



### تاثیر معماری داخلی اتاق کودک در رشد هوش هیجانی

مهسا ریاحی

کارشناسی ارشد معماری دانشگاه غیر انتفاعی پیام گلیپانگان  
m.mahsariahi@gmail.com

نیما صادق زاده دیمان

پژوهشگر دکتری شهرسازی، گروه دانشکده معماری، دانشگاه غیر انتفاعی پیام گلیپانگان  
n.sadeghzadeh@ut.ac.ir

#### چکیده

طراحی داخلی اتاق کودک از جمله عوامل موثر در رشد هوش هیجانی می باشد. در این مقاله سعی شده با روشی مروری\_تحلیلی، نخست نگاهی تحلیلی به موضوع روانشناسی محیطی، بخصوص ادراک کودک از محیط داشته باشیم و همچنین با مروری بر مفاهیم و تعاریف هوش هیجانی در کودکان به بررسی عوامل موثر بر آن بپردازیم و سپس با ارائه راهکارهایی در محیط فیزیکی اتاق موجبات تقویت هوش هیجانی در کودک را فراهم آوریم. هوش هیجانی به دلیل کاربردهایی که دارد، از جایگاهی ویژه، بخصوص در مورد کودکان برخوردار است. هوش هیجانی به کودکان کمک می کند تا در موقعیت های تهدید کننده و خطرناک، واکنش مناسب تری برای نجات خود انجام دهند. همچنین با کمک هوش هیجانی می توانند به ریشه های غم و شادی در خود پی ببرند و آن را مدیریت کنند. هوش هیجانی بالاتر به کودکان کمک می کند تا نیازهای دیگران را درک کنند و با همدلی به آنها کمک کنند و با کنترل بر احساسات خود، حس مسئولیت پذیری را در خود تقویت نمایند. در مجموع هوش هیجانی به خصوص به کودکان ما کمک می کند تا یادگیری بهتری داشته باشند و خوشحال تر، سالم تر و موفق تر از دیگران باشند و با توجه به تاثیر غیر قابل چشم پوشی فضای فیزیکی اطراف، قسمتی از مسئولیت پرورش این هوش بر دوش معماران می باشد.

لغات کلیدی: هوش هیجانی، روانشناسی محیطی، اتاق کودک، طراحی داخلی

### مقدمه

یکی از سرمایه های اجتماعی هر جامعه کودکان آن جامعه می باشند که ارزشمند و سازنده برای تحول آینده جامعه هستند (Göteborgs Stad, ۲۰۱۷, p ۱۲). دوران کودکی زمان شکل گیری شخصیت و ایجاد عادات مختلف و پیشگیری از بروز مشکلات است. (Moafian, 2009) توجه به مسائل و مشکلات کودکان باعث پیشرفت و ترقی جامعه می شود (Elias, 2003) و غفلت در رفع مشکلات آنان، خسارات جبران ناپذیری به بار می آورد. از این رو، سرمایه گذاری و برنامه ریزی در فراهم آوردن محیطی امن و مناسب از حساس ترین وظایف والدین و طراحان معماری است و باید از اولویت ویژه ای برخوردار باشد. (Elias, 2006) بنابراین فراهم کردن شرایط، از جمله محیط مناسب، بسیار حائز اهمیت است و همانطور که می دانیم، معماری به عنوان رشته ای که کیفیت فضایی و محیط را برای ما تعریف می کند (Contin, A, 2021) قادر است با برخورداری صحیح با موضوع و با در نظر گرفتن شرایط استفاده کنندگان به ایده ای صحیح دست یابد و آن را در قالب طراحی مناسب اجرا کند.

معمار بعد از پدر و مادر، اولین مربی کودک است و معماران ما دعوت شده اند تا شرایط فضایی را پیشنهاد دهند (Sana, 2021)، زیرا تعلیم و تربیت معماران از طریق اشکال ساخته شده بدست او، که محیط اطراف کودک را تشکیل می دهند و این است که این مربیان بر آن تأکید دارند (Murray, H, 2021). بنابراین معماری از طریق فضاهایی که بوجود می آورد، به نوعی در تربیت افراد بسیار موثر است و بار این مسئولیت به دلیل حساسیت و تاثیر پذیری کودکان، در طراحی فضاهای مربوط به آنها بیشتر است (مختاری، ۱۳۸۷). با نگرشی خاص و معطوف به کودکان در حوزه معماری آن بخش از رسالت تربیتی کودکان که به محیط مربوط می شود بر دوش معماران و طراحانی است، که به نحوی با محیط های مربوط به کودکان درگیرند. طبق بررسی و مطالعات صورت گرفته رنگ، فرم و فضا در معماری داخلی از جمله عوامل موثر در بهبود رفتار و هوش کودک می باشند (بهزاد، ۱۳۹۰). تئوری هوش های چندگانه هوارد گاردنر به این موضوع اشاره دارد که همه ی موجودات زنده دارای هشت نوع هوش می باشند: ۱-زبانی ۲- منطقی-ریاضی ۳- موسیقایی ۴- بدنی-فیزیکی ۵- فضایی ۶- طبیعی ۷- میان فردی ۸- درون فردی (هرتزرگر، ۱۳۸۸).

