحت تاثیر قرار دهد برخی از رنگ ها باعث شادکامی و برخی دیگر باعث کسالت و برخی باعث تحریک حواس و حافظه می شود. رنگ علاوه بر این می توانند بر خلق و خوی دانش آموزان نیز تاثیر داشته

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

باشند. حواس دانش آموز را به خود جلب کند وباعث افزایش توجه دانش آموز به خود شود که این می تواند انگیزه تحصیلی دانش آموز را در محیطی که ویژگی های آن سلامت روان دانش آموز را تضمین می کند، باشد.

تاثیرات رنگ ها بر روح و روان انسان غیر قابل انکار است، از آن جایی که فضای فیزیکی محیط آموزشی یک فضای خشک و بی روح نیست، برای همین در تنظیم کلاس درس باید به رنگ و فضای محیط کلاس دقت کرد و نباید سلیقه های شخصی خود را در آن دخالت داد زیر اگر یک شخص ۴۰ ساله را در نظر بگیریم سلیقه او کاملا متفاوت با خلقیات دانش آموز دبستانی می باشد. رنگ ها بر روحیه و احساسات تاثیر می گذارند. وجود یک محیطی که در آن دانش آموز از نظر روحی و روانی در وضعیت خوبی قرار بگیرد و بتواند مطالب درسی را متوجه شود یعنی محیطی که باعث افزایش سلامت روانی در مقایسه با محیط های خارج از مدرسه باشد، وجود چنین محیط سبب افزایش انگیزه تحصیلی و علاقه به درس و مدرسه می‌شود . رنگ ها همچنین می تواند حفظ اطلاعات ،افزایش تمرکز،جلب توجه، مشارکت و ... را در کلاس درس افزایش دهند.

رنگ قرمز باعث افزایش شور و هیجان و فعالیت در دانش آموز می شود، رنگ نارنجی باعث افزایش تفکر انتقادی و جلب توجه دانش آموز می شود و همچنین یادسپاری اطلاعات را افزایش می دهد و بهتر است که یکی از دیوارها ی کلاس درس به این رنگ باشد،رنگ زرد یکی از رنگ های است که مانند رنگ نارنجی توجه دانش آموز را به خود جلب می کند و باعث شادی و شادکامی در دانش آموز می شود، برای همین بهتر است که دیواری که بر روی آن معلم آموزش می دهد به این رنگ باشد، رنگ سبز و آبی هر دوی این رنگ ها باعث ایجاد آرامش،امید و امیدواری در دانش آموز می شود، پس بهتر است که در کلاس درس برای تزئیین کلاس از این رنگ ها استفاده کرد و همچنین این رنگ ها به صورت ملایم برای محیط های اموزشی بسیار مناسب هستند.

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

تاثیرات رنگ ها در فضای آموزشی

با وجود اینکه رنگ ها تاثیرات متفاوتی روی انسان ها دارند که با توجه به خلق و خوی هر فرد، جنسیت، فرهنگ ها و کشورهای مختلف معانی مختلفی می توانند داشته باشند.فضاهای آموزشی یکی از مهم ترین مکان هایی هستند که دانش آموزان از آن تاثیر می پذیرند. زندگی انسان نیز از رنگ ها جدایی ناپذیر است هرچه سن کودکان کم تر باشد بیشتر جذب رنگ های شاد می شوند و با افزایش سن آن ها رنگ های روشن را بیشتر ترجیح می‌دهند. از آن جایی که کودکان عاشق رنگ ها هستند و به همین خاطر به نقاشی علاقه خاصی دارند و بنابراین در کلاس ها از رنگ ها با توجه به سن و علایق آنها استفاده کرد. در دوره ابتدایی برای کلاس‌های دخترانه از رنگ های صورتی و آبی و مدارس پسرانه رنگ ها آبی، سبز و زرد مناسب هستند.در مدارس باید با توجه به کارکرد مکان های مختلف از رنگها استفاده کرد مثلا رنگ کلاس‌ها باید متفاوت با رنگ کتابخانه،نمازخانه،دفتر و ... باشد.

