

Die Kraft der Farben

*Sie machen uns fröhlich oder kreativ, sie lassen uns seriös oder provokant erscheinen. Aber eines steht fest: Farben wirken! Wie man ihre Signale erkennt, wie man sich und andere besser einschätzt, wie man mit ihrer Hilfe entspannen kann –
die neuen Erkenntnisse der Forschung*

Warum werden wir wild, wenn wir Rot sehen?

Rote Pullover erscheinen uns wärmer als blaue, rote Autos schneller als gelbe. In einer grün gestrichenen Kantine essen wir mehr als in einer blauen. Fußballer in schwarzen Trikots werden von Schiedsrichtern öfter bestraft als Kicker, die Gelb tragen. Warum? Ob wir es wahrhaben wollen oder nicht: Farben beeinflussen unsere Stimmungen und Gefühle und – weit mehr als wir ahnen – auch unseren Verstand.

„Jeder Mensch reagiert unbewußt auf Farben“, erklärt der Psychologe, „Farben lösen im Zwischen- und Stammhirn bestimmte Reaktionen aus – und die sind interessanterweise bei allen Menschen gleich: Blau verlangsamt den Puls, Rot beschleunigt ihn – egal, ob Sie Senegalese oder Schweizer, ob Sie sechs oder schzig Jahre alt sind.“

Der Heidelberger Psychologe Tomasek entwickelt seit Jahren Farbstrategien für Großunternehmen. Er meint: wer oben mitspielen will, muss wissen, wie Farben wirken. Denn mit Farben kann man andere perfekt beeinflussen.

Ein ziemlich provokanter Spruch – aber es scheint etwas dran zu sein. Neue Studien aus ganz Europa zeigen, dass der Einfluss der Farben (und farbigem Licht) auf

den Körper bislang masslos unterschätzt wurde. Erstmals können jetzt Phänomene erklärt werden, die Wissenschaftler bisher Rätsel aufgaben.

Weiss

Die neutralste Farbe – sie wirkt leicht und clean. Aber Vorsicht: im Job sollte man Weiss nur tragen, wenn man muss (z.B. Ärzte, Pflegepersonal). Tests haben nämlich gezeigt: wer zu einem wichtigen Gespräch ganz in Weiss erscheint, bleibt nicht lange im Gedächtnis

Gelb

Gelb steht für Fröhlichkeit, blendende Laune und positive Geisteshaltung. Menschen, die Gelb tragen, wirken überzeugend und signalisieren ungebremstes Engagement. Wichtig: ab 20 Uhr sollte gelbe Kleidung im Schrank verschwinden – für die Abendtermine ist sie zu „laut“.

Orange

Eine sehr junge Farbe, die Offenheit, Wärme und Interesse an menschlichen Problemen signalisiert. Also die Idealfarbe für soziale Berufe. Aber Vorsicht, wenn sie einen Büro-Job haben: wer dort Orange trägt, wird weniger ernst genommen und leicht in Alter und Kompetenz unterschätzt.

Warum friert man in einem blauen Raum schon bei 16 Grad, in einem roten aber erst bei 11 Grad? Warum greifen 88% aller Testpersonen, die frieren, intuitiv zu einem roten – und nur 12% zu einem grauen Pullover?

Ob in Schweden, Irland oder Italien – immer wieder kam die Farbe Rot ins Spiel: sie provozierte von allen Farben die stärksten Effekte. Nachgewiesen wurde: Rot aktiviert das Abwehrsystem des Körpers und erhöht den Blutzuckergehalt. Rot treibt den Blutdruck nach oben und lässt und tiefer atmen. Und die wichtigste Entdeckung: die Farbe Rot und rotes Licht werden in erster Linie vom Hämoglobin aufgenommen. Dadurch entsteht im Körper ein Wärmegefühl – der Grund, weshalb rote Wände und Pullis als warm empfunden werden.

Der Psychologe Tomasek nutzt für seine Farbberatungen eine weitere wissenschaftliche Erkenntnis: Rot hat Signalcharakter und wird vom Sehzentrum am schnellsten wahrgenommen – dreimal schneller als Gelb,

Blau oder Grün. Sein Fazit: bei Produkten, die spontan gekauft werden sollen, gehört Rot in die Verpackung und ins Firmenlogo.

Rot

Die absolute Powerfarbe! Bei Farbtests empfanden Versuchspersonen Rot als dynamisch, impulsiv, emotional. Wichtige Regel vom Farbtherapeuten: nur ein rotes Kleidungsstück – nie mehrere. Und für Gespräche mit Vorgesetzten Rot mit Schwarz kombinieren – das wirkt seriöser.

Blau

Die Nummer 1 für Vorstellungsgespräche! Denn wer Blau trägt, vermittelt unbewusst Fachkompetenz, Seriösität – und wirkt sympathisch und gepflegt. Sehr dunkles Blau (mit hohem Schwarzanteil) verbreitet eine kühle, intellektuelle Atmosphäre, ist deshalb Favorit bei Uniformen.

Grün

Testpersonen aller Altersgruppen stufen Grün als langweilige, konservative Farbe ein. Aber: Grün wirkt vertrauenswürdig. Wer es trägt, sagt unbewusst: ich bin wenig flexibel – aber sehr zuverlässig. Keine Chance hat Grün bei Lehrern und Erziehern: Jungtümlich lehnen „Grünträger“ intuitiv ab.

Ein Spielzeughersteller verdankt dem Psychologen schon ein dickes Umsatzplus. Wie das? Tomasek hatte ihm geraten, sein wunderschönes pastellfarbenes Holzspielzeug aus dem Programm zu nehmen – und durch Spielzeug in den Primärfarben (Rot, Gelb, Blau) zu ersetzen. Seine Erklärung ist bestechend simpel: erst im Alter von 9 bis 12 Jahren werden Pastelltöne von Kindern optisch wahrgenommen. Bis dahin greifen sie beim Spielen instinktiv zu den Signalfarben.

In der Werbung ist Blau ein großer Renner. „Blau ist die Farbe der Zukunft“, verkündet der Marketingdirektor einer großen Getränkefirma, als er jüngst den mit Millionenaufwand entstandenen „Blue Look“ präsentierte. Auch IBM setzt auf diese Farbe und nannte den neuen Super-Schachcomputer „Deep Blue“.

Was passiert, wenn wir Blau sehen? Blutdruck, Puls und Adrenalinproduktion verringern sich, was beruhigend wirkt. Muskeln und Nerven entspannen sich. Wir fühlen uns einfach wohl – und sind dabei extrem aufnahmefähig.

Vielleicht ist das der Grund, weshalb blaue Farbbäder derzeit das Sellen-Highlight vieler Beauty-Farmen und Wellness-Hotels sind. Die sogenannten Colour-Energy-Bäder kann man übrigens auch daheim genießen. Sie enthalten haut- und umweltfreundliche Farbpigmente, die in die volle Wanne gegossen werden.

Tipp: Relaxen Sie nach einem schlimmen Bürotag 15 Minuten in Harmonie-Blau und der Stress schwimmt davon.

**Wir beraten Sie gerne und umfassend:
Männer und Frauen
Firmen und Organisationen
Verkäufer und Einkäufer
individuell und in Gruppen
(eingeschränkt nur als Demo und Einführung)**