۲

نام اندیشمند	ابعاد هوش	مؤلفه	شاخص
هوارد گاردنر	هوش کلامی	زبانی	مکالمه کردن، سخن گفتن، حرف زدن، بچ کردن، گوش کردن به اخبار
	هوش عددی	منطقی-ریاضی	حل معادلات، محاسبات جمع و تفریق و برقراری ارتباط بین اطلاعات مختلف از جزء به کل و بلعکس
	هوش موسیقی	موسیقایی	تشخیص احساس افراد از زیر و بم صدای آنها، تصور یک موسیقی برای هر قسمت از زندگی روزمره
	هوش اندامی	بدنی-فیزیکی	ورزش، فعالیت بدنی، دویدن، شنا کردن، بازی کردن فوتبال
	هوش فضایی	هوش سه بعدی	خلاقیت ساخت پازل، حس جهت یابی خوب
	هوش طبیعی	طبیعی	توانایی درک و ارتباط حسی با طبیعت و لذت از آن، داشتن گلدان یا نگهداری از حیوان در

خانه			
درک کردن خود و شناخت خود و تعیین اهداف زندگی بر مبنای شناخت خود به شکلی خوب و مناسب	درون فردی	هوش اجتماعی	
همدلی کردن، برقراری ارتباطات شفاف، فهم احساسات افراد دیگر، توانایی برقراری ارتباط حسی با کسان دیگر	میان فردی	هوش فردی	

ماخذ: نگارنده

توانمندی‌های هوشی و عقلانی فرد کمابیش ثابت باقی خواهند ماند اما هوش هیجانی می‌تواند فراگرفته شود و بهبود یابد (کلرک و روکس ۱۳۹۰). هوش میان فردی یا همان هوش عاطفی، هوش احساسی یا هوش هیجانی (که ضریب آن با EQ نشان داده می‌شود) شامل شناخت و کنترل عواطف و هیجان‌های خود است. گلمن هوش هیجانی را استعداد، مهارت و یا قابلیت دانست که عمیقاً تمامی توانایی‌های فردی را تحت الشعاع قرار می‌دهد (ویکی‌پدیا، هوش هیجانی). ارسطو می‌گوید: "عصبانی شدن آسان است، همه می‌توانند عصبانی شوند، اما عصبانی شدن در برابر شخص مناسب، به میزان مناسب، در زمان مناسب، به دلیل مناسب و به روش مناسب، آسان نیست!" (گلمن، ۱۳۸۹)

۳

### هوش هیجانی

کاربردی‌ترین تعریف را سازمان جهانی معروف به، شش ثانیه، ارائه می‌دهد که می‌گوید هوش هیجانی انتخاب آگاهانه‌ی اندیشه‌ها، احساسات و اعمال است تا در رابطه با خودتان و دیگران به بهترین نتایج برسید (فریدمن و جنسین ۱۹۸۸). اصطلاح هوش عاطفی برای اولین بار در دهه ۱۹۹۰ توسط دو روان‌شناس به نام‌های جان مایر و پیتر سالووی مطرح شد. آنان اظهار داشتند، کسانی که از هوش هیجانی برخوردارند، می‌توانند عواطف خود و دیگران را کنترل کرده، بین پیامدهای مثبت و منفی عواطف تمایز گذارند و از اطلاعات عاطفی برای راهنمایی فرایند تفکر و اقدامات شخصی استفاده کنند. دانیل گلمن صاحب نظر علوم رفتاری و نویسنده کتاب «کار کردن به وسیله هوش هیجانی» اولین کسی بود که این مفهوم را وارد عرصه سازمان نمود (برادبری، ۱۳۸۴).

دانیل گلمن معتقد است، هوش عاطفی بالا تئوری نمی‌کند که چرا افرادی با ضریب هوشی (IQ) متوسط موفق‌تر از کسانی هستند که نمره‌های IQ بسیار بالاتری دارند. ضریب هوشی (IQ) نمی‌تواند بخوبی از عهده توضیح سرنوشت متفاوت افرادی بر آید که فرصت‌ها، شرایط تحصیلی و چشم اندازه‌های مشابهی دارند. وقتی نودوپنج دانشجوی دانشگاه هاروارد را در دهه ۱۹۴۰ یعنی دورانی که دانشجویان دانشگاه‌های شرق آمریکا را افرادی با هوش بهره‌ای متنوع‌تر از امروز تشکیل می‌دادند، تا سنین میان‌ساله مورد بررسی قرار دادند، چنین دیدند که افرادی که بالاترین نمره‌های تحصیلی را داشتند از نظر میزان حقوق دریافتی، بهره‌وری و موفقیت شغلی از هم‌دوره‌های ضعیف‌تر خود موفق‌تر نبودند. آنان حتی از نظر میزان رضایت از زندگی شخصی یا رضایت از روابط دوستانه، خانوادگی و عشقی نیز وضعیتی برتر نداشتند (گلمن، ۱۳۸۹).

