

ODALARIMIZIN ÖZEL GÜCÜ: RENKLER & IŞIK BİZİ NASIL DEĞİŞTİRİR

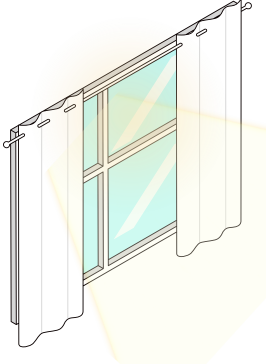


Araştırmacılar: Kübra ÖKMEN, Burhan SATICI

ÖZET

Bu çalışmada, çevremizdeki ışık ve renklerin duygularımızı nasıl etkilediğini hep birlikte inceledik. Araştırmada hem uzman görüşlerini okuduk hem de gerçek insanlarla yapılan anketleri değerlendirdik. Yaşadığımız alanların sadece duvarlardan ibaret olmadığını fark ettik. Doğru renk ve ışıkla nasıl daha mutlu olabileceğimizi bilimsel kanıtlarla ortaya koyduk.

GİRİŞ



Etrafınıza bir bakın; şu an tam olarak hangi renklerin arasındasınız? Pencereden sızan yumuşak bir güneş ışığı mı sizi aydınlatıyor, yoksa başınızın üzerindeki parlak bir lamba mı? Belki farkında değiliz ama odanın duvar rengi bizim neşemizi veya yorgunluğumuzu değiştiriyor olabilir.

Bizler, vaktimizin çoğunu binaların içinde geçiren canlılarız. Bu yüzden mimarlar bu konuyu çok merak ediyor. Tasarladığımız bu odalar ruhumuza nasıl dokunuyor? Işık ve renk, aslında beynimize sürekli sessiz mesajlar gönderen gizli birer dil gibidir. Biz bu çalışmada, bu gizli dili çözmeyi amaçladık. Hazırsanız, renklerin ve ışığın büyüleyici dünyasına birlikte yolculuk yapalım!

Biz çalışmamızda şu araştırma sorularına cevap aradık:

- 1-Işık ve renkler, bizim duygularımızı ve odaları algılama şeklimizi nasıl etkiler?
- 2-İyi tasarlanmış odalar, bizim hislerimizi ve davranışlarımızı olumlu yönde değiştirebilir mi?

YÖNTEM

Biz bu araştırmayı yaparken adeta birer dedektif gibi çalıştık. Peki kimleri inceledik? Bilim dünyasında daha önce yapılmış deneyleri ve başarılı tasarım örneklerini bir araya getirdik. Daha sonra gerçek mekanları kullanan insanlara sorular sorduk. Yaptığımız anketler sayesinde, insanların hangi ışık altında ne hissettiklerini öğrendik.

Ayrıca güneşten gelen doğal ışık ile lambalardan gelen yapay ışığı karşılaştırdık. Bunun için saha çalışması yaptık. Seçtiğimiz özel odalarda (ev, okul, hastane) renklerin etkilerini yerinde inceledik.

BULGULAR

Araştırmamız ve anketlerimiz sonucunda şu önemli bilgilere ulaştık (Şekil 1):

