

اصول پایه در معماری داخلی آشپزخانه

سحر طوفان*

استادیار، گروه معماری، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

خلاصه

در معماری خانه، فضای آشپزخانه با حضور زن معنی می یابد. در مقایسه با سایر بخش های خانه، آشپزخانه چه از بعد کارکردی و چه از بعد کالبدی، مکانی زن محور محسوب می شود. فرضیه اصلی تحقیق، به میزان آشنایی و کاربست مهندسی ارگونومی در طراحی داخلی آشپزخانه ها و تاثیر و تاثر آن دو مبتنی می باشد. مقاله به جامعه آماری با تعریف جامعه ی زنان، تاکید دارد. روش تحقیق اتخاذ شده در این نوشتار "روش تحقیق توصیفی-تحلیلی" بوده که با رویکردی نوین و میان دانشی سعی در برانگیختن توجه معماران جهت تدوین فضای آشپزخانه متناسب با مقیاس و استانداردهای زنانه و فاکتورهای انسانی دارد. مهمترین دستاورد این نوشتار، تمرکز و توجه به دانش ارگونومی و نمود آن در معماری داخلی آشپزخانه زن محور، جهت کاهش تنش و خستگی و افزایش لذت از مکان می باشد.

کلمات کلیدی: ارگونومی، آشپزخانه، معماری زن محور

۱. مقدمه

در عصر حاضر که پژوهش های میان رشته ای ارزش خاصی در جامعه ی علمی پیدا کرده است، پرداختن به ارتباط معماری آشپزخانه و کاربران رده اول آن یعنی بانوان، از مباحثی است که می تواند مورد توجه پژوهشگران عرصه معماری و طراحان صنعتی قرار گیرد. متأسفانه مدتی است که نمود مسأله هویت در معماری ایرانی و سازگاری فضای ساخته شده با محیط و انسان به فراموشی سپرده شده است. در این میان پرداختن به موضوعاتی چون تاثیر و تاثر کاربر (زنان) و مکان (آشپزخانه) در شکل گیری کالبد فضا از جمله مواردی است که مهجور واقع شده است. این در حالی است که ما هم

* Corresponding author

Email: sahar.toofan@iaut.ac.ir و sahar.toofan@gmail.com

اکنون در دنیایی زندگی می‌کنیم که به سرعت به پیش می‌رود. زندگی امروزی بازتاب این حقیقت است که کار زنان هرگز پایانی ندارد. در چنین شرایطی زنان با کار زیاد که پیامد آن خستگی است دست به گریبان‌اند. امروزه اکثر زنان پایه‌پای مردان هرروز به سرکار می‌روند و علاوه بر تامین قسمتی از مخارج زندگی، باید وظایف مادری خوب و مهربان و یک زن واقعی و پرنرژ را نیز به عهده گیرند. همین امر باعث بروز مشکلاتی مانند خستگی و بیماری می‌شود. (جوادنیا، ۱۳۸۴: ۸)

در کنار موارد فوق عدم رعایت استاندارد های معماری داخلی و بی برنامه بودن طرح فضاها و دکوراسیون مکان هایی همچون آشپزخانه، که یکی از اصلی ترین فضاهاى مورد استفاده خانم ها محسوب می شود؛ در تشدید خستگی بانوان نقش مضاعفی را ایفا می کند. نادیده گرفتن برخی از جنبه های زندگی، روحیات و نیازهای واقعی زنان، در مقاله " بازتولید نقش های سنتی زنان " نوشته ی مریم حسین خواه که زنان را در قالب مادر و همسری کدبانو که دغدغه یی جز یافتن بهترین راهکارها برای پختن یک غذای لذیذ ندارد، مورد بازنگری قرار خواهد گرفت؛ چرا که این در حالی اتفاق می افتد که مهمترین بخش قضیه یعنی لذت بردن از کار در آشپزخانه و تمهیدات آن غالباً مستتر مانده است.

تاکنون توصیف های گوناگونی از دانش ارگونومی ارائه شده است، اما دریک توصیف فراگیرمی توان گفت که ارگونومی عبارت است از کاربرد اطلاعات علمی موجود درباره ی انسان و روش های علمی تولید چنین اطلاعاتی، برای حل مشکل طراحی. به این ترتیب ارگونومی ظرفیت هاوتوانمندی های انسان را بررسی می کند و سپس اطلاعات به دست آمده را در طراحی مشاغل، فرآورده ها، محیط کاروتجهیزات به کار می بندد. (چوبینه، ۱۳۸۷: ۳۸۷) معمولاً اصطلاحات ارگونومی و عوامل انسانی به طور مترادف بهره گرفته می شود. ارگونومی را مهندسی فاکتورهای انسانی، می‌دانند که در بستر شناخت، ارزیابی و بازنگری شرایط کالبدی و روانی انسان، در نظر دارد تا بهترین و کارآمدترین محصول را در انطباق بیشینه با نیازها و شرایط روحی و جسمی کاربران فراهم آورد که بهبود فعالیت‌های انسانی و افزایش بهره‌وری کاربران در محدوده زمانی خاص را نیز، به همراه دارد. بر این اساس، مهندسی ارگونومی با در نظرگیری فاکتورهای انسانی در رشته‌هایی مانند طراحی معماری و طراحی صنعتی، شهرسازی و طراحی داخلی و دکوراسیون رونق می‌یابد، چنانچه نمی‌توان بی‌التفاوت به شاخص‌ها و متغیرهای مهندسی ارگونومی، به طراحی در عرصه معماری و طراحی داخلی پرداخت.

