

Colore ed edilizia scolastica: effetti cromatici propedeutici all'apprendimento e allo sviluppo della persona

Color and school construction: color effects preparatory to learning and personal development

Anastasia Pezzella¹, Alessandra Gherardini² Valeria Verraastro³

Riassunto

La combinazione del vissuto emozionale in relazione all'utilizzo positivo del colore negli ambienti scolastici influenza le dinamiche specifiche del percorso educativo.

Modifiche agli interni delle strutture dell'edilizia scolastica sono oggetto di ricerche in cui si è dimostrato quanto, effettivamente, sia efficace l'utilizzo cromatico opportuno.

Fattori non trascurabili risultano essere i vissuti emozionali che il colore è in grado di rievocare con influenze positive sullo sviluppo evolutivo.

Un bambino che cresce in un ambiente soddisfacente sarà un adulto che avrà superato le sfide del percorso di crescita personale e avrà realizzato un proprio sé integrato nell'ambiente sociale.

Gli studi esaminati evidenziano l'importanza di attenzione alla giusta cromia al fine di favorire il clima scolastico e il potenziamento delle abilità del singolo.

Parole chiave

Colore, scuola, apprendimento, ambiente, attaccamento, intelligenza emotiva, crescita sviluppo evolutivo, emozione.

Abstract

The combination of emotional experience related to the positive use of color in school buildings, affects the specific dynamics of the educational process.

Interiors changes in school buildings are object of research which shows how, actually, a chromatic suitable use is effective.

The emotional experiences are very important since that color can evoke them producing positive influences on the development of evolution.

A child, who grows up in a suitable environment will be an adult who could overcome the challenges of the personal growth and will be able to create his own awareness in a social environment.

Examined studies show the importance of attention in the field of color, in order to promote the school climate and strengthening of the individual ability.

Keywords

Color, school, learning, environment, attachment, emotional intelligence, growth, evolutionary development, emotion

Introduzione

L'intelligenza emotiva è ormai entrata a far parte del nostro panorama culturale grazie a Daniel Goleman, ricercatore americano e professore di psicologia all'Università di Harvard nonché autore di testi tra cui "L'intelligenza emotiva" del 1996.

Lo stesso autore nel volume definiva l'intelligenza emotiva come "la capacità di controllare sentimenti ed emozioni proprie ed altrui, distinguere tra di esse e di utilizzare queste informazioni per guidare i propri pensieri e le proprie azioni" (Goleman, 1996).

Goleman cambia la prospettiva dell'educazione emotiva e inizia a definire le caratteristiche delle sue componenti che ricordiamo essere:

consapevolezza di sé, dominio di sé, motivazione, empatia e abilità sociale (*ibidem*).

Si tratta delle caratteristiche che consentono di raggiungere il successo sia nella vita personale che in quella professionale; si possono coltivare e migliorare nel corso della vita.

Le emozioni determinano infatti, la qualità delle nostre scelte e delle nostre azioni. L'intelligenza emotiva permette di riconoscere le emozioni, di gestirle, di costruire e mantenere relazioni di qualità, di gestire i conflitti, di motivare se stessi e gli altri, in altre parole di costruire la vita come si desidera.

L'affettività diviene, conseguentemente, strettamente collegata a queste caratteristiche e allo sviluppo evolutivo, promuovendo l'esigenza di generare una nuova didattica emozionale che aiuti lo sviluppo della sfera emotiva. Fondamentale importanza riveste la creazione di un clima adatto a questa nuova realtà, soprattutto nella costruzione di un percorso di apprendimento in cui il fattore emozionale deve essere considerato la componente necessaria ed indispensabile a favorire l'apprendimento stesso.

È proprio per questo che oggi è naturale pensare all'emozione come all'elemento fondamentale dell'apprendimento.

Colori ed emozioni

Le emozioni fanno parte del divenire di ogni singola persona e, per questo, risulta facile collegarle ad un arcobaleno di colori che ben rispecchia la differenziazione delle stesse.

