



TATJANA KOTORIC  
STYLINGCOACH

# **FARBEN UND IHRE WIRKUNG**

Copyright © by Tatjana Kotic. Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Dokument ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

## So wirken Farben auf dein Unterbewusstsein

---

Farben sind, wie auch Gerüche und Geräusche, in unserem Unterbewusstsein verankert und lösen Gefühle, Reaktionen und Assoziationen aus. Dabei sind sie nicht nur von unseren individuellen Erfahrungen, sondern auch durch alte oder kulturelle Bräuche geprägt.

Selbstverständlich kannst du bei deiner Kleidung die Farben spontan und nach Lust und Laune wählen. Aber Farben können auch ganz bewusst eingesetzt werden, um so von deren Wirkung zu profitieren. Das Tolle daran: Farben wirken immer, egal ob du daran glaubst oder nicht.

Wie ihr wahrscheinlich aus dem Schulunterricht noch wisst lässt sich weisses Licht mithilfe eines Prismas in die Spektralfarben (Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau und Violett) zerlegen. Diese sechs Farben sind die leuchtstarken wie auch die „reinen“ Farben sowie die Farben des Regenbogens.

Natürlich könnte man über die Farben und deren Wirkung ein ganzes Buch schreiben. Ich versuche einen überschaubaren und klar verständlichen Blogbeitrag über die Spektralfarben, sowie Schwarz und Weiss, zu verfassen. Dabei gehe ich nicht nur auf das Styling mit diesen Farben ein, sondern bringe euch auch deren spirituelle und religiöse Bedeutung näher. Diese Auflistung erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit.

Im Allgemeinen symbolisiert Grün den Frieden und das Glück; Blau den Himmel und den Fluss. Rot dagegen steht für Feuer und Kraft. Violett wird mit der Spiritualität und der Kreativität assoziiert. Aber schauen wir die einzelnen Farben im Detail an.

## Weiss

---

### Allgemein:

Weiss ist keine Farbe aus dem Farbkreis (sie ist die Summe aller Farben des Lichts). Weiss wird mit Eis und Schnee, Licht und Helligkeit assoziiert. Weiss ist ein Symbol für Reinheit, Vollkommenheit, Klarheit, Leichtigkeit und Unschuld, gilt aber auch als Zeichen der Unnahbarkeit. Weiß wirkt stets edel und rein.

### Spiritualität & andere Religionen:

Weiss ist dem Kronenchakra zugeordnet. Dieses steht für die Erfüllung der Lebensaufgabe und dem Sinn des Lebens. In Ägypten war Weiß das Zeichen der Freude und des Glücks. In China ist Weiß die Farbe des Trauern und des Todes.

### Wichtig:

Weiss kann man sehr gut mit anderen Farben mischen – zur Hervorhebung und Abschwächung. Unser Auge richtet sich automatisch immer auf die hellste Stelle. Somit automatisch auf Weiss. Setzt diese Erkenntnis bewusst ein.

## Schwarz

---

### Allgemein:

Schwarz ist keine Farbe aus dem Farbkreis (Abwesenheit von Licht und somit Abwesenheit von allen Farben). Wir verbinden Schwarz mit dunkler Nacht. Schwarz steht für Trauer, Unergründlichkeit, Schwere und Tiefe. Schwarz wirkt edel, vornehm und geheimnisvoll. Es wirkt auch bedrohlich oder faszinierend. Optisch macht Schwarz schlanker. Mit Schwarz fällt man nicht auf und hält Menschen auf Distanz.

### Spiritualität & andere Religionen:

In vielen Redensarten und Kulturen wird Schwarz negativ assoziiert. Es steht für Unglück, das Gefährliche, Dämonen, dunkle Gestalten, usw. Zusätzlich steht Schwarz bei den meisten Länder für Trauer.

### Wichtig:

Schwarz ist wachstumshemmend, Energie dämpfend und erdrückend. Deshalb ist bei schwermütigen Charakteren eher nicht empfehlenswert ganz in schwarz gekleidet zu sein.

## Rot

---

### Allgemein:

Rot ist eine der Hauptfarben. Mit Rot verbinden wir Liebe, Blut und Feuer. Rot stärkt unsere Lebenskräfte, vermittelt Energie und steigert die Leidenschaft. Rot steht für Energie, Verführung, die Hitze und die Begierde. Die Farbe steht für das Festliche, das Laute und Kraftvolle. Sie wirkt belebend und weckt innere Kräfte.