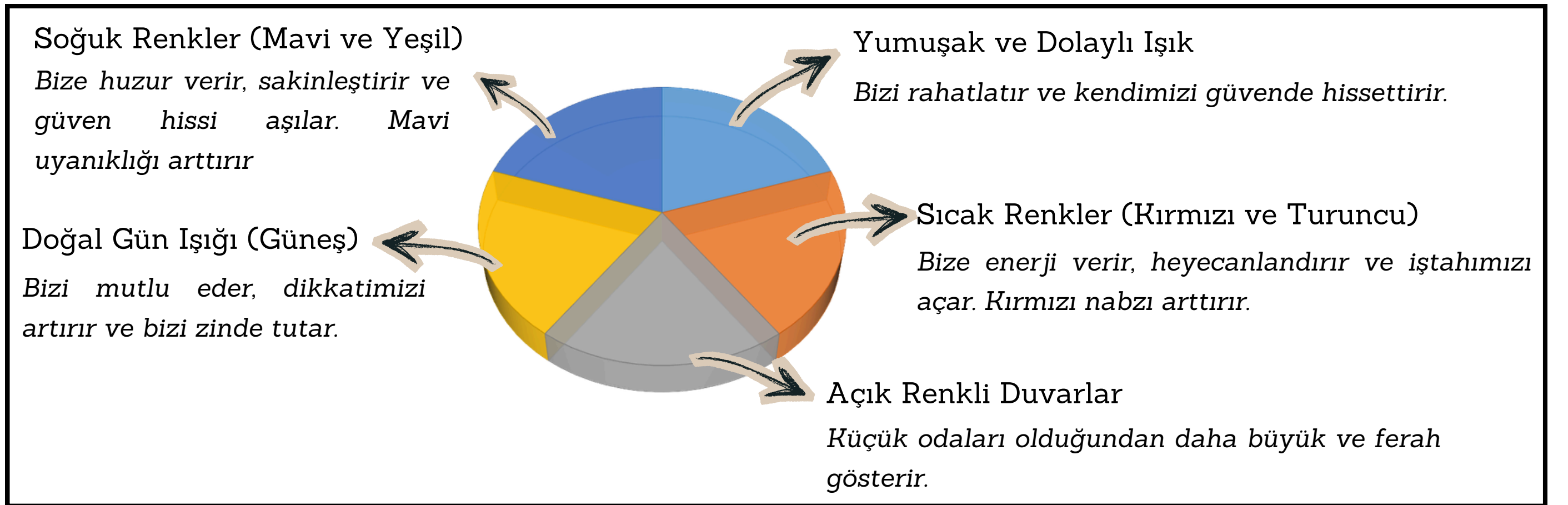
Sıcak Renkler (Kırmızı ve Turuncu): Bize enerji verir ve bizi heyecanlandırır. Hatta bazen iştahımızı bile açabilir.

Soğuk Renkler (Mavi ve Yeşil): Bize huzur ve güven verir. Stresimizi azaltmaya yardımcı olabilir.

Gün Işığının Gücü: Doğal ışık alan yerlerde kendimizi yapay ışıklı yerlere göre çok daha mutlu hissederiz.

Genişlik Algısı: Açık renkli duvarlar, küçük odaları olduğundan daha büyük ve ferah gösterir.

Işık Açısı: Tavandan gelen sert ışıklar bizi yorabilir. Duvardan yansıyan yumuşak ışıklar ise bizi rahatlatır.



Şekil 1. Renkler ve duygu grafiği

Bulgularımıza göre farklı odalarda farklı renkler kullanmanın etkilerinin de farklı olduğunu gördük. Bulduklarımızı da Tablo 1'de sunduk

Tablo 1. Renkler ve duygu tablosu

Tasarım Ögesi	En Uygun Mekan	Etki
Mavi Tonları	Yatak Odası	Uyanıklığı artırır ve dikkati güçlendirir.
Kırmızı ve Turuncu	Oyun Alanı	Kalp atış hızını artırır. Enerji seviyelerini ve sosyal etkileşimi artırabilir.
Doğal Gün Işığı	Çalışma Masası	-
Yumuşak Sarı Işık	Oturma Odası	-
Mor	-	Genellikle sakinleştirici bir etkisi vardır.

Tablo 1'e göre; mavi tonları sakinleştirici bir özelliğe sahip olduğu için yatak odalarında, kırmızı ve turuncu enerji verdiği için oyun alanlarında, doğal gün ışığı mutluluk oranını arttırdığı için çalışma masalarında ve yumuşak sarı ışık rahatlatıcı olduğundan dolayı oturma odalarında kullanılmalıdır.

SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu bulgular bize gösteriyor ki; odalarımızı tasarlarken bize "ne hissettireceğine" de karar vermeliyiz. Beynimiz maviyi gökyüzüyle, kırmızıyı ise ateşle bağdaştırır. Bu yüzden bu renklere farklı tepkiler veririz. Okul kantinleri neden hareketli renklere sahiptir? Çünkü bu renkler bizim arkadaş çevremizle daha kolay iletişim kurmamızı sağlar!



Son olarak bu çalışma ile ilgili iki önemli hususu belirtmek isteriz. Çalışmamız her insanın her renge tam olarak aynı tepkiyi vereceğini söyleyemez. Kişisel anılarımız veya o anki moralimiz duygularımızı değiştirebilir.

SÖZLÜK

Anket: Bir konuda insanların ne düşündüğünü anlamak için sorulan sorular. (Örnek: En sevdiğin rengi sormak.)

Doğal Işık: Kaynağı doğrudan güneş olan ışık. (Örnek: Pencereden giren ışık.)

Yapay Işık: Lambalarla üretilen insan yapımı ışık. (Örnek: El feneri ışığı.)

Psikolojik Etki: Bir şeyin duygularımızda yarattığı değişim. (Örnek: Müzik dinleyince mutlu olmak.)