امروزه رنگ ها در زندگی ما اهمیت فراوانی پیدا کرده اند، از این رو انتخاب رنگهای مناسب می تواند بر خلق و خوی دانش آموزان تاثیر داشته باشند.وجود فضایی که درآن حس امنیت و باعث آرامش روانی و به دور از کسالت و خستگی باشد طبعا باعث افزایش سلامت روانی کودکان می گردد.استفاده از رنگ سفید برای سقف کلاس ها و از رنگ آبی روشن برای دیوارها ،تخته سبز و امکانات آموزشی به رنگ های مات پیشنهاد می شود. برخی از صاحب نظران رنگ(سلیمی،۱۳۷۷)رنگ آمیزی داخلی کلاس ها را به رنگ کرمی بهتر دانسته است چون این رنگ هم دارای رنگ زرد که مظهر روشنایی و دانش می باشد و هم یکی از رنگ های سفید که نماد تعادل است.

برخی دیگر رنگهای مات را پیشنهاد داده‌اند تا از انعکاس نور جلوگیری کنند. رنگ خاکستری از جمله رنگ های مات ، بی حس ، مرده و بی حرکت است که داشن آموز نسبت به آن هیچ گونه واکنشی نشان نمی دهد

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

اما در ایران از جمله رنگ هایی که در کلاس استفاده شده است که به دلیل چرک تاب بودن آن است و هزینه های کمتری برای آن مصرف می شود.

رنگ های سفید و قهوه ایی باعث کاهش بهره هوشی و رنگ های سبز،آبی ،زرد و نارنجی بهره هوشی و حفظ اطلاعات را در دانش آموز افزایش می دهد.

مواردی برای انتخاب رنگ ها

رنگها از جهات مختلف تاثیرات متفاوتی دارند:

۱- رنگ های گرم مانند رنگ قرمز و زرد در صورتی که فرد با این رنگ ها برخورد کند به درجاتی احساس گرمی می کند.اما رنگ های آبی و سبز که از جمله رنگ های سرد هستند که شخص در برخورد با آن ها به مراتبی احساس سردی می کند.

۲- اندازه: رنگ های قرمز و نارنجی در صورتی که در یک اتاق به کار روند می توانند آن را کوچک نمایان کنند در صورتی که رنگ های آبی و سبز مکان را بزرگتر و جا دارتر نمایان می سازند.

۳-فاصله : رنگ های قرمز و نارنجی فاصله اجسام و اشیا را نزدیک به نظر می رسانند که مناسب استفاده در راهروهای مدارس و پله ها می باشد.رنگ های آبی و سبز اشیا و اجسام را دور و با فاصله نمایان می سازند.

۴- با توجه به رنگها می‌توان مکان های مختلف را از یکدیگر متمایز و جدا ساخت مثلا دفتر و رنگ درب کلاس درس حتما با رنگ تیره‌تر باشد که افزایش احترام از طرف دانش آموز را ایجاد می کند و آن را از بقیه‌ی قسمت های کلاس جدا کند.

۵- رنگها می توانند باعث افزایش یا کاهش روشنایی یک مکان شوند مثلا استفاده از رنگ های تیره‌تر یک فضا را تاریک و بلعکس استفاده از رنگ های روشن یک فضا را می توان روشن کرد.

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

۶- در تابلوهای راهنمایی و رانندگی تابلوهای نئون استفاده از زمینه‌ی سیاه و نوشته های سبز باعث خطای دیداری می شود که همه اینها از جمله تاثیرات و استفاده از رنگها می باشد.

چند نکته پیشنهادی در رنگ آمیزی محیط های آموزشی

۱- قرمز: از رنگ قرمز در رنگ آمیزی کلاس درس استفاده نشود چون باعث تحرک،عصبانیت ،آشفتگی و بد خلقی دانش آموز می‌شود که از جمله موارد تاثیرات این رنگ است.

۲- نارنجی: از جمله رنگهای گرم محسوب می شود که باعث افزایش قدرت حفظ مطالب در دانش آموز باعث می شود و پیشنهاد می شود که دیواری که معلم بیشتر کنار آن مانور می دهد از این رنگ استفاده شود.