In rapporto alla tonalità cromatica pensata si evocano emozioni e sensazioni che suscitano, di conseguenza, un'ampia gamma di sentimenti che possono variare e quindi essere positivi o negativi rappresentando, così, la complessità di vissuti psichici collegabili, nell'immaginario collettivo, a determinati colori.

Diversi studi hanno tentato di rintracciare il valore della simbologia cromatica. L'analisi dei colori permette di focalizzarsi sulle caratteristiche emotive ed affettive della situazione nel tentativo di contribuire a sottolineare gli effetti che "il vivere il colore" può offrire soprattutto in ambienti quali contesti sociali, scolastici e personali.

È possibile affermare che i colori, in un certo senso, hanno una temperatura, infatti si differenziano in caldi, freddi e neutri in base alle diverse sensazioni che trasmettono, alle immagini e alle situazioni che richiamano alla mente.

Oliverio Ferraris nel 1975 classifica il rosso, il giallo e l'arancione come colori caldi, capaci, quindi, di suscitare attività, eccitazione, serenità, gioia di vivere, impulsività, mentre il verde, il blu, il violetto come colori freddi che evocano passività, calma, inerzia, tristezza, malinconia inducendo alla riflessione.

Widmann nel 1999, invece, si occupa di analizzare ed approfondire i significati simbolici e psichici propri di alcuni colori, evidenziando che:

- il rosso diventa simbolo dell'aggressività e dell'ostilità, esprime le componenti psichiche violente; è il colore dell'affettività espressa nel ricevere e dare la vita, piacere dell'azione e della seduzione;
- il giallo, "colore più prossimo alla luce", rappresenta la mobilità interiore, l'intuizione; più del rosso è il colore dell'aggressività, più è puro più simboleggia libertà, attività, cambiamento come bisogno di sviluppo. Diviene, perciò, simbolo della coscienza del Sé, riconoscimento da parte degli altri, del sapersi, conoscersi e percepirsi;
- l'arancione è preferito da chi possiede uno spirito vivace, sereno e orientato al positivo; comprende gli aspetti "forti" del giallo e il "calore" del rosso; simboleggia dinamicità e giocosità della vita, bisogno di rinnovamento psicofisico ed illuminazione spirituale;
- il verde può essere definito come il colore della "vita che si perpetua attraverso la generazione", per questo motivo è il colore dell'attaccamento alla vita, alla quiete, alla speranza, simboleggia apertura sentimentale. È la natura a cui si tende per recuperare un senso di tranquillità e distensione interiore;
- il blu è il "colore d'aria, eternità senza tempo", rappresenta l'energia mentale, il pensiero riflessivo, introverso, il ragionamento acuto; rievoca ritiro, desiderio nostalgico di ricongiungimento con il passato, di riposo, di un ambiente calmo che faciliti relazioni tranquille e libere da tensioni. È associato a forme rotonde e movimenti di chiusura;
- il viola, colore dell'"equilibrio tra terra e cielo, sensi e spirito, passione ed intelligenza, amore e saggezza", evidenzia la razionalità che interiorizza l'emotività, diviene per questo colore della rassegnazione, raccoglimento, espiazione e trasformazione illimitata. Simboleggia la sintesi tra opposti psichici, della dialettica maschile/femminile, della natura precaria e poco stabile. Sembra essere il colore preferito da bambini, donne in gravidanza, minoranze e tossicodipendenti;
- il bianco, l'"origine di tutti i colori", è fuga, liberazione e libertà, opposizione, difesa affettiva ed emotiva, solitudine e vuoto di chi si trova in un momento di pausa e svuotamento di vitalità, aperto tuttavia alla speranza, a molteplici nuove possibilità, ad un nuovo inizio; simbolo della coscienza, del Sé, dell'individuo realizzato nella sua totalità, nella sua immagine di perfezione;
- il nero rappresenta il nulla, il "vuoto che precede la creazione e dello stato psichico che anticipa la coscienza", pausa senza speranza, distacco da una certa condizione e passaggio ad un altro livello attraverso il dolore. Simboleggia completa rassegnazione, depressione, espressione di dolore, sofferenza angosciosa, misteriosa ed inconscia. Indice di anaffettività, devitalizzazione e malinconia. Il suo uso frequente nei bambini e negli adolescenti è segno della presenza di paura, angoscia, blocco, forse della rinuncia e della negazione. Riconduce a disturbi psichici, inibizione affettiva, pulsionalità aggressiva particolarmente vivace, reazioni d'ansia, situazioni depressive e stati di disadattamento affettivi;
- il grigio, il "niente di ogni cosa", quando è scuro rappresenta un groviglio energetico, un blocco psichico, un distacco, mentre argenteo è carico di movimento, propensione all'azione e all'eccitabilità psicofisica. Poco usato perché privo di vitalità, coinvolgimento, risonanza affettiva, è immobilità, tendenza depressiva, mancanza d'auto-definizione, di gioia del vivere e di una via d'uscita. Chi usa questo colore in modo eccessivo tende a recintarsi da ogni cosa, non vuole coinvolgersi né avere responsabilità per proteggersi da influenze esterne e stimoli ambientali;
- il marrone simboleggia "fuoco e fumo, amore e tradimento", ed è simbolo materno della materia, delle forme, rigenerazione, corporeità e rilassamento appagante. È