Algı: Duyularımızla aldığımız bilgiyi yorumlama şeklimiz. (Örnek: Bir odayı "sıcak" bulmak.)

Sıcak Renkler: Ateş ve güneşi hatırlatan renkler (Kırmızı, sarı).

Soğuk Renkler: Su ve gökyüzünü hatırlatan renkler (Mavi, yeşil).

KAYNAKÇA

Ökmen, K. ve Satıcı, B. (2021). Renk ve Işığın Kullanıcı Üzerindeki Psikolojik Etkileri Üzerine Örnek Mekan İncelemesi.

A-SORULAR

Aşağıdaki soruları okuduğunuz makaledeki bilgileri kullanarak cevaplayınız.

1-Hangi renk grubu bizi daha hareketli ve enerjik yapar?

A) Mavi-Yeşil B) Kırmızı-Turuncu C) Gri-Siyah

2-Doğal ışığın (Güneş) en büyük faydası nedir?

A) Uykumuzu getirir B) Bizi mutlu ve zinde tutar C) Odayı karanlık yapar

3-Küçük bir odayı daha geniş göstermek için ne yapmalıyız?

A) Koyu renk kullanmalıyız B) Açık renk kullanmalıyız C) Hiç ışık kullanmamalıyız

4- Dinlenme alanlarında neden yumuşak ışık tercih edilmelidir?

5- Işık ve renk arasındaki ilişkiyi kısaca açıklayınız.

6-Renklerin etkisinin neden kişiye göre değişebileceğini metinden bir cümleyle gösteriniz.

B-KENDİ "MOD" ODANI TASARLA

Malzemeler: Kağıt ve boya kalemleri.

Adımlar:

1. Kendine bir hedef seç (Örnek: "Daha iyi ders çalışmak").
2. Hedefine uygun ana rengini tablodan bul.
3. Odadaki pencerenin yerini çiz.
4. Tasarımını arkadaşlarına anlat.

C-KENDİ IŞIKLI ODANI TASARLA

Malzemeler: Ayakkabı kutusu, el işi kağıtları, fener veya telefon ışığı, şeffaf renkli jelatinler.

- 1.Mühendislik: Ayakkabı kutusunu küçük bir oda şeklinde tasarla. İçine kartondan mobilyalar yap.
- 2.Sanat: Odanın duvarlarını metindeki bilgilere göre (Örneğin: Çalışma odasıysa mavi, oyun odasıysa kırmızı) el işi kağıtlarıyla kapla.
- 3.Fen: Kutunun üstüne küçük bir delik aç ve fenerini tut. Fenerin önüne farklı renkli jelatinler koyarak odanın havasının nasıl değiştiğini gözlemler.
- 4.Matematik: Odanın gerçek boyutlarını (cm cinsinden) ölç ve "eğer duvarları beyaz yapsaydım %20 daha geniş görünürdü" hesabını yaparak sanal genişliği hesapla.

D-SÖZEL MANTIK

Bir okulda yapılan büyük deneyde Ali, Ayşe, Burak, Ceren ve Deniz isimli beş öğrenci; Kırmızı, Sarı, Mavi, Yeşil ve Loş Işıklı odalara birer birer girmiştir. Bu öğrencilerin deney sonuçları ve girdikleri odalarla ilgili şunlar bilinmektedir:

1. Her öğrenci sadece bir odaya girmiş ve odaların hepsi birbirinden farklıdır.
2. Ali, kalp atış hızı en yüksek (88 atış/dk) ölçülen öğrencidir.
3. Ayşe, beyni en çok sakinleştiren ve dakikadaki kalp atış hızı en düşük (62 atış/dk) olan odadadır.
4. Burak, neşe saçan ve dikkati artıran odaya girmiştir.
5. Ceren, yapılan testte uykusu geldiği için en düşük başarıyı (9 doğru cevap) gösteren odadadır.
6. Deniz, doğayı hatırlatan ve gözleri en çok dinlendiren odaya girmiştir.

Bu bilgilere göre aşağıdakilerden hangisi kesinlikle yanlıştır?

- A) Ali, enerji veren ve heyecanlandıran kırmızı odadadır.
- B) Ceren, sarı ışıklı ve uykuyu getiren loş odadadır.
- C) Ayşe'nin bulunduğu odada kalp atış hızı 62 olarak ölçülmüştür.
- D) Deniz, 78 kalp atış hızıyla sarı odada bulunmaktadır.

