

Wie Farben von der Seele sprechen

Text und Bilder Doris Gerber

Rot ist die Liebe, Grün die Hoffnung und Gelb steht für Eifersucht, das meint zumindest der Volksmund. Dass aber Farben viel mehr über Menschen aussagen und wie mit Hilfe von Farben Rückschlüsse auf Charakter und Seele gemacht werden können, erklärt Henri Guttman. Der diplomierte Psychologe IAP doziert als einziger im deutschsprachigen Raum den Farbpyramiden-Test und erstellt daraus Persönlichkeitsanalysen.



Der dipl. Psychologe Henri Guttman

Zu erkennen sei er eigentlich ganz einfach, meinte der Psychologe Henri Guttman bei unserer ersten telefonischen Kontaktnahme. «Wissen Sie, ich trage meistens ein Käppli verkehrt herum auf dem Kopf», erklärte er mir. Und wahrlich, punkt zwölf Uhr stehen wir beide inmitten hungriger, eiliger, gestresster, sonnengenussender und flanierender Menschen und erkennen uns auf Anhieb. Weniger einfach als das Sich-die-Hände-Schütteln stellt sich dann allerdings das Finden eines geeigneten Plätzchens im überfüllten ersten Stock des legendären Sprünglis am Paradeplatz heraus. Vorwiegend ältere Damen sitzen gemütlich bei Kaffee und Kuchen und unterhalten sich angeregt. Endlich erhebt sich ein Ehepaar, und so beeilen wir uns, den frei gewordenen Platz zu ergattern, bevor uns dieser von einem anderen Gast weggeschnappt wird.

Interview mit Persönlichkeitsanalyse

Nebst einigen Büchern über Farbpsychologie zieht Henri Guttman ein Cellophansäckli aus seiner Mappe. «Dies ist eigentlich das Hauptarbeitsinstrument für den einen Test, mit dem ich arbeite. Der zweite Test ist ein Baum-Test, aber da wir uns heute ja über Farben und ihre Wirkung auf die menschliche Psyche unterhalten wollen, schlage ich vor, wir führen diesen Farb-Pyramiden-Test gerade einmal miteinander durch», meint Guttman. «Oh je», fährt es mir durch den Kopf, «in welche Abgründe

meiner Seele wird Henri Guttman nun blicken können?». Auf einem Blatt Papier kann man sechs Pyramiden erkennen. Nun gilt es Ernst. Aus dem Säcklein, das 150 Farbplättchen enthält, soll ich aus den insgesamt 14 verschiedenen Farbtönen die zehn auswählen, mit denen ich glaube, eine schöne Pyramide legen zu können. Unbekümmert greife ich nach freundlichen, eher helleren Farben, denn schliesslich ist ein wunderschöner Sommertag, und die Sonne strahlt in sommerlicher Temperatur auf unsere Tassen und auf das Testblatt. Auch die zweite Pyramide soll mir gefallen, und so lege ich weiter. Bei der dritten, die immer noch schön sein soll, beginne ich die Farbplättchen nicht mehr wild durcheinander, sondern in einer gewissen Symmetrie anzuordnen. Die drei anderen Pyramiden sollen schliesslich nicht mehr schön, sondern hässlich sein. Dies ist weitaus die schwierigere Aufgabe, denn eigentlich gefällt mir meine, nun gerade erstellte, düstere Pyramide, die ich mit hellen Farbtupfern durchsetzt habe, auch ganz gut, doch vielleicht liegt das ja eben an diesem schönen Wetter. Nachdem alle sechs Pyramiden mit den Farben ausgefüllt sind, notiert sich Henri Guttman, welche Farbe in welchem Feld gestanden hat und in welcher Häufigkeit eine Farbe ausgewählt worden ist. Diese Konstellationen werden von Guttman ausgewertet und in einer separaten Gesprächssequenz besprochen.