گسترش کاربرد مهندسی فاکتورهای انسانی (ارگونومی) این ضرورت را ایجاد می‌کند تا اصول و مبانی این روشمندی علمی در طراحی آشپزخانه و طراحی صنعتی آن، در حوزه طراحی فضاهای داخلی و دکوراسیون مورد استفاده قرار گیرد. از آنجا که توجه به تناسبات انسانی و نحوه طراحی فضاها و نوع چیدمان مبلمان، می‌تواند در احساس راحتی و آسایش زنان در فضای آشپزخانه تاثیرگذار باشد، لازم به نظر می‌رسد تا این امر در ادبیات معماری داخلی، به روز سازی شود و تعمیم یابد. این امر در این گفتار مورد توجه قرار گرفته است و به اصول و مولفه‌هایی از طراحی داخلی که باید به مهندسی فاکتورهای انسانی توجه داشته باشد، معطوف می‌شود. از آنجا که این امر هنوز مورد تبیین جدی در ایران و حتی بصورت خاص در ادبیات جهانی طراحی داخلی نبوده است، این گفتار را تنها می‌توان سرآغازی بر التزام کاربرد آن در معماری داخلی دانست.

در این پژوهش عدم توجه به بعد کاربردی فضا و الگوی عملکردی پذیرفته شده زنان در رابطه با معماری آشپزخانه که بنابه گفته ی کریستوفر الکساندر، راز جاودانگی معماری محسوب می شود، و در کتاب " راه بی زمان ساختن " به تفصیل آمده است، یکی از مباحث اساسی نوشتار می باشد که در ابعاد مختلف در رابطه با معماری آشپزخانه و زنان مورد بررسی قرار خواهد گرفت. در نهایت در این تحقیق از مباحث علم ارگونومی در طراحی تولید صنعتی وسایل و دکوراسیون آشپزخانه با گریزی به تز ادوارد تی هال یعنی " بعد پنهان " پرداخته خواهد شد. جهت بیان و حل مشکلات زنان در رابطه با کار در آشپزخانه، از استانداردهای فضایی و رویکرد های فرهنگی، بهره گرفته خواهد شد.



شکل شماره (۱): ابعاد و تناسبات ارگونومیک آشپزخانه

۲. ارگونومی و معماری آشپزخانه

واژه ارگونومی (Ergonomy) از ترکیب دو کلمه یونانی «ergon»، به معنای «کار» و «nomos» به معنای «قانون و قاعده» تشکیل شده است. (رحمانی، ۱۳۸۸، ۲) از آغاز انقلاب صنعتی تاکنون، بسیاری در اندیشه ی دستیابی به شرایط کاری ایمن و سالم و راحت هستند. نخستین بار نزدیک به ۱۲۰ سال پیش پژوهشگر لهستانی، وجیسج جاسترز بوسکی (۱۸۸۲-۱۷۹۹) اصطلاح ارگونومی را به جهان ادبیات معرفی نمود. (چوبینه، ۳۸۹:۱۳۸۷) علاوه بر این، ارگونومی را شاخه ای از علوم کاربردی می دانند که به بررسی رابطه انسان با محیط کار می پردازد. هدف اساسی از این علم، بهبود بخشیدن به نحوه کار، روش ها و وسایل کار، و انطباق بخشیدن آنها با خصوصیات روانی و بدن انسان است که در بستر همین انطباق است که با طراحی داخلی و دکوراسیون ارتباط دارد، چراکه بی انطباق دکوراسیون داخلی و نحوه ساخت و چینش عناصر فضاهای داخلی، نمی توان انتظار داشت که بهترین پاسخ به نیازهای بدنی و روحی کاربران از فضاهای داخلی، داده شود تا افزایش بهره وری و راندمان کار در محیط های داخلی فراهم آورده شود. ارگونومی بعنوان رشته ای از علوم که با بدست آوردن بهترین ارتباط میان انسان و فضاهای داخلی، مرتبط است، تعریف می شود. ارگونومیست ها با ارزیابی قابلیت ها و محدودیت های انسان (بیومکانیک و آنتروپومتری)، استرس های کاری و محیطی (فیزیولوژی کار و روانشناسی صنعتی)، نیروهای استاتیک و دینامیک روی بدن انسان (بیومکانیک)، احتیاط (روانشناسی صنعتی)، خستگی (فیزیولوژی کار و روانشناسی صنعتی)، طراحی و آموزش و طراحی ایستگاه کاری و ابزارها (آنتروپومتری و مهندسی)، سر و کار دارند. متخصصان ارگونومی تلاش می کنند تا با ایجاد تغییرات مطلوب در سیستم های کاری از طریق جایگزینی تجهیزات، کنترل فاکتورهای فیزیکی (دما، نور، ارتعاش و صدا)، چیدمان صحیح ابزارهای مورد نیاز، کیفیت زندگی کاربران را ارتقا بخشند. ارگونومی، در حقیقت ترکیبی است از رشته های بیومکانیک، فیزیولوژی، آنتروپومتری و روانشناسی که به بررسی تناسب محیط و فضاهای داخلی با شرایط و تناسبات انسانی می پردازد.