associato alla semplicità, alla vita comune, all'abbandono fiducioso, all'introversione, al contenimento, l'accoglienza e all'interiorità come rinuncia della dimensione narcisistica. Rappresenta le sensazioni corporeo-sensuali, la pulsionalità dell'Es, i vissuti regressivi nell'esperienze fisiche (Widmann, 2000).

Per Widmann 1997, il colore, codificato dal sistema ipofisario diventa, quindi, linguaggio emotivo in grado di comunicare emozioni; considerarlo un canale privilegiato utilizzabile da coloro che hanno difficoltà ad esternare il proprio vissuto emozionale consente allo studioso e agli esperti in campo, di evidenziare aspetti psichici altrimenti insondabili. L'utilizzo del colore favorisce, comunemente, una comunicazione che va ben oltre la simbologia cromatica perché, interessa la comprensione della complessità della sfera emotiva del singolo.

Il concetto espresso trova ampio e interessante riscontro anche in linguaggi cinematografici. Se pensiamo al successo del film "Inside out" è facile immaginare quanto merito sia attribuibile all'utilizzo di personaggi animati in 3d che sono stati contestualizzati utilizzando lo schema della comunicazione cromatica.

In questo capolavoro di animazione, firmato Disney Pixar, colori ed emozioni danno vita ad una modalità che facilita l'interpretazione della valenza delle emozioni in ogni percorso di crescita. Nella sceneggiatura filmica, le emozioni sono riconoscibili attraverso l'espressività di curiosi personaggi avvincenti ed accattivanti. "Inside out", visto sotto il profilo del "marketing dei colori", è spunto originale per richiamare e rafforzare l'idea che dietro ogni emozione si nasconde un preciso messaggio.

In questo scenario, la scelta del colore, è sicuramente, fondamentale!

I cinque simpatici personaggi sono utilizzati allo scopo di rappresentare le cinque emozioni di base dell'individuo umano: gioia, tristezza, rabbia, disgusto, paura. Frutto di un lungo processo di studio, la loro creazione ha coinvolto figure professionali con competenze diverse in grado di comunicare aspetti emozionali e di trasmetterli abilmente allo spettatore.

Le riflessioni indotte dalla visione scenica coinvolgono ancor più profondamente l'attenzione su un altro aspetto, ben rappresentato nel film, richiamando la nota Teoria dell'attaccamento di Bowlby (1969-1980). L'Autore postula che gli esseri umani abbiano una predisposizione innata a formare relazioni di attaccamento con le figure genitoriali primarie, che le relazioni di attaccamento abbiano la funzione di proteggere i piccoli della specie umana (come di molte specie animali), e che tali relazioni esistano in forma organizzata nella mente del bambino alla fine del primo anno di vita.

Attaccamento ed esperienza emotiva

Con il concetto di attaccamento, Bowlby (1983) si riferisce ai bisogni di sicurezza del bambino e alla capacità della figura genitoriale di offrire tale sicurezza. Per estensione l'attaccamento può essere definito come "la condizione nella quale un individuo è legato emotivamente ad un'altra persona, generalmente percepita come più grande, più forte e più saggia; in un adulto, comprende lo stato e l'attualità degli attaccamenti di un individuo, attaccamenti che possono essere sicuri o insicuri" (Holmes, 1993).

