

Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

Impacto de los colores

por Kevin Stuckey, M.Ed., CCC-SLP

Los niños, como los adultos, son muy conscientes del color. Los estudios psicológicos sugieren que el color puede influir en el estado del ánimo y el comportamiento, estimular el cerebro y el cuerpo, e incluso afectar a la salud de los niños. Asimismo, estudios científicos también han determinado que la exposición a ciertos colores puede mejorar los hábitos de sueño, aumentar el poder de la memoria y mejorar desempeño académico. Los psicólogos del color han relacionado el color con el desarrollo del cerebro, disminución del ausentismo, aumento de la productividad y la transición de la niñez a la edad adulta.

Colores cálidos: en general, los colores cálidos provocan felicidad y comodidad. Tonos llamativos de rojo, naranja y el amarillo puede estimular la mente y tener un efecto energizante en el cuerpo.

Rojo: el color de la pasión y los sentimientos fuertes, el rojo excita y energiza el cuerpo al aumentar frecuencia cardíaca, presión arterial y respiración. Rojo, usado en combinación con otros colores en aulas, pueden ayudar en tareas repetitivas u orientadas a los detalles.

Rosa: evocando empatía y feminidad, el rosa crea una atmósfera relajante y reduce la frecuencia cardíaca. Sin embargo, a pesar del efecto calmante inicial, demasiado rosa puede provocar agitación y ansiedad.

Amarillo: brillante y alegre, el amarillo se asocia con la felicidad y la motivación. Suave, los amarillos promueven la concentración, mientras que los tonos más brillantes estimulan la memoria y aumentan el metabolismo. Sin embargo, demasiado amarillo puede evocar sentimientos de estrés, enojo y frustración.

Naranja: agradable y acogedor, el naranja tiene una naturaleza claramente social. Inspira interpersonal, comunicación y tranquiliza a la gente. Naranja también mejora el pensamiento crítico y la memoria.

Colores fríos: los colores fríos tienen un efecto calmante.

Azul: los colores azules mejoran la creatividad y producen un ambiente fresco y relajante. El azul calma la mente y el cuerpo, lo que reduce la presión arterial, la frecuencia cardíaca, la respiración y disminuye la sensación de la ansiedad y agresión. Los niños que tienen problemas para dormir o que son propensos a rabietas y otros problemas de comportamiento, pueden beneficiarse de pasar tiempo en un entorno azul. Sin embargo, demasiado azul también puede deprimir o despertar sentimientos de tristeza.

Púrpura: ideal para los niños, ya que llama la atención, el púrpura se asocia con la sabiduría y la espiritualidad. El púrpura combina la estabilidad del azul y la energía del rojo, adquiriendo las características de cualquiera, dependiendo de la sombra.

Verde: el verde simboliza la naturaleza y promueve un ambiente sereno y relajante. Asociado con salud, curación y bienestar, el verde tiene un efecto calmante en el cuerpo y la mente, reduce la ansiedad y promueve la concentración. La exposición a tonos de verde también puede aumentar la lectura. Un estudio descubrió que al colocar una hoja verde transparente encima del texto, los estudiantes podían mejorar su velocidad de lectura y comprensión.



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres
(cont.)

Colores en el entorno de aprendizaje

Por lo general, pensamos en usar ciertos colores solo para hacer que una habitación parezca más grande o menor. Dado que las aulas son lugares de aprendizaje activo, agregar color a un aula puede crear un entorno que estimule el aprendizaje, maximice la retención de información y prevenga la ansiedad. La investigación confirma que el color afecta el aprendizaje, la comunicación, la productividad y las emociones también. Color también tiene impactos tanto positivos como negativos en los niños. La selección de color puede causar que los niños se vuelvan excitables e hiperactivos o aburridos y desinteresados. Las investigaciones muestran que los colores más claros, como el amarillo y el azul, provocan efectos positivos mientras que los colores más oscuros como el azul profundo, el negro o el gris crean emociones negativas. Además, el color rojo puede aumentar la ansiedad en algunos niños.

Grandes cantidades de colores brillantes, especialmente rojos y naranjas, pueden causar sobreestimulación de los estudiantes. La investigación del cerebro muestra que usar más de seis colores en un aula puede distraer a los alumnos e incluso puede tener un impacto negativo en la capacidad cognitiva del alumno. Una excepción a esto está con niños más pequeños que prosperan en un entorno lleno de paredes, decoraciones y muebles.

Los colores también ayudan a definir áreas de aprendizaje específicas de una sala para actividades particulares. Por ejemplo, sillas azules en la esquina puede definir un área para la lectura y la relajación, mientras que una mesa roja puede identificar un espacio de juego libre. La investigación también concluye que los estudiantes mayores trabajan mejor en habitaciones pintadas con tonos más claros de azul y verde, que reduce el estrés y distrae menos que los colores primarios llamativos.



Recursos:

"Nursery Color Psychology: Let Science Decide!" by Kitty Lascurain (2017) Retrieved 5-25-17 from <https://www.thespruce.com/color-psychology-for-kids-2504750>

"Colors in the Classroom Learning Environment – Color Your World" by SmithSystem (2017) Retrieved 5-25-17 from <https://smithsystem.com/resource-library/article-library/color-world/>

"Colours for the Classroom" by Karen Walstra (2014) Retrieved 5-25-17 from <http://www.karenwalstraconsulting.com/home/index.php?ipkArticleID=43>

"The Top Color Schemes for a School Classroom" by Dianna Mendez (2016) Retrieved 5-25-17 from <https://owlcation.com/academia/The-Top-Color-Schemes-for-a-School-Classroom>

"Color Psychology: Child Behavior And Learning Through Colors" by Jacob Olesen (2017) Retrieved 5-25-17 from <http://www.color-meanings.com/color-psychology-child-behavior-and-learning-through-colors/>

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com