

Newsletter – Dezember 2009

Meine Lieblingsfarbe Rot!

Welche Lieblingsfarbe haben Sie?

Definition der Spektralfarbe Rot Rot ist der Farbreiz, der wahrgenommen wird, wenn Licht mit einer spektralen Verteilung ins Auge fällt, dessen Maximum im Wellenlängenintervall oberhalb von 600 nm liegt.“ Die Farbe Rot hat in unserem Alltag verschiedene Aufgaben zu erfüllen – einerseits Signalfunktion, andererseits die Funktion Emotion auszulösen. In der Astrologie wird die Farbe Rot folgenden Sternzeichen zugeordnet: Widder (rot), Löwe (kaminrot), Skorpion (rotviolett) und Schütze (purpur/magenta).

Rot als Warn- und Signalfarbe Die Farbe Rot dient wegen ihrer hohen Auffälligkeit besonders in Kombination mit Weiß (Stopptafel) oder Schwarz als Warnfarbe. Deshalb ist das Haltesignal von Verkehrsampeln rot. In der Werbung wird die Farbe Rot eingesetzt, um auf Produkte besonders schnell aufmerksam zu machen. Die Verwendung als Warn- und Signalfarbe ist nicht nur auf den menschlichen Bereich beschränkt, sondern auch im Tierreich anzutreffen: Tiere tragen die Farbe Rot als „Wartracht“, um potentielle Fressfeinde abzuschrecken. Diese Wirkung ist selbstverständlich auf Tierarten beschränkt, die das auch wahrnehmen können.

Das „Kleine-einmal-eins“ der „roten“ Psychologie Die züngelnde Flamme des Feuers ist rot. Die Glut ist rot. Rot bedeutet Energie und Wärme. Rot gilt auch als Farbe des Blutes und ist mit Leben verknüpft – „der Lebenssaft“. Rot steht daher für Freude und Leidenschaft und für Liebe und Erotik. Leidenschaft ist aber auch Aggression (Angst?) und Zorn, so etwa bei dem Begriff „rot sehen“ oder beim sprichwörtlichen „roten Tuch“. Das rote Tuch beim Stierkampf ist dabei die Reizfarbe des Menschen. Den farbenblinden Stier selbst stört nur der Stierkämpfer. Traditionell wird allerdings das rote Tuch als Kampfmittel gesehen. Gesteigert werden kann dieser farbpsychologische Effekt noch durch die Kombination mit Schwarz, der Farbe des Todes. Der Zusammenhang von Rot und Aggression führte in der Antike dazu, dass der rote Planet mit dem Kriegsgott Mars assoziiert wurde. Erröten kann ein Zeichen von Scham oder Verlegenheit sein, aber auch von Zorn. Hier spielt unser seelisches System die treibende Kraft, indem sie die Blutversorgung aktiviert. Die Verringerung des Blutdrucks führt zum Erblassen.

Die Farbe Rot besitzt in der symbolischen Wirkung eindeutig ~~positive~~ negative Eigenschaften. So wie der Teufel oftmals mit roter Farbe bemalt ist, so ist Rot die Farbe der Hölle, des Anrühigen, des Verbotenen. Man denke an Bezeichnungen wie das Rotlichtmilieu, die „rote Meile“. Mit dem Rotstift werden Fehler markiert. Beim Militär erhielt die rote Farbe bereits sehr früh eine hervorstechende Bedeutung. Das lag nicht nur daran, dass die Farbe Rot besser wahrgenommen wird, sondern dass die roten Farbtöne lichtbeständiger waren. Rote Fahnen und Flaggen finden sich immer wieder bei Revolutionen und Umstürzen. Rot ist die Farbe des Marxismus–Leninismus.

In der Mode wird die Farbe Rot ganz bewusst eingesetzt und wahrgenommen. Rot ist dominierend und herrschend. Leuchtende Rottöne machen die freudigen Akzente im Modebild aus. Rot ist meist festlich, allerdings niemals leise und eben oft aufdringlich. Das reine, fast kalte rot drückt Dominanz und Herrscherstreben aus, das warme orangerot mehr Leidenschaft bis Aggression – vielleicht auch Angst. Dunkle Typen wie auch blonde mit lebhaftem Temperament können rot gut tragen. Gerade diese Farbe verlangt einen Schnitt, der etwas hervorhebt, absetzt, flammen lässt oder eine besondere Strenge in der Form (Herrenschnitt).

Gelegenheiten und Anlässe, um die Farbe Rot zu tragen

- Wählen Sie die Farbe Rot für Gelegenheiten, in denen Sie anerkannt werden oder auffallen wollen.