در مدل گلمن به طور خلاصه پنج حوزه‌ی اساسی هوش هیجانی مورد بررسی قرار گرفته بود: ۱. شناخت هیجان‌ها و احساسات خود، خودآگاهی ۲. مدیریت هیجان‌ها و احساسات خود، خود مدیریتی ۳. خودانگیزی ۴. تشخیص و درک هیجان‌ها و احساسات دیگران، دیگرآگاهی ۵. مدیریت رابطه با دیگران، دیگر مدیریتی. مدل گلمن که امروزه به طور وسیعی به رسمیت شناخته شده است، به این معنا نیست که وقتی کسی دارای هوش عقلی یا ضریب هوشی (IQ) بالایی باشد، لزوماً دارای هوش هیجانی بالا نیز هست. هوشمند بودن یک امتیاز است که البته تضمینی برای موفقیت در زندگی و روابط بین فردی و اجتماعی نخواهد بود (کارتر، ۱۳۹۳).

پژوهش‌های جاری تأکید می‌کنند که موفقیت تا حدود ۸۰-۷۰ درصد مبتنی بر هوش هیجانی است. حتی نتایج آماری به‌دست آمده از آزمون‌های موفقیت (STA) و نمرات بهره هوشی (IQ) هم‌راستای با هوش هیجانی می‌باشد (فریدمن و جنسین ۱۹۸۸). الیاس آرنولد و هوسی دریافتند که بدون در نظر گرفتن هوش هیجانی نمیتوان کودکان را برای موفقیت در تحصیلات و زندگی واقعی آماده کنند. آن‌ها بر این باورند که هوش هیجانی حلقه‌ی مفقوده در اصلاحات واقعی تعلیم و تربیت و آماده سازی دانش آموزان برای موفقیت تحصیلی و زندگی واقعی است (الیاس آرنولد و هوسی ۲۰۰۳).

بستر رشد می‌تواند «درونی» و یا «بیرونی» باشد، مطالعه مباحث روانشناسی رشد کودک، نشان می‌دهد که بستر رشد بیرونی (عوامل محیطی و اجتماعی) بیش از بستر درونی (عوامل شخصیتی و وراثتی کودک) ایفای نقش می‌کند، زیرا بستر درونی کودک نیز تا حدود زیادی تحت تاثیر عوامل بیرونی شکل می‌گیرد (عظیمی‌یزدی، ۱۳۸۸). پس می‌بایست زمان، فضا و مواد لازم را برای کودکان فراهم کنیم تا چالش‌های هیجانی را کشف کنند (بهمن و مبینی به نقل از دتور و کلیه‌ری ۱۹۹۸).

### روانشناسی محیط

روانشناسی محیط را می‌توان، روانشناسی انسان و محیط پیرامونش دانست. تاکنون تعاریف متنوع از این رشته توسط پژوهشگران شده است. به طور کلی، در روانشناسی محیطی تأکید همواره بر این بوده است که چگونه رفتار، احساسات و حس تندرستی انسان تحت تاثیر محیط فیزیکی قرار می‌گیرد. (مکاندرو، ۱۳۸۷) محیط مجموعه‌ای از عوامل روانی: تعاملات، عوامل اجتماعی و اقتصادی، فرهنگی و عوامل فیزیکی از جمله: فضا، سروصدا، هوا، رنگ و روشنایی می‌باشد. (بهزاد؛ به نقل از آتا، دنیز و اکمان ۲۰۱۲)

مفاهیمی که در ذهن بشر نقش می‌بند، بستگی به ادراک او از جهان دارد (پیاژه، ۱۳۸۸). انسان‌ها و محیط پیرامونشان در تاثیرگذاری و تاثیرپذیری متقابل اند. کودکان به سبب محدودیتهای جسمی و روانی خود در قیاس با بزرگسالان تاثیرپذیری بیشتر و عمیقتری از محیط داشته و در عوض تاثیرگذاری کمتری بر محیط دارند و به این ترتیب نیز بیش از بزرگسالان اجباراً تابع شرایط محیطی اند (کاکرودی، ۱۳۹۱).