شکل شماره (۲) : توجه به فاکتورهای انسانی و کاربرد فضای آشپزخانه

بی توجهی به اصول ارگونومیک در طراحی فضاهای زندگی، می تواند سلامتی انسان را با خطرات جدی مواجه سازد. ارگونومی در عمل به مفهوم تطابق و سازگاری محیط کار، ابزار کار و شرایط کار با توانایی های جسمی و روانی انسان ها می باشد. ارگونومی یا مهندسی فاکتورهای انسانی دانشی است کاربردی مرکب از علوم پایه مختلف از جمله فیزیولوژی روانشناسی، فیزیک، مکانیک، طراحی، آمار، ریاضی، جامعه شناختی، مدیریت و بسیاری موارد دیگر، چنانچه این علوم در کنار هم اصول ارگونومی را شکل داده و به طراحی بهتر سازمان در جهت بهره وری بیشتر، کمک نموده و میزان رفاه و سازگاری زنان را با محیط آشپزخانه به طرز چشمگیری افزایش می دهند. (طوفان، ۱۳۹۱: ۱۰۱)

آشپزخانه های امروزی نقشی را که غذای خوب در بهبود زندگی انسان به عهده دارد جدی می گیرند. اهمیتی ندارد که چقدر جامعه به سوی تکنولوژی پیش برود، مردم باز هم به دنبال راههایی هستند تا به ابتدایی ترین شکل تغذیه شوند. بنابراین آشپزخانه های مدرن دژی است نه فقط کارآمد، بلکه تغذیه کننده. اکنون آشپزخانه بخشی از مرکز خانه است، مکانی از سرزندگی و نور. (الکساندر، ۱۳۷۶: ۹۲) آشپزخانه های مدرن همیشه در برابر بقیه ی فضاهای اصلی زندگی به شکلی باز قرار دارند، و فقط با یک پیشخوان، درب مات کشویی و یا با جداسازی متحرک، تفکیک شده اند. ارزش والای غذا به عنوان منشاء تغذیه، طراحی آشپزخانه را در بسیاری از جنبه ها تحت تاثیر قرار می دهد. هودها و اجاقهای رومیزی بسیار بزرگ، معادل های مدرن اجاقهای بزرگ آشپزی قرون گذشته شده اند. در حقیقت وسایل زندگی از همه نوع برای دوام طولانی تر ساخته می شوند، در مقایسه با یخچالها و اجاقهای در رده ی صنعتی که مطابق مد به روز می شوند. (بادن پاول، ۱۳۸۸: ۳۶) به این دلیل که شیوه های زندگی، غیر رسمی تر شده است، طراحی آشپزخانه دگرگون شده تا معاشرت را ترویج کند. آشپزی دیگر فعالیتی انفرادی نیست، بلکه کاری گروهی است؛ لذا شهرت این مکان ویژه، مکان ملاقاتی است که افراد را برای آماده سازی غذا و گفتگو گرد هم می آورد. (افشار شفایی، ۱۳۸۴: ۱۶)

لوازم شیک و با دوام نماد آشپزخانه های مدرن، و استیل در ردیف محبوب ترین انتخاب برای وسایل خانگی، تجهیزات کابینت، و بسیاری طرح های دیگر می باشد. جالب است که ظاهر رسمی استیل اغلب کنار موادی قرار می گیرد که نماد آشپزخانه های خانگی گذشته هستند، مثل چوب های مرغوب و سنگ های طبیعی بدون جلا. شیشه و آینه نیز بوسیله معماران داخلی آشپزخانه برای نیرومندتر کردن محیطی باز، مورد توجه قرار گرفته است.