Prova di tale legame è costituita, come sottolinea Holmes dalla ricerca di prossimità, che per Bowlby coincide con la pulsione sociale primaria, dal fenomeno della base sicura, espressa come insieme delle interazioni diadiche fra il bambino e il caregiver e dalla protesta per la separazione (*ibidem*).

L'esperienza emotiva, quindi, si sviluppa, in massima parte, nei primi anni di vita; è strettamente legata con il consolidarsi dei legami di attaccamento ed affonda le proprie

radici nella cultura di riferimento che permea la regolazione delle emozioni, al fine di renderle socialmente accettabili ed accettate. Gli schemi comportamentali che il bambino acquisisce nei primissimi periodi di vita sono i parametri su cui costruirà le successive relazioni. In questo processo un ruolo fondamentale viene svolto dalla famiglia e dalle prime agenzie con cui si viene a contatto (Zammuer, 1993).

Conseguentemente per competenza emotiva si intende, quindi, “l’insieme delle capacità che consentono di riconoscere, comprendere, rispondere coerentemente alle emozioni altrui e di regolare l’espressione delle proprie” (Albanese, La fortune, Daniel, Doudini, Pons, 2006).

Importanza del cromatismo nell’edilizia scolastica: comportamento ed apprendimento

Le premesse citate, indicano, di conseguenza, che è fondamentale e necessario l’inserimento cromatico negli ambienti scolastici poiché rappresentano le prime agenzie di riferimento in cui il bambino esperisce e sviluppa le proprie abilità e la socialità allargata.

Attualmente, alla luce di quanto delineato, particolare attenzione va posta all’edilizia scolastica. Nel caso specifico vogliamo sottolineare quanto l’ambiente delle scuole può condizionare l’aspetto motivazionale e, di conseguenza, influenzare o meno l’apprendimento.

Considerato che la scuola, da sempre, riveste un ruolo di primo rilievo poiché attraverso la didattica riesce non solo ad educare, ma a preparare il bambino all’inserimento sociale, il clima ambientale dovrebbe essere pianificato in modo da rispondere ai bisogni psichici per favorire e, soprattutto potenziare, tutti i processi in cui l’apprendimento non può essere considerato un meccanismo statico e a sé stante.

Diversi studi hanno dimostrato il collegamento tra emozione e motivazione rintracciando nelle emozioni la capacità di modificare la relazione tra organismo e ambiente. I due processi, infatti, condividono le stesse strutture cerebrali con la differenza che l’emozione ha la capacità di amplificare l’attivazione e di polarizzare l’attenzione (Frieling, Xaver, 1962).

Ciò evidenzia l’ambivalenza che riscontriamo nelle teorie motivazionali in cui si esplicita quanto un livello alto di motivazione possa influenzare i livelli di apprendimento (Boscolo, 1997).

In questa ottica si collegano i dati statistici del Professore Heinrich Frieling, dell’Istituto di psicologia del colore (1957), che dimostrano il progressivo sviluppo del bambino verso l’età adulta condizionato dall’accettazione o meno di determinati colori.

Irritabilità, nervosismo e problemi comportamentali possono essere ricondotti ad errate pianificazioni cromatiche all’interno degli ambienti scolastici, lì dove luce e colore sono utilizzati in modo improprio.

La scelta di colori appropriati favorisce un clima adeguato in cui il bambino si sente sicuro, tranquillo e protetto. Anche la luce produce effetti sulla salute fisica e mentale del soggetto scolarizzato in quanto favorisce l’applicazione allo studio ed evita problematiche visive.

I test eseguiti da Frieling mostrano l’indice di preferenza e di rifiuto di determinati colori relativamente all’età dei soggetti interessati.

Si evidenzia che i bambini tra i cinque e gli otto anni rifiutano il colore nero, bianco e marrone scuro preferendo il rosso, l’arancione, il giallo e il violetto. Intorno ai nove e dieci anni aggiungono ai colori respinti il verde ed il blu rimanendo inalterati quelli preferiti.