### ادراک کودک از فضا

جهان طفل خردسال شامل یک رشته تائرات حسی غیرهمه‌انگ است که در هیچ چهار چوب زمانی و مکانی با یکدیگر ارتباطی ندارند. یکی از نتایج این عدم هماهنگی بین تائرات حسی آن است که طفل آنچنان رفتار میکند که گویی میتواند اشیاء را با آوردن به درون حوزه خود یا با بیرون راندن آنها از تجربه خویش، خلق یا نابود سازد. در خلال دوره طفولیت، کودک به اشیاء وجود دائمی میبخشد و این ثبات و پایداری در مورد اشیائی که خارج از حیطه تجربه او هستند، تحقق پیدا میکند. بعلاوه وی مفاهیم کلی و مقدماتی فضا، زمان و علیت را در ذهن خویش بنا می‌نهد (کول ۱۳۷۴). درک یک کودک از فضا با درک ما متفاوت است. او تمام تصویرها را بر حسب هوش لحظه‌ای و تخلیص درک می‌کند (مختاری، ۱۳۸۷).

کودک برای هر چیز و هر کس که برایش جالب باشد، در فضا جا تعیین میکند و از این که در جایشان باشند خوشحال میشود. این امر حساسیت به نظم نیست. بلکه نشانگر آن است که کودک باطناً فضای خود را با تعیین جای مشخص برای اشیا که مثل نقطه نشانه دار هستند میسازند (مختاری، ۱۳۸۷).

### تقویت هوش هیجانی در کودکان

احساسات از طریق اطلاعاتی که از حواس پنج‌گانه کسب شده گرفته می‌شود. تفسیر این اطلاعات خیلی سریع و در یک چشم به هم زدن رخ می‌دهد. (کلرک و روکس، ۱۳۹۰) اجازه دهید که کودکان لمس کنند، گوش فرادهند، ببینند و نگاه کنند، گرمای آفتاب را حس کنند یا اشیاء سرد، خیس، نرم را لمس نمایند، گل‌ها و غذاها را ببینند و صداها را از یکدیگر تشخیص دهند (همان).

جانانان کوهن در سال ۱۹۹۹ در کتابش تحت عنوان آموزش ذهن‌ها و قلب‌ها به‌طور قوی تأکید دارد که: تقریباً همه‌ی یادگیری‌ها در بافتی از روابط رخ می‌دهند. (بهمن و مفیئی، ۱۳۹۲) زمان‌ها و مکان‌های ویژه‌ای وجود دارند که این فرایندهای ارتباطی را در کودکان افزایش می‌دهند. مثلاً در زمان خواب یا در تاریکی. بنابراین زمان و مکان را به دقت انتخاب کنید (کلرک و روکس، ۱۳۹۰). رابین شارما در کتابش تحت عنوان راهبی که فراری خودش را فروخت گفت: اگر شما می‌خواهید زندگی معنادارتر و آرام‌تری داشته باشید باید تفکرات آرام‌تر و معنادارتری داشته‌باشید. (بهمن و مفیئی، ۱۳۹۲) کودک می‌تواند این کار را از طریق تمرکز عمیق، یوگا، دعا یا تنفس عمیق انجام دهد. بسیار مفید است که چند دقیقه به‌دور از تمام هیایوها و در سکوت کامل قرار بگیرد و در یک مکان زیبا و تمیز بنشیند، حتی اگر این امکان در ذهن او باشد. (همان) همچنین گیاهان به کودک اکسیژن می‌دهند، رنگ‌ها در طبیعت و صدای آب به کودکان آرامش می‌دهد (کلرک و روکس، ۱۳۹۰). بعلاوه، هر کودک باید آهنگ مورد علاقه خود را در ذهن داشته باشد تا در موقعیت‌های مختلف با خود بخواند. بخاطر داشته باشید که موسیقی انرژی می‌بخشد (همان).

اگر به کودک یاد دهیم عادت کند سؤالاتی از خودش بپرسد، مشاهده‌ی احساسات و واکنش‌هایش در موقعیت‌های مختلف می‌تواند خودآگاهی‌اش را افزایش دهد. وقتی که این اساس و بنیان شکل گرفت آنگاه بسیاری از مهارت‌های دیگر به آسانی در جایگاه خودشان قرار خواهند گرفت (بهمن و مفیئی، ۱۳۹۲).