Alles hat zwei Seiten, so kann jede Farbe auch negative Eigenschaften bekräftigen. Bei Rot ist diese Diskrepanz zwischen Positiv und Negativ am stärksten ausgeprägt, was daran liegt, dass diese Farbe mit grosser Kraft wirkt – egal auf welche Seite. Somit kann sie auch Wut, Zorn, Angeberei, Aggressivität („sieht Rot“), Gefahr (rote Lampe, Notfallknöpfe) verstärken.

### Spiritualität & Religionen:

Rot steht für das Wurzelchakra, dieses wiederum für Stabilität, Sicherheit und Urvertrauen steht. Bei vielen Religionen wird Rot mit Glück, Reichtum und dem Wertvollen verbunden.

### Wichtig:

Bei grosser Nervosität und Reizbarkeit sollte auf die Farbe Rot verzichtet werden, da diese diesen Zustand verstärken kann.

## Orange

---

### Allgemein:

Orange entsteht durch die Mischung von Rot und Gelb. Viele Menschen verbinden Sonnenuntergang – im Sinne von extrovertiert, warm, gesellig und gemütlich – damit. Orange steht für vitale Stärke, Begeisterung, Lebhaftigkeit, Freude, den Genuss, das Vergnügen und die Aktivität. Orange wirkt wärmend und hebt sofort die Stimmung. Die Farbe stärkt das Selbstwertgefühl; Fordert uns auf im Moment zu leben und stärkt das Vertrauen/die Lust am Leben. Der Appetit wie auch die Verdauung werden angeregt.

### Spiritualität & Religionen:

Orange steht für das Sakralchakra und somit für den Umgang mit Macht (Geld, Sex...). Im Buddhismus steht Orange für die höchste Stufe der menschlichen Erleuchtung. Deshalb sind oft buddhistische Mönche und der Dalai Lama in Orange gekleidet. Auch im spirituellen Indien hat Orange eine wichtige Bedeutung.

## Gelb

---

### **Allgemein:**

Gelb ist eine der Hauptfarben. Mit Gelb verbinden wir die Sonne. Gelb vermittelt Lebensfreude, Fröhlichkeit, Offenheit und Hoffnung. Diese Farbe stärkt unsere Nerven, regt den Geist an und verscheucht trübe Stimmung. Sie gibt Kraft und schenkt Optimismus. Gelb steht für Beweglichkeit, Konzentration, Reife und Austausch.

### **Spiritualität & Religionen:**

Gelb ist die Farbe des Solarplexuschakra – dieses steht für Selbstanerkennung und persönliche Macht. Einige Kulturen sagen der Farbe Gelb eine schützende Wirkung nach.

### **Wichtig:**

Gelb ist eine starke Farbe und wird darum oft auch für Aufmerksamkeitssignale, wie für Giftwarnungen, Fussgängerstreifen usw. eingesetzt. Oder auch ist eine Biene schwarz/gelb. Aus diesen Gründen verbindet unser Unterbewusstsein die Kombination dieser zwei Farben als gefährlich. Deshalb ist es empfehlenswert Gelb mit hellen Tönen zu mixen.

## Grün

---

### **Allgemein:**

Grün entsteht durch die Mischung von Blau und Gelb. Grün steht für die Natur. Diese Farbe vermittelt Beständigkeit, Selbstbewusstheit, Harmonie oder auch Zuverlässigkeit. Grün wirkt vitalisierend und stärkt die Konzentration. Grün unterstützt Körper und Seele ins Gleichgewicht zu bringen. Grün ist die ausgleichendste und beruhigendste Farbe. Sie symbolisiert Hoffnung und Zufriedenheit.

### **Spiritualität & Religionen:**

Grün ist die Farbe des Herzchakras. Dieses ist das mittlere Chakra von den sieben Hauptchakras und verbindet somit die unteren und oberen Chakras. Grün steht für alles was mit Liebe zu tun hat und dem Wunsch dem Herzen zu folgen. In vielen Kulturen steht Grün für das Symbol der Hoffnung nach Leben und Überleben.