Tra gli undici e dodici anni i colori acromatici (nero, bianco, grigio) aumentano l'atteggiamento di rifiuto e tra le preferenze si inseriscono il verde oliva, il violetto ed il lilla. Successivamente tra i tredici e i quattordici anni cambiano le preferenze rispetto al blu, blu oltremare e arancione. Si evince che i colori più graditi non risultano essere i più adatti al cromatismo di interni, pertanto, vanno adeguati tenendo conto di altri fattori incidenti tra cui l'ergonomia visiva (Frieling Heinrich e Auer Xaver, 1962).

Un'ulteriore ricerca condotta dal dottor Harry Wohlfarth in Canada (1960) su un campione di bambini appartenenti a quattro scuole elementari rileva effetti luce-colore in ambienti scolastici, in tali strutture sono state effettuate modifiche di vario genere all'interno dell'ambiente in rapporto alla precedente organizzazione. In una scuola è stata variata l'illuminazione, in un'altra i colori, una terza non ha subito cambiamenti cromatici e l'ultima ha modificato colori ed illuminazione.

I cambiamenti di colore sono stati relativi all'utilizzo di giallo chiaro con tonalità calde per tre pareti ben visibili dai bambini, blu chiaro per la parete di fondo e i banchi verticali. Inoltre, sono state inserite lavagne blu e moquette di un caldo grigio dorato nelle aule e negli uffici amministrativi.

I risultati osservati furono accertati mediante misurazione della pressione arteriosa dei bambini con esito di minore stress nei soggetti frequentanti la scuola con modifiche di illuminazione e colore con conseguente miglioramento del rendimento scolastico e dei valori di Q.I. Inoltre, l'utilizzo di colori psicodinamici incideva sulla riduzione di comportamenti vandalici, sull'aggressività e l'esuberanza infantile (Wohlfarth, 1982).

Nella ricerca della dottoressa Ellen Grangaard relativa alla tesi di dottorato presso l'Associazione Internazionale dei consulenti e progettisti del colore (AICC) inerente gli effetti del colore e della luce su un gruppo di alunni di scuola elementare selezionati, dove è stata utilizzata luce a pieno spettro con bilanciamento di radiazioni UV, cambiando il colore bianco delle aule con il colore blu si procedeva alla rimozione di elementi di disturbo visivo.

Si riscontrarono riduzione di comportamenti distruttivi e innalzamento del rendimento scolastico.

Quanto osservato, ricercato e verificato non costituisce, comunque, connotazioni utilizzabili in ogni situazione, in quanto la progettazione strutturale e cromatica è sempre influenzata da diversi elementi variabili (Grangaard, 1993).

Occorre sottolineare le difficoltà che i tagli al bilancio scolastico determinano nella pianificazione e organizzazione delle strutture scolastiche a partire dalle scuole per l'infanzia.

Dai dati emersi risulta fondamentale la realizzazione di una progettazione cromatica adeguata alle diverse fasce d'età dei soggetti scolarizzati. Ogni scuola dovrebbe avere la propria "personalità" rapportata alla struttura e all'utilizzo degli ambienti. La razionalizzazione del colore e degli spazi dimostra nella ricerca di Douglas Kleiber e dei colleghi della Cornell University, la diminuzione dall'affaticamento generale e il miglioramento della capacità visiva, attraverso l'utilizzo di semplici accorgimenti quali lampade a pieno spettro con radiazione UV equilibrata.

Quest'ultima tesi è stata convalidata anche da ulteriori ricercatori e gli esiti sembrano essere parametri utilizzabili per un'ottimale edilizia scolastica.

Conclusioni

In base all'exkursus fatto nel presente articolo si evince l'importanza del colore e quanto esso sia uno strumento privilegiato in grado di migliorare la nostra vita; se inserito in ambiente scolastico, può condizionarlo in senso positivo e facilitare le dinamiche di ap-

prendimento. Viene spontaneo pensare quanto potrebbe aiutare lo stile di vita se inserito in tutti i contesti ambientali che caratterizzano il nostro vivere quotidiano.

