



Die Wirkung von Farben nach neuen Erkenntnissen „Grauzonen“

Grau, teurer Freund, ist alle Theorie ... Wie recht hat Goethe auch heute noch?

Grauer Alltag ist für die Stadtmenschen unter uns grauenhafte Realität: Ein Leben gegen unsere Natur, denn eigentlich sollten uns vitalisierende, bunte Wiesen und Wälder umgeben wie durch die Jahrtausende unserer Geschichte, statt unnatürliche urbane Wüsten. Doch nicht nur außerhalb unserer Behausungen herrscht Graudepression vor, auch in der modernen Innenarchitektur macht sich diese öde und avitale Farbe breit ...



Nach Statistik und Farbfachleuten ist Grau die „Farbe ohne Charakter“, Grau bedeutet nicht die Mitte von Schwarz und Weiß, sondern Mittelmäßigkeit. Es gibt zwar viele graue Nuancen, aber niemals ein strahlendes Grau.

Graudepression: Gleichgültigkeit, Langweile und Einsamkeit

Wir nehmen etwa 85 Prozent aller Sinneseindrücke über unser Auge wahr. Rund 40 Prozent aller Informationen liefern uns dabei die Farben. Sie lösen bei ihrem Betrachter starke Emotionen und Assoziationen aus – ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht. Was also bewirkt nun diese ständige „Grau in Grau“-Perspektive in uns?

Grau als Farbe des wolkenverhangenen Himmels an trüben Tagen lässt uns pessimistisch denken und hebt nicht gerade die Stimmung. Kein Wunder, verbinden doch nach einer Studie der berühmten Farbpsychologin und Sozialwissenschaftlerin Eva Heller über 60 Prozent aller Befragten diese Farbe mit Gleichgültigkeit. Weit über 50 Prozent assoziieren sie mit Langweile und für fast 40 Prozent ist Grau sogar der Inbegriff von Einsamkeit.

Als sogenannte Unbuntfarbe wirkt Grau avital, energieraubend und hoffnungslos auf uns. Der Farbpsy-

chologe Heinrich Frieling verband Grau mit dem Verbergen und Verstecken, mit Unsicherheit, fehlender innerer Stabilität und allgemeiner Lebensangst.

Grau in grau ist eintönig:

Dass Grau für Unauffälligkeit, Isolierung und das Auflösen von allem Individuellen steht, zeigt bereits unser Sprachgebrauch: Man versteckt sich wie eine „graue Maus“ oder geht unter in der „grauen Masse“. Grau ist Pünktlichkeit, Funktionalität und Sachlichkeit, lauter Tugenden, die wünschenswert erscheinen können, aber sie sind nicht liebenswert. Grau steht für alt, bescheiden, einfach, billig, auch dumm, faul und gefühllos. Nahrungsmittel erscheinen als grauer Brei minderwertig.

Grau – eine hervorragende Kombinationsfarbe

Dennoch muss diese farblose und nichtssagende Farbe nicht unbedingt immer negativ sein. Grau repräsentiert als Mischfarbe zwischen zwei unterschiedlichen Extremen – Schwarz und Weiß – auch eine zurückhaltende und kompromissbereite Wirkung. So eignen sich graue Farbtöne, wenn sehr gut abgestimmt, als Businessfarbe oder auch als verbindliche Kombinationsfarbe – und das sowohl bei der Kleidung als auch als Raum- und Einrichtungston. Grau



lässt sich mit nahezu allen Farben kombinieren. Elegant, aber zurückhaltend wirkt es in Verbindung mit Weiß, kann sich aber in gewissen Nuancen auch neben Hellblau und Grün sehr gut machen. Rottöne wie etwa Zinnoberrot eignen sich mitunter gut als Kontrastfarbe und bringen das triste Grau zu einem gewissen Klang.

Auf die Menge kommt es an!

Trotz seiner Anpassungsfähigkeit sollte Grau sparsam eingesetzt werden. Von grauen Zimmerdecken ist abzuraten, da sie recht merkwürdig drücken – wir können uns nicht entfalten unter ihnen. Zartgraue Wände hingegen können einen schönen Kontrast zur Einrichtung oder zur sonstigen Wandgestaltung bilden. Wichtig ist hier, einen hellen Ton zu wählen, damit

der Raum nicht optisch verkleinert wird. Trotzdem sollten die Wände nur teilweise in Grau gehalten sein, um so die negativen Wirkungen zu beschränken – zu viel Grau wirkt energieraubend, avital, deprimierend und fördert die Isolation. Am Fußboden hingegen wirkt ein nicht zu dunkles Grau hingegen neutral, Anthrazitgrau sogar elegant, falls der Raum die Dunkelheit verträgt.

Seine kühle Wirkung ist unbestreitbar, mischt man im gesamten Ensemble Spuren von Blau hinzu, erhält man kühle Gefühlsstufen von Sachlichkeit und Ruhe bis zur vornehmen Distanz.

Graue Bürokratie

Grau ist eine beliebte Bürofärbung, auch Business-Kleidung ist oft grau. Wer Grau verwendet, möchte kein

großes Aufsehen erregen und übt sich in „vornehmer Zurückhaltung“. Im Berufsleben gilt es dank seiner Zurückhaltung als schlicht und elegant. Nicht umsonst nennt man wichtige Personen, die gerne unauffällig aus dem Hintergrund agieren, „graue Eminenzen“.

Qualifizierung und Kompetenz: „Farbe – Farbpsychologie, Symbolik und Archetypik“

Diese echte Fülle von Farbbedeutungen – und vor allem auch den gekonnten Umgang damit – zeigt das Seminar „Farbe – Farbpsychologie, Symbolik und Archetypik“ des Instituts für Licht und Farbe von Donnerstag, 17. bis Sonntag, 20. September 2015 an der Akademie der Bildenden Künste in Wien mit der berühmten Farbexpertin, Buchautorin und Psychotherapeutin Prof. DDr. Ingrid RIEDEL aus Zürich sowie mit dem Philosophen, Gruppendynamiker, TV-Moderator und ebenso vielfachen Buchautor, Univ.-Doz. Dr. Gerhard SCHWARZ aus Wien. Das Seminar ist auch an Einzeltagen besuchbar, im Grunde aber bildet es den 4. Teil des Diplomlehrgangs „Licht & Farbe“, der österreichweit einzigartigen Ausbildung zum Licht- und Farbtherapeuten / Energiearbeit bzw. zum Licht- und Farbberater / Consulting und Planung. Näheres unter: www.lichtundfarbe.at