۳- سبز و آبی: از جمله رنگ های سرد محسوب می شوند و باعث حس آرامش و اعتماد به نفس،ایجاد موقعیت دوستانه و امنیت را در دانش آموز سبب می شوند که این رنگها در صورتی که با رنگ سفید همراه باشند بسیار مناسب مکان های آموزشی می‌باشند. در صورتی که بتوان از تخته سبز رنگ در کلاس استفاده کرد بسیار مطلوب است.

۴-رنگ زرد: این رنگ یکی از رنگ هایی است که باعث جلب توجه می شود و خوشحالی ،شادی و شادکامی دانش آموز را سبب می شود، استفاده از این رنگ برای یکی از دیوارهای محیط کلاس بسیار مناسب است.

۵- سفید: این رنگ که به رنگ پاکی و تمییزی نیز معروف است و باعث ایجاد حس اعتماد به نفس می شود که برای سقف کلاس‌ها بسیار پیشنهاد می‌شود اما از آن جایی که این رنگ قابلیت انعکاس و درخشندگی دارد از رنگ آمیزی دیوارها به این رنگ خوداری شود.

۶-رنگ قهوه ای: استفاده از این رنگ و رنگ های تیره برای کف ،درب کلاس ها و دفتر بسیار مناسب بوده و باعث جلب احترام دانش آموزان می شود.

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

۷-رنگ های مات: استفاده از این رنگ ها برای میز،صندلی ، نیمکت کلاس‌ها و لوازم و وسایل کمک آموزشی بسیار مطلوب است.

نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی میزان تأثیرگذاری رنگها بر سلامت روانی و ارتقای انگیزه تحصیلی دانش آموزان دبستانی انجام گرفت. نتایج این مطالعه نشان داد که رنگها نقش مهمی در زندگی انسان ایفا می‌کنند و می‌توانند تأثیرات چشمگیری بر حالات روانی، احساسات، رفتار و عملکرد افراد داشته باشند.

رنگهای گرم مانند قرمز و نارنجی می‌توانند باعث تحریک سیستم عصبی و ترشح هورمون‌هایی مانند آدرنالین می‌شوند که موجب افزایش ضربان قلب، فشار خون و تحریک‌پذیری می‌گردند. بنابراین، استفاده از این رنگها در محیط‌های آموزشی ممکن است دانش آموزان را آشفته، پرتحرک و کم‌تمرکز کند. با این حال، حضور کنترل‌شده این رنگها می‌تواند انگیزه و نشاط را در دانش آموزان تقویت کند.

از طرف دیگر، رنگهای سرد و آرامش‌بخش مانند آبی و سبز می‌توانند موجب کاهش استرس، افزایش تمرکز و ایجاد آرامش روانی شوند. استفاده از این رنگها در کلاس درس می‌تواند فضایی مطلوب برای یادگیری ایجاد کند و انگیزه تحصیلی دانش آموزان را ارتقا بخشد. علاوه بر این، رنگ سبز به‌عنوان نماد طبیعت و امید، می‌تواند حس مثبت و خوشایندی را در دانش آموزان ایجاد کند.

رنگ زرد نیز با نشاط‌آوری و تحریک فعالیت‌های ذهنی مرتبط است. حضور متعادل این رنگ در محیط آموزشی می‌تواند باعث تحریک قوای ذهنی و ارتقای تمرکز دانش آموزان شود. با این حال، استفاده بیش از حد از رنگ زرد می‌تواند موجب پراکندگی حواس و آزردگی شود.

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

در مجموع، نتایج این پژوهش حاکی از آن است که انتخاب و ترکیب مناسب رنگها در محیط آموزشی، می‌تواند تأثیر مثبتی بر سلامت روانی، عملکرد شناختی و انگیزه تحصیلی دانش آموزان دبستانی داشته باشد. لذا، ضروری است در طراحی و معماری مدارس، توجه ویژه‌ای به انتخاب رنگهای مناسب و ترکیب هارمونیک آنها صورت گیرد تا بستر مطلوبی برای یادگیری و پرورش استعدادهای دانش آموزان فراهم شود.