شکل شماره (۳): فرم خاص و ارگونومیک آشپزخانه

آشپزخانه ها می توانند برای آرشیتکتها و طراحان داخلی، که بیشترین استفاده را از عناصر بسیار کاربردی آشپزخانه ها می برند، هیجان انگیزترین مکان خانه باشند، یا به شکل تبدیل آنها به اثری هنری یا بوسیله تبدیل آنها به ابتدایی ترین مکان خلاقیت در هر چیزی ممکن است؛ گروهی از قفسه ها که به عنوان ساختار کوبیستی بیان شده است، یا شیرآلات و اتصالات لوله ها که بیشتر به یک مجسمه شباهت دارند تا لوله کشی. در آشپزخانه های کوچکتر جایی که یک جزیره مرکزی ثابت ممکن است انعطاف پذیری را محدود کند، یک میز متحرک برای غذا خوردن یا کار کردن مناسب به نظر می رسد. استیل به کار رفته در میز، وسایل خانگی، و تجهیزات کابینتها ماده تاکیدی مهمی در این مکان می باشد. (مردیت، ۱۳۸۵: ۵۴)

نخستین عاملی که باید در طراحی آشپزخانه مد نظر قرار داد این است که جریان ترافیک آشپزخانه را پیش بینی کرده و بر آن اساس مثلث عملیاتی را طراحی کنید: یعنی مثلث یخچال، اجاق و سینک. باید هر گونه آمد و شدی به درون این مثلث را تحت نظارت و کنترل داشته، به خصوص ورود مواد خریداری شده را کنترل کرد تا فضای کافی برای اجرایی ساختن عملیات خود در اختیار داشته باشید. به هر حال منظور این است که کارآیی عملیاتی را به این ترتیب ارتقا بخشید. (طوفان، ۱۳۹۱: ۱۹۷)

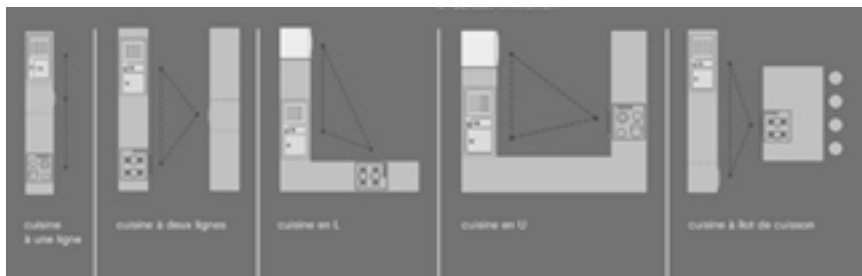
۳. سه عنصر اصلی آشپزخانه

یخچال - یکی از بزرگترین و مهمترین عناصر در هر آشپزخانه‌ای یخچال است. باید به خاطر داشت که تقریباً هر آشپزخانه‌ای دارای یک یا چند یخچال است که گستره‌ی وسیعی از شکل و رنگ و ابعاد را در نمای اصلی فضای زن محور آشپزخانه به نمایش می‌گذارد. اما مهم این است که اندازه‌ای برای یخچال انتخاب کنید که با نیازهای آشپزخانه‌تان تطابق داشته باشد. در یک آشپزخانه‌ی کوچک که مسئله‌ی فضا امری حیاتی است، مسلم این که داشتن یخچال کوچکتر، مناسبتر است. از کوچکترین اندازه‌ی ممکن برای یخچال استفاده کنید تا بتوانید فضای اضافی را به پیشخوان آشپزخانه، کابینت‌ها و فضای عمومی کارتان اختصاص دهید. یخچالهای ایستاده و فشرده‌ی نیم قد برای آپارتمانهای شهری بیشتر مناسباند.

یخچال ساید بای ساید فضای کمتری اشغال می‌کند و امکان ذخیره‌ی بیشتر را هم فراهم می‌آورد. مدل‌های حرفه‌ای و غول آسا معمولاً برای آشپزخانه‌های کوچک توصیه نمی‌شوند، چه این قبیل یخچالها دارای فضای ذخیره‌ی بالا هستند و مصرف برق بالایی هم دارند. برای هر یخچالی باید مطمئن شوید که فضای کافی برای باز شدن در آن، در اختیار دارید و نیز فضایی که بتوانید غذاهای داخل آن را بیرون بیاورید و داخل آن را سرو سامانی ببخشید. یخچال باید در دسترس ترین بخش مثلث کار آشپزخانه باشد. (بادن پاول، ۱۳۸۸: ۸۳)