خودآگاهی از طریق دفتر یادداشت روزانه نیز روشی جالب برای بیان هیجانات است. از طریق یادداشت وقایع روزانه مهارت استفاده از سواد هیجانی به دست می‌آید. سواد هیجانی توانایی درک، بیان و شناخت هیجانات است. گاهی ما از احساساتمان آگاه نیستیم و در حالی که آن‌ها بر ما تأثیر می‌گذارند. با تشویق کودکان به نوشتن یادداشت روزانه این خودآگاهی ایجاد خواهد شد (بهمن و مفیئی، ۱۳۹۲). این فعالیت می‌تواند از طریق ترسیم خط زندگی انجام پذیرد، به این منظور کودک یک خط طولانی از زندگی خود بکشد و تمامی وقایع مهم در زندگیش را بنویسد. او می‌تواند برای مواقع گوناگون عکس بچسباند یا تاریخ‌هایی به شکل گوناگون رنگ‌آمیزی کند. همچنین او می‌تواند صفحه را با اندازه بزرگ‌حتی در اندازه پوستر) مورد استفاده قرار دهد (کلرک و روکس، ۱۳۹۰). در این تابلو می‌تواند یک عکس از اعضای خانواده و یا دانش‌آموزان کلاس قرار داده شود به گونه‌ای که افراد در عکس چهره‌های خندان داشته باشند (همان).

دماسنج احساسات نیز وسیله‌ای خلاقانه در جهت تقویت هوش هیجانی می‌باشد، که کودکان می‌توانند برای اندازه‌گیری دما یا حرارت هیجاناتشان از آن استفاده کنند. این طرح شبیه یک دماسنج معمولی است اما کاربرد آن برای کودکان راحت است. مقیاس این دماسنج از یک تا ده علامت‌گذاری شده است. عدد یک نشانگر احساسات خفیف است درحالی که ده احساسات بسیار قوی را نشان می‌دهد و هر عددی شامل چهار حالت شادی، غم، خشم و قسمت سفید برای نشان دادن

احساسات دیگری که کودک مایل به ابراز آن است، می‌باشد. کودک می‌تواند موضوعی مانند «امروز احساسم چگونه است؟» یا «دماسنج احساساتم»، چهره‌های مختلف و یا اسم خود را همراه با رنگ‌آمیزی بالا یا پایین آن درج نماید، این کار احساس مالکیت او را از ابزار بالا می‌برد.

از دماسنج احساسات را برای اندازه‌گیری احساسات کودک و نیز رشد خواگاهی او استفاده می‌شود. برای مثال ممکن است پدر یا مادر نگران کودک باشد که به نظر می‌رسد مشغولیت ذهنی دارد. ممکن است متوجه شود که کودک همانند گذشته خوشحال و فعال نیست. دماسنج احساسات می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد که به کودک کمک کند تا به چیزی که احساس می‌کند، بیاندهد که چگونه احساس می‌کند و با انتخاب کردن صورتی که معرف آن احساس است اسمش یا جمله‌ای برای آن بیان کند. گام بعدی این خواهد بود که به کودک کمک می‌کند که هیجانات و اندیشه‌هایش را بیان کند و به او کمک می‌کند که یاد بگیرد که هیجانات ناخوشایند یا دردناک خود را کنترل کند. (بهمن و مبینی، ۱۳۹۲)

به کودکان اجازه داده شود که بر اساس علایق و مهارت‌های خود رنگ‌ها را ترکیب کنند. (کلرک و روکس، ۱۳۹۰) چهره‌هایی با احساسات متفاوت بکشند و در مورد آنها توضیح دهند. حتی چهره‌های دوستان و خانواده چهره‌های دوستان و اعضای خانواده خود را بکشند و نشان دهند که در بیشتر مواقع چهره آنها چه حالتی دارد؟ همچنین به منظور تخلیه استرس و تنش آنها را تشویق کنید با گل رس یا توپ‌های پلاستیکی محکم، بازی کنند. و با گل، چهره‌هایی، بسازند و هیجانات مختلف را همچون ترس، نگرانی و هیجان زدگی را نشان دهند. (همان)

۶

بمنظور خودشناسی پیشنهاد دهید که کودک در برابر آینه قرار گیرد و تلاش کند خود را شبیه فردی نماید که احساس غمگینی، شادی، عصبانیت و غیره می‌کند (همان). همچنین از آنها بخواهید بیان کنند زمانی که خود را در آینه نگاه می‌کنند به چه فکر می‌کنند؟ صادقانه همانگونه که خود را می‌نگریند بنویسند. چه چیزی می‌تواند تغییر یابد؟ چه چیزی دارند که ان را بپذیرند؟ (همان)

کتاب درمانی روش دیگریست که با استفاده از کتاب‌ها به افراد کمک می‌کنند تا مشکلات را حل کنند و ابزار جالبی برای رشد هوش هیجانی می‌باشد. خواندن یک ابزار درمانی است که ما را قادر می‌سازد تا آرامش داشته باشیم، با شخصیت‌های کتاب همدلی کنیم، و نقش‌هایی را بپذیریم که هیچ‌گاه در زندگی واقعی نداشتیم. ما غالباً کتابی را می‌خوانیم و تمام می‌کنیم و از آن، دیدگاه‌ها و اندیشه‌های جدیدی را فرا می‌گیریم. با این کار می‌توانیم به کودک کمک کنیم تا بر آشفتگی‌های هیجانی و عاطفی که در ارتباط با مشکلات واقعی زندگی دارند غلبه کنند، شخصیت‌شان را بشناسند و بصیرت پیدا کنند تا این که درباره‌ی خودشان بیش‌تر بدانند و از پاسخ‌شان به حوادث و رویدادها بیش‌تر آگاه شوند. این خودآگاهی می‌تواند موجب کاهش نگرانی، ناامیدی، انزوای کودکان زیادی که مشکلات اجتماعی، هیجانی را تجربه کرده‌اند باشد (بهمن و مبینی، ۱۳۹۲).