## Blau

---

### **Allgemein:**

Blau ist eine der Hauptfarben. Die meisten Menschen verbinden einen strahlenden Himmel und klares Meerwasser mit der Farbe Blau. Blau hilft Stress abzubauen, dient der Regeneration; Blau wirkt somit beruhigend und entspannend. Diese Farbe bringt Klarheit und fördert die Kommunikation und Sachlichkeit der Gedanken. Blau steht für Wahrheit, Treue, Entspannung, Stille, Beständigkeit und Freundschaft. Bei warmen Temperaturen kühlt die Farbe Blau – ob in Blau gestrichenen oder eingerichteten Räumen oder als Outfit.

### **Spiritualität & andere Religionen:**

Bei den Chakras ist Blau dem Halschakra zugeordnet. Dieses steht für Selbstaussdruck und Entwicklung der Willenskraft. In vielen Kulturen wird Blau den Mächten des Himmels zugeordnet.

### **Wichtig:**

Wenn jemand körperlich oder geistig erschöpft ist, sollte kein Blau getragen werden. Die Farbe kann Kraftlosigkeit und Melancholie unterstützen.

## Violett

---

### **Allgemein:**

Aus Rot und Blau entsteht Violett: Violett in verschiedenen Nuancen – von Pink, Brombeer über Fuchsia bis zum Flieder – je nach dem Verhältnis der zusammengesetzten Farben Rot und Blau. Wir verbinden in unserer Unterbewusstheit die Farbe Violett mit Inspiration, Magie, der Mystik, Kunst und der Spiritualität. Auch wirkt sie unterstützend bei der Meditation und fördert das innere Gleichgewicht. Violett fördert die Phantasie und hilft bei der kreativen Lösungsfindungen von Problemen.

### **Spiritualität & andere Religionen:**

Die Farbe Violett ist dem siebten Chakra zugeordnet – dem Dritten-Augen-Chakra. Dieses ist dem höheren Wissen, der Weisheit und der Intuition untergeordnet. Bei vielen Kulturen ist Violett eine sehr angesehene Farbe. In der westlichen Welt stößt sie eher auf Ablehnung.

### **Wichtig:**

Die Farbe Violett verändert sich oft auf Fotos und Videos, je nach dem Farbanteil von Rot und Blau. Teilweise erscheint Violett dann wie Royalblau oder eher Fuchsia. Dies ist bei Fotoshootings oder Video-Aufnahmen zu beachten und sonst im Vorfeld zu testen.

## Braun

---

### Allgemein:

Ist ein Symbol für Naturverbundenheit.

Es wirkt gemütlich und bodenständig. Wahrscheinlich genau deshalb dämpft es die Kreativität.

Braun galt lange Zeit als Farbe der Mittelmäßigkeit, der Langeweile und des Spießertums.

In der Farbpsychologie steht Braun für die Begriffe Tradition, Unkompliziertheit und Stabilität.

Braune Kleidung kann schnell bieder, altmodisch oder langweilig wirken.

### Lieblingsfarbe:

Sie sind ein Naturmensch, der praktisch veranlagt ist und Bodenständigkeit sucht. Es kann sein, dass du eher konservativ veranlagt bist. Du sollst versuchen deine Wünsche umzusetzen und aus deinem Sicherheitsdenken auszubrechen. Du neigst dazu, recht sparsam zu sein. Du verschwendest nicht gerne Geld oder Zeit für unnötige Kleinigkeiten und steckst das Geld lieber in Dinge mit hoher Qualität, langer Haltbarkeit und großem Nutzen. Du ziehst es vor, in deiner eigenen sicheren Welt zu bleiben. Du magst es nicht, wenn deine Welt durch irgendetwas aus dem Gleichgewicht gebracht wird.

## Grau

---

### Allgemein:

Grau hat es echt nicht leicht. Es ist die Farbe der Langeweile ("grauer Alltag"), der Einsamkeit, Bescheidenheit, Unfreundlichkeit ("graues Wetter") und ein Symbol für Traurigkeit und Sorgen ("lass dir keine grauen Haare wachsen"). Nicht von ungefähr steckt "Grau" in "Grauen". Wer eine "graue Maus" ist, ist unsicher und verschlossen.

Grau ist auch die Farbe der Sachlichkeit und der Funktionalität.

Grau ist die Farbe von Zurückhaltung und Unauffälligkeit.

Auf die Stimmung wirkt Grau ernüchternd, gleichzeitig aber auch seriös und festigend.