اجاق - عنصر بعدی در آشپزخانه، واحد مربوط به پخت و پز است. یک اجاق رومیزی بهترین واحد برای آشپزخانه‌های کوچک است. اجاق رومیزی می‌تواند به خودی خود به مرکز آشپزخانه بدل شود. اجاق دو شعله برای آشپزخانه‌هایی ایده‌آل است که کاری جز گرم کردن مجدد غذا ندارند. اما اجاقهایی با شعله‌های بیشتر برای سرخ کردن غذا، بریان کردن و سایر موارد هم به کار می‌آیند. در واقع گاه یک اجاق مناسب، معماری زن محور آشپزخانه را از لوازم و ملزومات دیگر آشپزخانه هم مانند مینی گریل برقی، سرخ کن و مانند اینها بی‌نیاز می‌کند و جای اضافی در آن ایجاد می‌کند که به کار فعالیتهای دیگر هم می‌آید. (مردیت، ۱۳۸۵: ۵۵) اجاق گاز یا اجاق رومیزی باید در دورترین بخش مثلث عملیاتی قرار گیرد و از هر دو طرف از ترافیک آشپزخانه در امان باشد. فضای کافی برای باز کردن درب فر و سطوح ضد گرمای دیگری که بتوان ظروف داغ را از روی اجاق برداشته بر روی آنها قرار داد. قفسه‌های بالای اجاق باید فقط مواد و اقلامی را در خود جای داده باشند که بر اثر گرما هیچگونه تغییری در کیفیت آنها داده نمی‌شود.

سینک ظرفشویی - آخرین عنصری که باید در طراحی هر آشپزخانه درباره‌ی آن به درستی فکر کرد سینک ظرفشویی است. سینکهای ظرفشویی مانند یخچال و اجاق در اشکال بسیار متنوع ساخته می‌شوند. گنجایش آنها هم با یکدیگر تفاوت دارد. سینکهای عمیقتر به درد مخفی نگاه داشتن توده‌ی ظروف نشسته می‌خورند، اما در معماری زن محور آشپزخانه توصیه می‌شود سینکهای خیلی عمیق تهیه نکنید تا به کمردرد مبتلا نشوید. بسته به نوع غذایی که بیشتر در دستور کار دارید باید سینک مناسبی هم تهیه کنید. اگر پاستا، سوپ، یا غذاهایی می‌پزید که مانند اینها نیاز به قابلمه‌های عمیق و جادار دارند سینک گودتر و شیربلندتر احتیاج دارید. اگر سبزی تازه بیشتر مصرف می‌کنید باید سینکی داشته باشید که به تخته‌ی برش هم مجهز باشد و فضای کافی برای شستن هم در اختیارتان قرار دهد. اگر کمترین حد آشپزی در آشپزخانه شما صورت می‌گیرد می‌توانید از مدل کوچکتری از سینک استفاده کنید یا حتی از مدل بار برای سینک استفاده کنید که سطح بیشتری از پیشخوان را در اختیارتان قرار می‌دهد. شیر ظرفشویی هم عنصر مهمی از آشپزخانه به شمار می‌آید. شیرهای افشانه و تک دسته‌ای شستن را آسانتر می‌کنند و به خصوص برای سبزیها، میوه‌ها و پرکردن ظروف بزرگتر بسیار کارآمدند. برخی از شیرها قابلیت تنظیم درجه‌ی حرارت آب را هم دارند و برخی از انواع پیشرفته‌تر به تجهیزات تصفیه‌ی آب هم مجهزند. (مردیت، ۱۳۸۵: ۳۸)



شکل شماره (۴): مثلث کار در آشپزخانه آشپزخانه

برخی از اندازه ها و استانداردهای ارگونومیک مبلمان آشپزخانه برگرفته از کتب " ابعاد انسانی، فضاهای داخلی" و " نویفرت":

- (۱) آشپزخانه‌ی کوچک به آشپزخانه‌ای گفته می‌شود که مساحت آن کمتر از ۱۴ متر مربع باشد. برای چنین آشپزخانه‌هایی دست کم به ۳/۵ متر کابینت دیواری و ۴ متر کابینت زمینی احتیاج است.
- (۲) کابینت دیواری حداقل باید ۳۰ سانتیمتر عمق داشته باشد و ۷۰ سانتیمتر ارتفاع؛ و کابینت زمینی حداقل ۵۳ سانتیمتر عمق نیاز دارد.
- (۳) مثلث عملیاتی یعنی دقیقاً مثلث حدفاصل سینک، اجاق و یخچال نباید قاعده‌ای کمتر از ۱/۲ متر یا بیشتر از ۲/۷ متر داشته باشد و نباید جزیره‌های کاری در داخل آن قرار داشته باشند.
- (۴) در آشپزخانه‌های کوچک حدود ۳۳۵ سانتیمتر پیشخوان قابل استفاده با حداقل ۴۰ سانتیمتر عمق نیاز است.
- (۵) هیچ نوع ترافیکی نباید در داخل مثلث عملیاتی وجود داشته باشد.
- (۶) بازوهای فرعی عملیاتی هم باید حداقل ۱۰۰ تا ۱۲۲ سانتیمتر پهنا داشته باشند.
- (۷) دستگیره‌ها، کنترلرها و کشوها با یک دست هم قابلیت عملکرد داشته باشند. هیچ چیز نباید چنان طراحی شده باشد که کاربرد دو دست در آن واحد را طلب کند.