کتاب درمانی از مدت‌ها قبل در یونان باستان شروع شد، در آنجا که آن‌ها داستان‌ها را برای افرادی که از لحاظ روانی بیمارگونه بودند استفاده می‌کردند (بهمن و مبینی؛ به نقل از Staley و Stroud، ۱۹۹۹). جی.او. در ایرلند در سال ۱۹۳۰ نخستین فردی بود که ادبیات را به عنوان راهی برای حل کردن و فائق آمدن بر مشکلات و کم کردن تلاطم و بی‌قراری هیجانی کودکان پیشنهاد کرد. (بهمن و مبینی؛ به نقل از Ouzts، ۱۹۹۱) در واقع پاردک (۱۹۹۴) توضیح می‌دهد که چگونه مشاوران طی سال‌های دهی ۹۰ ادبیات را تجویز می‌کردند که بعد از آن کتابداران شروع به جمع‌آوری نسخه‌های ادبیات کردند که این کار توانست به کودکان کمک کند که دیدگاه‌ها، هیجانات و رفتارهایشان را سازگار نمایند. هرچه کودکان بتوانند با شخصیت‌های کتاب یا طرح داستان بیش‌تر ارتباط برقرار کنند به همان اندازه ارتباط هیجانی را قوی‌تر تجربه خواهند کرد. این ارتباط این امکان را برای کودکان فراهم می‌آورد که از سایر کسانی که از عهده‌ی شرایط و موقعیت‌های مشابه برمی‌آیند لذت ببرند، در نتیجه نوعی درمانی هیجانی یا عاطفی را به دست می‌آورند (Herbert و Furner، ۱۹۹۷)

### اثرات روانی رنگها

رنگها در شخصیت انسانها بهخصوص کودکان تاثیر بسزائی داشته باعث ایجاد تجربه‌های هیجانی، از قبیل خنده، شادی، غم و اندوه، آرامش و تحریک پذیری و سکون و هیجان میگردد. کودکان رنگهای زنده و مرکب را که ترکیبی مناسب با هم قرار گرفته باشند، ترجیح میدهند (پیاژه و اینهلدر، ۱۳۶۹).

آبی رنگی است درونگرا، آرام کننده و طراوت بخش سیستم اعصاب است (بهزاد، ۱۳۹۰). بیشتر رنگ شناسان معتقدند رنگ زرد، شاد و فرحبخش است. این رنگ، تحریک کننده فکر و آرام کننده برخی حالا تعصبی میباشد (محمودی، ۱۳۸۷).

رنگ قرمز را در اصطلاح رنگ گرم میگویند زیرا از لحاظ روانی اثر محرک و هیجان آور دارد. این رنگ در بین سایر رنگها برجسته به نظر میرسد و زود جلب توجه میکند (بهزاد، ۱۳۹۰).

سبز رنگ آرامش همراه با تفکر است برخلاف رنگ آبی که رنگ آرامش صرف است (استیرلن، ۱۳۷۷). رنگ سفید، معصومیت غیرقابل لمس و درک نشدنی را میتوان عنوان کرد. سفید عدم تمایز و کمال متعالی، سادگی، نورخورشید، هوا، (تنویر، پاکي و معصومیت و نشان قدوسیت است) (استیرلن، ۱۳۷۷).

### نتیجه گیری

ایجاد محیط اتاق خلاق، رنگارنگ و جالب که آراسته به تصاویر، پیشرفت‌ها و دستاوردها، اندیشه‌ها و احساسات آنها است می‌تواند به کودکان حس مالکیت اتاق‌شان را بدهد. شخصی کردن یا ایجاد تعلق نسبت به محیط اتاق به کودکان کمک می‌کند که احساس کنند والدین دوستش دارند، برایشان مهم است، و همانطور که هست او را می‌پذیرند. کودکان هنگامی که می‌بینند والدین‌شان کوچک‌ترین پیشرفت و موفقیت‌شان را به‌طور مداوم و خلاقانه جشن می‌گیرد روح‌شان تازه می‌شود (بهمن و مبینی، ۱۳۹۲).