- Rot kann Ihnen einen künstlichen Energieschub geben, wenn Sie müde sind.
- Zur Steigerung Ihrer Kräfte und Förderung Ihres Durchsetzungsvermögens.
- Rot, um je nach Belieben Ja- oder Nein-Sagen zu können.
- Bei Kontaktschwäche und zur Förderung der Tatkraft in schwierigen Situationen.
- Rot zieht das andere Geschlecht an!
- Ziehen Sie etwas Rotes an, wenn Ihnen kalt ist, denn die Farbe Rot „wärmt.“

Tragen Sie keine rote Kleidung, wenn Sie sehr angespannt sind, denn die Farbe kann Spannungen verstärken! Allzu Impulsive wählen dazu besser Grün!

Auch in der Blumensprache drücken die verschiedenen roten Farbnuancen bestimmte Botschaften aus: Wenn Sie Ihrer Frau dunkelrote Rosen schenken, heißt das, dass Sie die Schönheit Ihrer Frau betörend finden. Rote Rosen symbolisieren Liebe und Respekt. Eine einzelne rote Rose legt Zeugnis für Ihre Liebe ab. Gemeinsam rote und weiße Rosen zu verschenken, soll Zusammengehörigkeit ausdrücken.

Die Farbe Rot als Energielieferant und Heilmittel: Rot wird vorzugsweise dann eingesetzt, wenn unsere Lebenskräfte geschwächt sind. Es erhöht unseren Energiepegel, unsere seelische Kraft: Denn Rot regt alle Vorgänge im Körper an, stimuliert die Stoffwechselaktivitäten und übt einen starken Einfluss auf das vegetative Nervensystem aus. Eine belebende und positiv verstärkende Wirkung hat das warme Rot auch auf emotionaler Ebene. Es steigert die Sinnlichkeit, das bewusste Erleben und Fühlen und den Ausdruck ungehemmter Leidenschaft. Auf mentaler Ebene vermittelt uns die Energie der Farbe Rot einen starken Willen, Entschlossenheit und Durchhaltevermögen. In der Magie kommt die rote Farbe bei Ritualen zum Einsatz, welche Gesundheit, Fruchtbarkeit, Liebe, Mut und Kraft zum Ziel haben. Aufgrund ihrer wohltuenden und wärmenden Wirkung wird die Farbe Rot zu Heilzwecken eingesetzt. Als Infrarotstrahlung ist wärmendes „Rotlicht“ medizinisch in Verwendung. Allgemein wirkt rot anregend und Appetit fördernd. Die bloße Wahrnehmung der Farbe Rot erhöht den menschlichen Stoffwechsel um 13,4 Prozent. Die Psychotherapie kann sich die Farbe Rot zunutze machen, um blockierte Fähigkeiten zur konstruktiven Aggression und zum Ausleben von Sexualität zu lösen.

Ist Ihnen schon einmal aufgefallen, wie häufig wir das Wörtchen „Rot“ in unserem alltäglichen Sprachgebrauch nutzen? Tatsächlich zeichnet sich die Bedeutung der Farbe Rot auch in vielen Redewendungen ab. Zum Beispiel: „Ich habe den roten Faden verloren.“ „Das wirkt wie ein rotes Tuch auf mich.“ „Dieses Jahr hat das Unternehmen rote Zahlen geschrieben.“ „Das Datum sollten Sie sich rot im Kalender anstreichen.“

Vielleicht fällt Ihnen noch eine passende Redewendung ein?

Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr 2010

Ausblick/Veranstaltungen Jänner 2010

- Newsletter – Jänner 2010: Die stille Sucht!
- Privatärztliche Schmerzambulanz – Leitung Prim. Dr. Olaf Rossiwall
- Neu!!! Ambulantes und stationäres Angebot von Psychodiagnostik sowie Gedächtnistraining mittels RehaCom.
- Jeden Donnerstag 18:00 bis 19:30 Uhr Trainingsprogramm „Schmerz lass nach“ – mentale Schmerztherapie, Inst. Psychosomatik EMCO-Privatklinik – Anmeldung erforderlich

Kontakt: Institut für Psychosomatik, EMCO-Privatklinik;
Martin-Hell-Straße 7-11; 5422 Bad Dürrenberg; www.emco-klinik.at
Leitung: Prim. Dr. Olaf Rossiwall
MMag^a. Annemarie Pleininger; Tel: 0676/6396902
e-mail: office@diepsychologin.info