منابع

اکبر حافظی ، (۱۳۹۶)، مقاله مدیریت رنگ و نور برای فضای آموزشی.

پورعابدی، س.، حیدری، م.، و ولی زاده، ن. (۱۳۹۶). بررسی تاثیر رنگ بر روی رفتار مصرف کننده. نشریه پژوهش‌های نوین در مدیریت و حسابداری، ۳(۱)، ۱۷-۳۱.

حیدری، ع.، و عبدالهی، ب. (۱۳۹۸). تاثیر رنگ بر روی احساسات و رفتار مصرف کنندگان. فصلنامه مطالعات رفتار مصرف کننده، ۶(۱)، ۷۱-۸۶.

ستوده، س.، و صادقی، م. (۱۳۹۵). تاثیر رنگ‌های بسته‌بندی بر ادراک کیفیت محصول و قصد خرید مصرف‌کنندگان. فصلنامه مطالعات رفتار مصرف کننده، ۳(۲)، ۴۱-۵۷.

سیف،ع،(۱۳۸۲) ، روانشناسی پرورشی نوین ف روانشناسی یادگیری و آموزش، تهران: نشر دوران.

عباسی، م.، اکبری، م.، و شریفی، س. (۱۳۹۷). تاثیر رنگ بر عملکرد شناختی دانش‌آموزان. فصلنامه روانشناسی تربیتی، ۱۴(۴۶)، ۸۹-۱۰۸.

علی کوهی نژاد ، احسان علی پور، (۱۳۹۶)، تاثیر رنگ فضای آموزشی در میزان یادگیری دانش آموزان.

علیزاده، م.، و رجبی، ف. (۱۳۹۸). تاثیر رنگ در فضاهای آموزشی. فصلنامه پژوهش‌های معماری اسلامی، ۷(۲)، ۳۱-۴۳.

فکری، ز.، مرادی، س.، و شریعت زاده، م. (۱۳۹۷). تاثیر رنگ‌های محیطی بر عملکرد شناختی کارکنان. فصلنامه روانشناسی کاربردی، ۱۱(۴)، ۵۲۱-۵۳۸

لادن تاج الدینی، دکتر احمد میرزا کوچک خوشنویس ، محمد ایرانمنش، (۱۳۹۹)، بررسی تاثیر رنگ کلاس درس بر سلامت روان دانش آموزان.

مسیب استوار ، (۱۳۶۳)، کتاب رنگ ، تهران، انتشارات راز نامه ،(۱۳۹۱).

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

هادی سروری ، فریبا ثنائی فر، عصمت فرهادی، فاطمه امیری گلشن، تاثیر رنگ اجزای کلاس بر افزایش انگیزه تحصیلی دانش آموزان.

هیمن زارعی، سید حسین شجاعی، حامد امانی، (۱۴۰۰)، رنگ و تاثیر آن بر عملکردهای روانشناختی افراد: یک مقاله مروری سیستماتیک .

Elliot, A. J., & Maier, M. A. (2014). Color psychology: Effects of perceiving color on psychological functioning in humans. Annual Review of Psychology, 65, 95-120. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115035

Gaines, K. S., & Curry, Z. D. (2011). The inclusive classroom: The effects of color on learning and behavior. Journal of Family & Consumer Sciences Education, 29(1), 46-57.

Gatta, C., Gilli, M., Tinè, M., & Tombari, E. (2014). Analytical investigation on pure hue for the natural dye process from flavonoids. Coloration Technology, 130(1), 71-79. https://doi.org/10.1111/cote.12069

Kin, K., Agrawala, M., & DeRose, T. (2012). Determining the benefits of direct-touch, bimanual, and multifinger input on a multitouch workstation. In Proceedings of Graphics Interface 2012 (pp. 119-124). Canadian Information Processing Society.

Shahshahani, S. (2006). Symbolic meaning of colours: Universal, cultural or contextual? Journal of Qualitative Research, 6(2), 27-39.

Sinha, P. (2018). Colors and their meanings: A study of their importance and implications. International Journal of Applied Humanities, 3(1), 1-8.

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]

[Downloaded from jcsjs.ir on 2026-11-16]