حال با توجه به این‌که کودکان برای فضا سازی احتیاج به مرزهای قطعی و محکم جداکننده، و لزوما دیوار و سقف، ندارند، برخلاف بزرگترها که اگر فضایی، چهار دیوار و یک سقف نداشته باشد، آن را یک فضای کامل به حساب نمی‌آورند (عطایی یزد، ۱۳۹۳)، می‌توان در طراحی داخلی اتاق کودک از مبلمان انعطاف پذیرتر استفاده کرد که در صورت نیاز، با توجه به نیاز و تصمیم کودک، به راحتی قابل جابه‌جایی باشند، با اینکار، علاوه بر اینکه محیطی تنوع پذیر و تحریک کننده ایجاد کرده‌ایم، می‌توانیم عزت نفس و قدرت تصمیم‌گیری را در کودکان افزایش دهیم. اما باید به این نکته نیز توجه داشت که به منظور فراهم آوردن محیطی معنادار و آرام می‌بایستی از تجمع اسباب‌بازی‌ها، وسایل و مبلمان در بخشی از اتاق و یا شلوغ کردن دیوار با طرح و رنگ و یا قفسه‌ها جلوگیری کرد. همچنین آرامشی که اساس می‌تواند از طریق ارتباط با طبیعت به دست آورد غیرقابل چشم‌پوشی است، پس اگر حیاط یا فضای خارج خانه باغ یا درختانی دارد میتواند با تعبیه پنجره‌ای رو به طبیعت محیط اتاق را به فضایی مناسب‌تر جهت تمرکز، دعا و یوگا تبدیل کرد.

با توجه به اهمیت ارتباط در زمانی مناسب مانند شب و مکانی آرام و تاریک لزوم تدارک دیدن محلی در کنار تخت کودکان برای صحبت و نوازش قبل از خواب که باعث تقویت هوش هیجانی در کودک می‌شود، احساس می‌شود. این مهم می‌تواند از طریق خالی گذاشتن حداقل یک سمت تخت و همچنین توجه به ارتفاع تخت به دست آید.

با توجه به اهمیت زیاد کتابخوانی، لازم دیده می‌شود که محلی ویژه برای قرار دادن کتاب‌ها و همچنین محلی مناسب و استاندارد به منظور مطالعه کتاب برای اتاق کودک در نظر گرفته شود تا بدینوسیله بر اهمیت این موضوع تاکید شود. می‌توان با تعبیه تابلوی چوب پنبه ای در یکی از دیوارهای اتاق کودک، عکس‌هایی از قبیل عکس‌های خانوادگی که در آن همه‌ی افراد خانواده یا دوستان شاد هستند، عکس‌هایی از موفقیت‌ها یا روزهای مهم زندگی او را در مقابل دیدش قرار داد و یا حتی پس از یادگیری خواندن و نوشتن، قسمتی از تابلو می‌تواند به خط زندگی و یا سوالات تفکر برانگیز از کودک راجب احساسات خود یا اطرافیانش اختصاص یابد، این کار تاثیر بسزایی در خودآگاهی، احساس عزت نفس، آرامش، حس تعلق، و به طور کلی افزایش هوش هیجانی دارد. همچنین تعبیه یک آینه متناسب با قد کودک در اتاق او از موارد قابل اهمیت است، که توصیه می‌شود تابلو در قسمتی قرار گیرد که کودک همزمان با یادداشت احساساتش در تابلو، و نصب عکس و نقاشی‌هایش بتواند با چرخاندن سر به طور مستقیم در آینه نگاه کند.

از اهمیت رنگ نیز نمی‌توان چشم پوشی کرد. رنگ علاوه بر این که در مبلمان و دیوارها بسیار مهم است، همچنین بازی با آن و آشنا شدن با رنگ از طریق ترکیب و نقاشی بسیار حائز اهمیت است، بنابراین مناسب دیده می‌شود که قسمتی از اتاق دارای کف قابل شست و شو (سرامیک و یا گلیم سبک که به راحتی شسته شود) باشد تا کودک بتواند بدون آسیب زدن به وسایل دیگر در آن قسمت با انواع مواد رنگی بجز مدادرنگی مانند آبرنگ، گواش و ... بازی کند و حتی بتواند در اتاق خودش تمرین‌ها و بازی‌های گفته شده با گل را انجام دهد.