La cromoterapia, infatti, è una tecnica terapeutica molto antica che si basa, appunto, sui benefici effetti del colore su corpo e mente. Partendo dal presupposto che il nostro corpo sia attraversato da diversi punti energetici, si può facilmente comprendere che la stimolazione positiva possa aiutare a risolvere problematiche di tipo psicosomatico. Lo stress è una disfunzione psico-fisica che spesso si riscontra in ogni individuo; non a caso gli ambienti idealizzati al benessere individuale, come le Spa, utilizzano molto lo studio del colore per irradiare sensazioni che riportano l'equilibrio e il senso di benessere.

Sarebbe interessante approfondire studi sull'interrelazione tra colore e ambienti scolastici ampliando il raggio di ricerca sulle diverse componenti che si instaurano nel sistema educativo.

L'esplorazione del mondo dei colori, con le risonanze emotive che questi hanno, come abbiamo sottolineato in precedenza, conduce ad una migliore conoscenza di sé e favorisce l'ascolto della propria interiorità.

L'uso personale del colore in varie attività rappresentative resta, infatti, l'elemento cardine nell'esprimere il proprio percepire.

Non a caso, l'utilizzo del colore nei diversi contesti culturali, facilita un senso di appartenenza collettivo; infatti, nella memoria individuale, sicuramente ritroviamo momenti in cui il colore è stato la traduzione diretta ed immediata del vissuto psichico soggettivo, tanto che possiamo parlare di colore in rapporto a situazioni che ci hanno visti protagonisti della nostra esistenza.

Pensare a colori, quindi, aiuta a connotare gli effetti del nostro agire, veicolando anche la comunicazione empatica.

Bibliografia

- Albanese, O., La Fortune, L., Daniel, M.F., Doudin, P.A., & Pons, F. (2006). *Competenza emotiva tra psicologia ed educazione*. Milano: Franco Angeli.
- Oliviero Ferraris, A. (1975), *Il significato del disegno infantile*. Torino: Boringhieri
- Boscolo, P. (1997). *Psicologia dell'apprendimento scolastico. Aspetti cognitivi e motivazionali*. Torino: Utet Libreria.
- Bowlby, J. (1976). *Attaccamento e perdita Vol. I: L'attaccamento alla madre*. Torino: Bollati Boringhieri.
- Frieling, H.C. e Xaver, A. (1972). *Il colore l'uomo l'ambiente: La psicologia del colore e le sue applicazioni*, Milano: Edizioni del Castello.
- Goleman, D. (1996). *Intelligenza Emotiva*. Milano: Bur Saggi.
- Frieling, H., e Xaver, A. (1962). *Il colore l'uomo l'ambiente: La psicologia del colore e le sue applicazioni*. Milano: Edizioni del Castello.
- Grangaard, E.M (1993). *Effects of Color and Light on Selected Elementary Students*. Las Vegas, NV: Doctoral Dissertation.
- Luzzatto, L., e Pompas, R. (2001). *Il colore persuasivo*. Milano: Il Castello.
- Luzzatto, L., e Pompas, R. (2001). *Il linguaggio del colore*. 6° ed. Milano: Il Castello.
- Di Renzo, M. Widmann, C. (2001). *La psicologia del colore*. Roma: Edizione Scientifiche Magi.
- Widmann, C. (2000). *Il simbolismo dei colori*. Roma: Edizione Scientifiche Magi.
- Brusatin, M. (1983). *Storia dei colori*. Torino: Piccola biblioteca Einaudi.

Clark, L. (2004). *Cromoterapia*. Milano: Red Edizioni.
Zammuner, V.L., e Cigala, A. (2001). La conoscenza delle emozioni nei bambini in età scolare. *Età evolutiva*, 69, 19-42.

Sitografia

<https://www.ualberta.ca/ALUMNI/history/peoplep-z/86winwohlfarth.htm>

¹ Istituto per lo Studio delle Psicoterapie, Roma

² Università degli studi di Cassino e del Lazio Meridionale

³ Università degli Studi di Cassino e del Lazio Meridionale