۴. ارگونومی رنگ در معماری آشپزخانه

رنگ‌ها در محیط و فضاهای پیرامون ما از واقعیت و نمودی غیر قابل انکار برخوردارند، آنها به صورت مواد رنگین خالص، تیره، روشن و خاکستری وجود دارند و با نور منعکس شده از سطح اشیاء توسط بینایی انسان درک می‌شوند و به روی سلسله عصبی، ذهنیت و روان آدمی تاثیر می‌گذارد. بنابراین، بخشی از تاثیرگذاری رنگ‌ها مربوط به نمود و شخصیت مستقل هر رنگ است که از آن می‌توان به عنوان «قدرت بیان زبان رنگ» نام برد. بخشی دیگر مربوط به وضعیت ذهنی و روانی افراد است. هنرمندان، فلاسفه، محققین و روانشناس‌ها صحبت‌های بسیاری راجع به تاثیرات رنگ بر روی انسان کرده‌اند. امروزه حتی با نوع انتخاب و استفاده از رنگ‌های مشخص، می‌توان به خصوصیات روانی و شخصیت افراد تا حدود زیادی پی برد. (صدر، ۱۳۸۱: ۲۶)

مبحث حاضر بیانگر بخشی از تجربیات و آزمون‌هایی است که مبتنی بر شناخت رنگ‌ها و درک قواعد معماری و طراحی به دور از محدودیت‌ها صورت پذیرفته است. رنگ‌ها وضعیت ذهن، تفکر، علایق و فرهنگ انسان را بازگو می‌کنند. رنگ در فضاهای داخلی یک ضرورت است، انسان در هر فرهنگ، ملیت و تاریخی که زندگی می‌کند، آمیخته‌ای از اعمال و امیال در قالب رفتارهاست. لایه‌ای از رنگ همه چیز را می‌پوشاند و جذابیت تزئینی دارد که به حفظ علایق می‌پردازد. رفتار رنگ در انجام کارهای مختلف بی‌شمار است. رنگ در همه جا خود را تحمیل می‌نماید. بدین صورت رنگ وظیفه استاتیک یا دینامیکی دارد که می‌تواند خاصیت تزئینی یا تخریبی در معماری داشته باشد. برای ایجاد یک جهت‌یابی جدید از زمینه نقاشی دیواری امکاناتی وجود دارد که باید مورد استفاده قرار گیرد. در کتب مختلف رنگ شناسی از جمله "کتاب رنگ ایتن" و کتاب "انسان، معماری و رنگ" ابوالقاسم صدر اطلاعاتی در رابطه با ارگونومی رنگها و تدوین فضای معماری داخلی آشپزخانه، آمده که بصورتی اجمالی در نوشتار ذیل به آن می‌پردازیم.

رنگ آبی دارای شخصیتی آرام، تفکر برانگیز، منطقی، خون سرد، لطیف، قابل اعتماد و پر رمز و راز است و تأثیری آرامبخش روی سیستم عصبی دارد. از آنجایی که رنگ آبی به عنوان کاهنده اشتها عمل می‌کند، توصیه می‌شود از این رنگ برای اتاق ناهارخوری و استفاده نشود. از رنگ آبی در آشپزخانه‌های مدرن با وسایل درخشانده و براق استفاده می‌شود. متریاال‌های مدرن و جدید در معماری همانند ورق‌های مولتی استایل - کامپوزیت آلومینیوم - ترسپا که بافت‌های فلزی، کرومیک و تیتانیوم رنگ دارند دارای بالاترین هماهنگی با رنگی آبی هستند و به کارگیری از این متریاال‌ها به صورت کادر، لکه و موضوع، هارمونی ویژه‌ای ایجاد می‌نماید. جلای فلزی و رنگ‌های متالیک همراه با آبی‌های براق، شیشه و کروم، روشی عالی برای ایده‌های طراحی محسوب می‌شوند که حسی جدید از نوآوری و تکنولوژی را القا می‌کند.

رنگ سبز تداعی کننده طراوت، پاکي و سادگی است. سبز درخشان در یک طیف رنگ ساده هیجان و شادی آفرینی می‌کند. سبزه‌های درخشان و روشن حس زیبایی رویدن و نو شدن را القا می‌نماید. سبزه‌های لیمویی گزینه مناسب برای آشپزخانه‌های کوچک است که گرما را در فضا متصاعد می‌کند. رنگ بنفش روشن و طیف آبی سبز، مکمل بسیار قوی در طراحی را تشکیل می‌دهند که در صورت انتخاب این رنگ‌ها در کنار هم فضاهای مدرن و خاص را ایجاد می‌نماید. محیطی بسیار شیک و زیبا نمایان می‌شود.