Arbeit mit Jugendlichen

Es sei erstaunlich, was bei den Auswertungen jeweils herauskomme, erklärt Guttman. Als Mitarbeiter in der Eltern- und Jugendlichenberatung in Schaffhausen sieht er sich Tag für Tag vorwiegend mit Jugendlichen in verworrenen Lebenssituationen konfrontiert. Der Pyramiden-Test in Kombination mit dem Baum-Test soll bei der Abklärung helfen, Problemlösungswege aufzuzeigen. Interessant sei, dass Männer und Frauen beim Pyramiden-Test ein unterschiedliches Auswahlverfahren praktizierten: «Frauen wählen polarisierende Farben aus, während bei Männern der Unterschied der ausgewählten Farben kleiner ist. Männer können zum Beispiel «Orange» eine schöne, aber auch eine ganz hässliche Farbe finden», meint Guttman. Doch was bedeuten die ausgewählten Farben? Welcher Farbe ordnet man welche Eigenschaften zu und was für Rückschlüsse lassen sich daraus auf die Persönlichkeit ziehen?

Die psychologische Arbeit des allein-erziehenden Vaters Henri Guttman basiert auf den Farben und ihren Wirkungen. Farbaspekte und -wirkungen begleiten ihn durch den Alltag: «Gerade habe ich für eine Zahnarztpraxis ein Farbkonzept erstellt, das Schmerzen lindern und die Patienten vor negativen Folgen einer ungeschickten Farbgestaltung bewahren soll», erzählt er.

Pyramiden-Test erregt Interesse

Henri Guttman und ich sind vertieft in unsere Farbdiskussion. Zwischen uns liegen noch immer meine sechs Pyramiden. «Sehen Sie die Dame, die eben vorbeikommt, in der orangen Jacke», fragt er. Besagte bleibt stehen und wen-

Farbbedeutung im Pyramiden-Test

Gelb	steht für das Bedürfnis nach Zielgerichtetheit, man möchte immer eine optimale Leistung bringen und sich hundertprozentig einsetzen.
Orange	symbolisiert die Sehnsucht nach symbiotischer Nähe. Der Kontakt zum Du ist sehr ausgeprägt und stark.
Rosa	steht für das Bedürfnis, beschützt zu werden. Rosa ist das Symbol der Sanftheit. Wer Rosa liebt, wünscht sich von anderen Schutz, Zärtlichkeit und Zuwendung.
Rot	ist kraftvoll und das Symbol der Liebe, der Sexualität und der Erregung. Wer Rot mag, ist ein Power-Typ und den anderen immer einen Schritt voraus. Es handelt sich dabei um sehr sinnliche Menschen, die aber manchmal zur Rücksichtslosigkeit neigen.
Hellviolett	steht für eine innere Unruhe.
Violett	bedeutet auch innere Aufgewühltheit, die aber nicht gegen innen, sondern gegen aussen gerichtet ist.
Hellgrün	steht für Empfindsamkeit und Einfühlungsvermögen.
Grün	bedeutet Harmonie, ist die Grundfarbe der Natur. Grün symbolisiert Wachstum, Heilung und Harmonie, Emotionen und Gefühle. Wer Grün liebt, ist zuverlässig, hat viel Mitgefühl und eine hohe Sozialkompetenz.
Hellblau	bedeutet Abgrenzung. Wer Hellblau wählt, möchte andere nicht zu nah an sich heranlassen, möchte Distanz wahren können.
Blau	steht für Loyalität und Selbstsicherheit. Blau entspricht dem Element Wasser und symbolisiert Ruhe. Menschen, die Blau mögen, werden oft bewundert wegen ihres festen Charakters und ihrer grossen Loyalität.
Braun	ist das Symbol für Bodenständigkeit, Stabilität und Pflichtbewusstsein, Durchhaltevermögen und Geduld.
Grau	besagt, dass etwas verdrängt wird, dass man etwas nicht zulassen will, das eigentlich zugelassen werden müsste.
Schwarz	steht für Individualität, ist das Symbol für das Geheimnisvolle, aber auch die Auseinandersetzung mit der Trauer.
Weiss	wählen Menschen, die Flächen «weiss» lassen wollen, das bedeutet, dass sie nicht «Farbe» bekennen können oder wollen.

det sich uns zu. «Und, die Farbe meiner Jacke, was hat denn dies nun zu bedeuten», möchte sie wissen. Guttman erklärt, dass der Entscheid, eine orangefarbene Lederjacke zu kaufen, ein ganz bewusster hat sein müssen. Doch wäre es vermessen, aufgrund dieser Farbwahl die Persönlichkeit in ein bestimmtes Schema zu pressen, zu sagen: «weil diese Frau nun Orange trägt, ist sie so oder anders.»