### منابع

- استیرلن، هانری، ۱۳۷۷، ترجمه جمشید ارجمند، اصفهان تصویر بهشت، مجله کتاب ماه هنر  
برادبری، تراویس، ۱۳۸۴، هوش هیجانی، ترجمه گنجی، مهدی، تهران: انتشارات ساوالان  
بهزاد، شهزاد، ۱۳۹۰، معماری داخلی خانه کودک بر مبنای روانشناسی محیط  
بهمن، شهناز و هلن مفینی، ۱۳۹۲، راهنمای عملی پرورش هوش هیجانی کودکان، ترجمه علی فرهادیان و  
علی حسینی قاسم‌آبادی و نورعلی عباس‌پور، چاپ اول، تهران: انتشارات دانژه  
پیازه، ژان و باربل اینهلدر، ۱۳۸۸، روانشناسی کودک، ترجمه توفیق، زینت، چاپ هفدهم، تهران: انتشارات نی  
سایت پزشکان بدون مرز، همیت هوش هیجانی و ضرورت آن در فرزند پروری، ۲۶ خرداد ۱۳۸۶  
عطارد، پریا، ۱۳۹۱، عوامل معماری تاثیرگذار بر ادراک فضایی کودکان، اولین همایش ملی اندیشه‌ها و فناوری  
های نو در معماری، تبریز  
عطایی‌یزدی، سمیه و سمانه عطایی‌یزدی، ۱۳۹۳، طراحی برای کودکان با رویکرد روانشناسی رشد، اولین  
کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم جغرافیایی و برنامه‌ریزی معماری و شهرسازی  
کارتر، فیلیپ، ۱۳۹۳، هوش هیجانی خود را بسنجید، ترجمه امیری نیا، محمود و پریسا آقازاده، تهران: انتشارات آراسته  
کاکرودی، نگار، ۱۳۹۱، طراحی معماری مجموعه مهدکودک در نوشهر مطابق با رویکردهای توسعه پایدار، پایان نامه مقطع  
کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی تبریز  
کلرک، ریتا و رونیل روکس، ۱۳۹۰، هوش هیجانی برای کودکان و نوجوانان راهنمای کامل برای والدین و  
معلمان، ترجمه کریمی، علی، چاپ دوم، تهران: انتشارات رسانه تخصصی  
کول، وتیتا، ۱۳۷۴، اصول و مفاهیم آموزش و پرورش پیش از دبستان، ترجمه مفیدی، فرخنده، تهران: انتشارات  
سمت



گلمن، دانیل، ۱۳۸۹، هوش هیجانی، ترجمه پارسا، نسرین، تهران: انتشارات رشد  
محمودی، احمد، ۱۳۸۷، رنگ در قرآن، نشریه علوم و قران و حدیث، شماره ۱  
مختاری، الناء، ۱۳۸۷، طراحی محیطهایی برای کودکان، فصلنامه معماری محوطه، شماره ۷ و ۸  
مک اندرو، فرانسیس تی، ۱۳۸۷، روانشناسی محیطی، ترجمه محمودی، غلامرضا، چاپ اول، تهران: انتشارات  
زرباف اصل  
هرتزرگر، هرمن، ۱۳۸۸، درس هایی برای دانشجویان معماری، ترجمه خبازی بهشتی، بهروز و بهمن  
میرهاشمی، تهران: انتشارات کتاب آراد  
ویکی پدیا، دانشنامه ی آزاد، هوش هیجانی

- Ata, Seda and Aysegul Deniz and Berrin Akman, *Procedia*, 2012, Social and Behavioral Sciences, Volume 4
- Calaprice, Alice, 2000, *The Expanded Quotable Einstein*
- Elias, M.J, Arnold, H. and Hussey, C.S. 2003, *EQ+IQ, Best Leadership Practicice For Caring and Successful School*, Thousand Oakst, CA: Corwin Press.
- Contin, A. (2021). *Metropolitan architecture39. Training for Education, Learning and Leadership towards a new METropolitan Discipline*, 56.
- Education, ERIC Document Reproduction Service no.ED 4
- MJ Elias, 2006 , *The educator's guide to emotional intelligence and ...*
- Elias, M.J, 2003 , ERIC
- Herbert, T.P. and Furner, J.M. 1997, *Helping high ability Sudents overcome mat anxiety through bibiotherapy*, *Journal of Secondary Gifted Education*, No 8
- McCown, K.S, Freedman, J.M., Jensen, A.L. and Rideout, M.C. 1998 *Self Science, The Emotional Interllignece Curriculum*, San Mateo, CA: Six Seconds.
- Moafian, F, Ghanizadeh- System, A, 2009 – Elsevier
- Murray, H. (2021). *Dear Yasmeen*. *Places Journal*.
- Ouzts, D.T. 1991, *The emergence of bibliotherapy as a discipline*, *Reading Horizins*
- Stoud, J.E., Stroud, J.C. and Staley, L.M. 1999, *Adopted children in the esrly*
- Palmberg Ingelstam, M. (2021). *The UN convention on the rights of the child in relation to planning: towards freedom and inclusion of children in an urbanized society.*  
childhood classroom, ERIC Clearinghouse on Elementry and Early Childhood
- Sana, L. (2021). *Developmental and Educational Psychology in the focus of architectural reflection: Towards social inclusion of autistic children*, 11(1), 261-272.