رنگ قرمز دارای شخصیتی متکی به خود، مسلط به امور، نیرومند، فعال، پرتحرک، سرشار از حس زندگی، سرکش و پرهیجان است و در عین حال این رنگ می‌تواند آزار دهنده، محرک عصبانیت و آشفتگی آور هم باشد و بر این اساس است که استفاده از آن در هر فضای داخلی تأثیرات ویژه‌ای را در کاربران فضا ایجاد می‌کند که باید مورد توجه طراحان داخلی قرار داده شود. به خاطر اثر تحریک‌کنندگی رنگ قرمز، برای فضاهایی که حرکت و فعالیت در آن مثل آشپزخانه زیاد است مناسب می‌باشد. و از آنجایی که رنگ قرمز اشتها را زیاد می‌کند، در رستوران‌ها معمولاً به کار برده می‌شود و می‌تواند یک گزینه خوب برای یک اتاق ناهارخوری رسمی باشد، چراکه احساسات شاداب و معاشرتی را ترویج می‌کند.

رنگ نارنجی یک رنگ گرم، شاد و زندگی بخش می‌باشد. این رنگ به عنوان یک رنگ انرژی‌زا در نظر گرفته می‌شود. رنگ نارنجی به طرق گوناگونی شاد به نظر می‌رسد و مثل زرد تحریک‌کننده و مانند قرمز مملو از شور و علاقه و نشاط است. از رنگ نارنجی برای اتاق ناهارخوری استفاده می‌شود.

رنگ زرد شخصیتی دوگانه دارد. از یک طرف جذاب و محرک است و از جذاب و محرک است و از طرف دیگر شکننده و بی‌دوام. در حالت خلوص زرد نمادی از ذکاوت و دانایی است، اما به محض رقیق و تاریک شدن نشانه بی‌اعتمادی، بی‌خودی و تردید است. زرد رنگی مهاجم و انعطاف‌پذیر است که به سرعت خاموش می‌شود و از انرژی می‌افتد. هیچ رنگی مثل زرد تزئین یا دکوراسیون را روشن نمی‌کند. زرد قویترین گزینه برای روشنتر کردن اتاق یا اتاق‌هایی که رو به شمال قرار دارند می‌باشد. این رنگ برای آشپزخانه، اتاق ناهارخوری و اتاق‌های رو به شمال مناسب می‌باشد.

رنگ‌ها معمولاً تأثیری مستقیم بر روی آدمی باقی می‌گذارند. گاهی این تأثیرات خوشایند و گاهی ناخوشایند هستند. ما نیز در مقابل این تأثیرات عکس‌العمل نشان می‌دهیم. از تأثیرات مثبت رنگ احساس رضایت می‌کنیم و از تأثیرات منفی آن دوری می‌جوئیم. این تأثیر خوشایند به روی اخلاق، رفتار و برخورد ما با دیگران موثر است و به ارگونومی فضایی آشپزخانه و فعالیت در آن تأثیر می‌گذارد. (طوفان، ۱۳۹۱: ۱۰۴)

نتیجه‌گیری

قطعاً جذاب‌ترین فضای داخل منزل آشپزخانه است، به خصوص زنان اهمیت ویژه‌ای برای آشپزخانه منزل خود قائل هستند. متناسب با اندازه آشپزخانه، اغلب خانواده‌ها صبحانه، نهار و حتی شام خود را نیز در آشپزخانه صرف می‌کنند. امروزه درک غیرصحيح از طراحی اصولی آشپزخانه باعث اشتباهات فراوانی گردیده است. بدون التفات به ویژگی‌های کالبدی و روانی زنان، نمی‌توان انتظار کارآمدترین آشپزخانه را منطبق با نیازها و ویژگی‌های روانی و فیزیکی آنان داشت. در این میان گسترش زمینه‌های ارتباط میان رشته‌ای ارگونومی با معماری این ضرورت را ایجاد می‌کند تا با لحاظ کردن مفاهیم پایه در طراحی صنعتی و معماری داخلی، امکان افزایش مطلوبیت فضاهای آشپزخانه را فراهم کرد. ارگونومی به معنای تناسب اندازه‌ها با اندام و روان انسان است. بطور گویا حد دسترسی زنان به بالاترین طبقه کابینت دیواری یا ارتفاع سینک ظرفشویی هنگام شستن ظروف، می‌تواند متناسب ساخته شود، چراکه استانداردها همیشه کارایی دقیق را برای ارگونومی آشپزخانه دارند. رعایت دقیق اصول مهندسی فاکتورهای انسانی، نه تنها به انگیزش زنان در استفاده و کارایی فضا می‌انجامد، بلکه استفاده بهینه از فضاهای زندگی معماری داخلی آشپزخانه را نیز به دنبال دارد. ایجاد نظم در آشپزخانه در برخی موارد مثل ایجاد شیوه‌هایی از میان آشفتگی به نظر می‌رسد، اما یک آشپزخانه که به خوبی سازماندهی شده می‌تواند تجربه آشپزی را از هرج و مرج به لذت بدل سازد. آشپزخانه اغلب رکن اصلی خانه در نظر گرفته می‌شود. آشپزخانه به عنوان محلی برای زمانی که اعضای خانواده در منزل هستند، برای همه‌ی افراد باقی مانده است. چه در حال آشپزی، تفریح، یا فقط در حال غذا خوردن باشید، مناسب تر است که یک آشپزخانه‌ی ارگونومیک خانواده‌پسند برای برطرف کردن نیازهایی مانند ایمنی، شادی، و عملکرد داشته باشید. تأثیرات رنگ که از راه دیدن و با حس بینایی شروع می‌شود، تبدیل به عمل و حسی غیر دیداری می‌شود و احساسات متنوعی را در انسان برمی‌انگیزد. بر اساس آنچه گفته شد توجه به خصوصیات روانشناختی رنگ نیز می‌تواند در حوزه ارتباط مهندسی فاکتورهای انسانی و طراحی و دکوراسیون داخلی آشپزخانه زن محور تأثیر گذار باشد.