Eine andere, auffällig bunt gekleidete Frau gesellt sich dazu. Interessiert erkundigen sich beide nach der Arbeit des Psychologen und am liebsten, so schien es, hätten sie sich an meinen Platz gesetzt und auch den Pyramiden-Test gemacht. Doch einfach so psychologische Analysen über die Gasse, ist weniger Guttmans Ding. «Allerdings

passiert es schon, dass ich nach einer halben Stunde mehr über einen Menschen weiss, als manche über andere, die sie Wochen- ja gar Monate lang kennen», sagt Guttman. Doch es ist ihm wichtig, dass der Pyramiden-Test nur ein Teil seines Analyse-Instrumentariums darstellt und dass dieser Farb-Test auch nur dann Sinn macht, wenn ihm eine gründliche, anschliessende Auswertung folgt. Deshalb bleibt Henri Guttman auch auf mein Drängen nach einer Aussage über meinen Charakter eher zurückhaltend und sagt, dass ich bei ihm, wie jeder andere auch, selbstverständlich ein später folgendes Auswertungsgespräch zu Gute hätte.

Da darf ich ja gespannt sein. Wir verabschieden uns, Guttman packt seine Farbplättchen und Notizen ein, rückt



Beim Pyramidenlegen im Sprüngli, Zürich



Farben verraten Facetten der Persönlichkeit

das Käppli zurecht und tritt aus den ehrwürdigen Sprüngli Räumlichkeiten, die er übrigens farblich recht gut gestaltet findet, in den wärmenden Sonnenschein, der golden gelb gleissend auf den Paradeplatz lacht.

Innere Spannungen gegen aussen tragen

Sieben Tage später.

Der Tag der Auswertung ist gekommen. Henri Guttman erklärt mir die Norm, aufgrund der er mich eingeordnet hat. Jeder Mensch kommt in eine andere «Kategorie». So werde ich aufgrund meines Geschlechtes, meines Alters und meiner Ausbildung taxiert werden. Ge-

spannt lausche ich Guttmans Ausführungen, und im Laufe des Gesprächs weicht die anfängliche Skepsis und macht einer immer grösser werdenden Überraschung Platz. Der Psychologe erklärt mir, was er aus den Farbkonstellationen meiner gelegten Pyramiden über mich erfahren hat, und seine Schilderungen und Hinweise frappieren mich, trifft doch Henri Guttman nicht nur ein Mal den Nagel mehr als auf den Kopf. Er hat die «schönen» und die «wüsten» Pyramiden einander gegenübergestellt, Stimulations- und Dämpfungswerte ausgerechnet und diese mit den Normwerten verglichen. Und was er dabei über mich herausgefunden hat, sind

nicht nur Worte im Wind, sondern entspricht zu einem grossen Teil meinem Ich oder zumindest dem Bild, das ich von mir selbst habe. Da bei meinen «wüsten» Pyramiden, um nur ein Beispiel zu nennen, die Farbe des dunklen Violett stark erhöht ist, ich also viele Farbplättchen dieses Violett zur Gestaltung meiner unschönen Pyramiden verwendet habe, kann Guttman daraus ableiten, dass ich innere Spannungen in mir habe, die ich aber nicht gegen aussen tragen kann. Und wenn ich ganz ehrlich bin, trifft er mit dieser Aussage mitten ins Schwarze. Da ich nicht der gesamten applica-Leserschaft meine Seele zu Füssen zu legen gedanke, soll dieses eine Beispiel mit dem Violett reichen. Festzuhalten aber ist, dass ich verblüfft bin über die Genauigkeit und Sensibilität dieser Art von Persönlichkeitsanalyse. Wie würde der Psychologe aufgrund der gewonnen Erkenntnisse nun mit mir weiter arbeiten? Wenn ich bei ihm eine Therapie beginnen würde, sagt Guttman, würde er mich dahingehend zu leiten versuchen, nonverbale Möglichkeiten des Ausdruckes zu finden. Dies wäre möglich in Form von Malen, Töpfern oder auch Singen. Diesen Rat nehme ich mir, auch ohne Therapie, zu Herzen, und darum höre ich nun auch auf, weiter zu formulieren und zu tippen, öffne das Fenster, atme die frische Morgenluft ein und stimme aus voller Kehle ein Sommerlied an.



Von «schönen» und «wüsten» Pyramiden