Grau steht besonders für Neutralität und Vorsicht.

### Lieblingsfarbe:

Wenn Grau deine Lieblingsfarbe ist, bist du neutral im Leben, neigst oft zur Gleichgültigkeit. Du bist praktisch und ruhig, fällst nicht gern auf. Du neigst dazu, dich anzupassen, nur um die Ruhe zu bewahren.

Du neigst dazu, gerechte Urteile zu fällen, und bist vielleicht ein guter Kritikgeber und Analyst, weil du emotional distanziert bist und verschiedene Perspektiven einnehmen und nachvollziehen kannst.

## Rosa & Pink

---

### Allgemein:

Rosa ist die «typische» Frauenfarbe, die Bonbonfarbe schlechthin und die Lieblingsfarbe fast aller kleinen Mädchen.

Rosa ist eine Mischung aus Rot (heiße Farbe) und Weiß (kalte Farbe).

Somit ist Rosa die Farbe des Kompromisses.

Diese Farbe fördert Ruhe, wirkt erfrischend, verbessert das Urteilsvermögen und besänftigt zugleich.

Pink ist die »provozierende Schwester« von Rosa: In der Unbeliebtheitsskala von Farben rangiert Pink eindeutig ziemlich weit oben, ganz egal, ob bei Männern oder bei Frauen. Kräftige Pinktöne wirken ausdrucksstark und anregend.

In der Farbpsychologie steht Pink für die Begriffe Präsenz, Gesehen werden und Dominanz. Diese Wirkung kommt bei Ihrem Gegenüber immer an, wenn Sie Pink tragen.

### Lieblingsfarbe:

Wenn ihr Rosa liebt, seid ihr wahrscheinlich sanft, charmant, freundlich und ein bisschen verspielt. Rosa besänftigt und baut Aggressionen ab. Diese Farbe steht für eine romantische und sensible Seele, die alles Schöne liebt und einen besonderen Sinn für Ästhetik hat.

Menschen, deren Lieblingsfarbe Rosa ist, mögen die Aufmerksamkeit von anderen und wollen begehrt werden. Manchmal sind sie unpraktisch und können zu vertrauensvoll sein.

## Gold

---

### Allgemein:

Die Farbe Gold ist die Farbe des Erfolgs, der Errungenschaften und des Triumphs.

Diese Farbe wird mit Überfluss und Wohlstand, Luxus, Qualität, Wertigkeit und Eleganz assoziiert.

Die Farbwirkung von Gold impliziert Wohlstand, materiellen Reichtum und Extravaganz.

### Spiritualität & andere Religionen:

Die Farbe Gold wird vor allem in religiösen Zusammenhängen verwendet und ist ein Synonym für das Göttliche und Übersinnliche.

### Lieblingsfarbe:

Wenn deine Lieblingsfarbe Gold ist, bist du wahrscheinlich überdurchschnittlich intelligent. Du bist auch von Haus aus charismatisch. Du bist zielstrebig und am eigenen Erfolg interessiert. Du verfolgst deine Ziele mit Hartnäckigkeit. Du magst deine Macht und Reichtum.

Wahrscheinlich liebst du die Fülle leben – innen und aussen. Pass auf, dass du nicht zu fest an den materiellen Gütern hängst.

## Silber

---

### **Allgemein:**

Silber ist die Farbe des Mondes und der Weiblichkeit.

Eleganz und eine edle Gesinnung werden dieser Farbe zugeschrieben.

Diese Farbe weist auf Unschuld und Reinheit hin, die durch besonderes Wissen und Lebenserfahrung erworben wird.

Silber steht für Mystik, Wissen, Innere Eingebung, Übersinnliche Fähigkeiten, Weiblichkeit und Klarsicht.

### **Lieblingsfarbe:**

Du lässt dich von deinem Gefühl führen und weiss meistens Intuitiv was Richtig ist, auch wenn dir oft nicht erklären kannst wieso du das weisst. Dein Aussehen ist dir wichtig. Du sollst aufpassen, dass du bewusst über dein Leben entscheidest und dich nicht vom Zufällen führen lässt.

Jetzt wisst ihr welche Farbe welche Wirkung hat. Genau danach könnt ihr überlegen, ob eure Lieblingsfarbe und die Farben im Schrank der Wirkung entsprechen, die ihr haben möchtet.