مراجع

- ۱) افشار شفائی مهرداد (۱۳۸۴) سبک‌ها و شیوه‌های طراحی آشپزخانه‌های امروزی، تهران: انتشارات همراز
- ۲) الکساندر، کریستوفر (۱۳۸۰) معماری و راز جاودانگی. ترجمه قیومی. بیدهندی. تهران: دانشگاه شهید بهشتی
- ۳) الکساندر، کریستوفر. چرمایف، جرج (۱۳۷۶) عرصه‌های زندگی جمعی و زندگی خصوصی. ترجمه مزینی، منوچهر. تهران: انتشارات دانشگاه تهران
- ۴) بادن پاول، شارلوت (۱۳۸۸) طراحی آشپزخانه، ترجمه محمد رضا شاهی، تهران: انتشارات یزدا

- (۵) پانرو ، جولوس . زلنیک ، مارتین. (۱۳۸۶) ابعاد انسانی و فضاهاى داخلی ، ترجمه محمد احمدی نژاد ، اصفهان : نشر خاک
- (۶) تی هال، ادوارد(۱۳۸۸) بعد پنهان ؛ مترجم : منوچهر طبیبیان ؛ تهران: انتشارات دانشگاه تهران
- (۷) جوادنیا ، ارمغان(۱۳۸۴) زنان فداکار با کوله بارى از خستگى ، روزنامه ایران ؛ شماره ۳۳۹۶ ۸۴/۱۱/۲۹ ؛ صفحه ۸ (زنان)
- (۸) چوبینه،علیرضا. امیرزاده،فرید،(۱۳۸۷) کلیات بهداشت حرفه ای، شیراز: انتشارات دانشگاه علوم پزشکی شیراز
- (۹) حسین خواه ، مریم (۱۳۸۸) بازتولید نقش های سنتی زنان در تبلیغات ؛ www.aftab.ir شنبه ۲۹ فروردین ۱۳۸۸ - ۵۴ : ۱۲
- (۱۰) رحمانی،خدیجه(۱۳۸۸) ارگونومی کاربردی جهت کاردانان و کارشناسان
- (۱۱) سید صدر، ابوالقاسم (۱۳۸۱) معماری، رنگ و انسان. تهران: آثار اندیشه
- (۱۲) طوفان ، سحر (۱۳۹۱) طرح پژوهشی با عنوان " رابطه بین معماری داخلی آشپزخانه و خستگى بانوان نمونه مطالعاتی: برجهای مسکونی اسمان تبریز " ، با همکاری معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز
- (۱۳) نویفرت ؛آرشیئتکت دیتا
- (۱۴) مردیت ، کارل (۱۳۸۵) آشپزخانه های حرفه ای . ترجمه عابدین شیرازی ، فرید .فصلنامه هنر و معماری شماره ۲ ، صفحات ۶۱-۵۰ ، پائیز ۱۳۸۵
- (۱۵) مردیت ، کارل (۱۳۸۵) آشپزخانه های معاصر . ترجمه عابدین شیرازی ، فرید فصلنامه هنر و معماری شماره ۳ ، صفحات ۴۵-۳۴ ، زمستان ۱۳۸۵

- 1) Mahoney, James.(2010) The Best Kitchen Island Designs
- 2) www.kitchendesignersideas.com
- 3) <http://www.houzz.com/photos/kitchen>
- 4) <http://decoration.wordpress.com>