

# Signaler og symboler - Fargenes psykologi

Fargene snakker et språk uten ord, som instinktivt forstås. Fattes raskere enn noen ord kunne kommunisert.



Fargene frister og forfører: en gyllen fullmoden frukt, en dyprød munn. De tiltrekker seg oppmerksomheten eller gjemmer seg bort: som ildfluer og neonlys, som kameleoner og militærmaling. Fargene inngir respekt og viser rangordning: sorte dommerkapper, kongelig purpur. De skremmer oss og advarer oss: Stopp på rødt! Pass deg, veps! Sort og gult, markante mønstre - slik signaliserer naturen fare, og trafikkmyndighetene har lært å gjøre det samme.

## Farger informerer

I naturen er rett tolkning av farger en forutsetning for liv og død, for befruktning og forplantning, næring og beskyttelse. Men for oss mennesker i dag...? Forestill deg verden i svart/hvitt, og det blir ikke bare trist å leve. Det kan fort bli ubehagelig og farlig også. Var ikke tomatene modne likevel? Tok du feil tannbørste eller koblet feil ledning? Feiltolket du fyrblinket? Blålys sørger for klar bane, det er fargen vi oppfatter best på langt hold. Trenger du noensinne en brannmelder eller et førstehjelpsskrin, vær glad for at den røde fargen viser vei! Det gule har vi et mer komplisert forhold til og lar det signalisere smitte og fare, ofte i kombinasjon med sort.

## Farger symboliserer

Svart som arvesynden eller hvit som uskylden, svartekunster og hvite løgner, en gyllen anledning eller

planer i det blå, dum som en grønnskolling eller grønn av misunnelse - språket vårt er fullt av uttrykk som knytter farger til følelser og egenskaper.

Er du en «grå eminens», utøver du makt i det skjulte. Men våger du å «bekjenne farge», vet vi hvor vi har deg. Den som ser «la vie en rose» er nyforelsket og lykkelig. Den som «ser rødt» er bråsinnt og aggressiv og vil sikkert at saker skal skje «på røde rappen». Men den som er «blåøyd» er i troskyldigste laget. Sterke assosiasjoner knytter seg nettopp til fargene rødt og blått, de står for varmt og kaldt, for aktivt og passivt og for høyre- og venstresiden i politikken. Det røde vil revolusjonere. Det blå vil bevare. Og ser vi en bitteliten rosa eller lyseblå sokk stikke frem under babydynen, er vi ikke i tvil om det ble gutt eller jente - selv om motefargene har inntatt barnevognene.

#### Farger kommuniserer

Vi har alle våre forskjellige yndlingsfarger. Men fargenes egenskaper oppfatter vi forbausende likt. Vi assosierer dem med varme og kulde, tyngde og letthet, ro eller aktivitet. Nettopp fordi vi har denne felles oppfattelsen, denne innebygde tolkningen som er programmert i underbevisstheten, kan vi bruke fargene som et effektivt kommunikasjonsmiddel. Går du alene på fest, se etter «kvinnen i rødt». Hun har garantert ikke tenkt å sitte stille for seg selv. Utadvendt og sikker på seg selv og signalene hun sender ut forventer hun oppmerksomhet og kontakt. Mens den som har trukket i grått eller forsiktig blått kanskje signaliserer en «blue mood»? Fargene vi bærer henger sammen med vekslende sinnsstemninger, med personlighet og sosial status. Når konger og kjendiser setter sine føtter på dyprøde løpere, er det fordi fargen uttrykker verdighet. En gang var den svært kostbar å fremstille, forbeholdt de få rike og mektige. Til og med fargen på huden vår bruker vi til å sende signaler til omverdenen. Her hjemme forteller et solbrunt fjes året rundt om overskudd til å investere i egen forfengelighet. I mer solrike strøk av kloden er en sart og blek hud signal om det samme.

Riktig fargevalg handler om mer enn stygt og pent. Fargene driver sitt spill med oss uten at vi er oss det bevisst. De forvandler atmosfæren rundt oss og påvirker oss både fysisk og psykisk. Et uheldig fargevalg kan føre til fornemmelser av irritasjon, av kraftløshet, hodepine og øyenplager. Mens et lykkelig valg kan utrette akkurat det vi ønsker - gjøre oss oppstemte eller gi hvile og ro, stimulere oppmerksomheten og evnen til konsentrasjon.

Hvordan de forskjellige fargene virker på oss har psykologer studert ved en rekke forsøk. De fysiske reaksjonene kan måles både på puls og pust, muskelspenning og blodsirkulasjon. De psykiske påvirkningene kan ikke på samme måten kvantifiseres og beskrives. Lettest er det å konstatere effekten av fargepåvirkningen når vi utsettes for farget lys. Men de samme fenomenene vil finne sted i fargede rom, om enn i noe mildere grad.

Den som til fulle forstår fargenes påvirkningskraft kan bruke dem som medisin både mot fysiske og psykiske problemer. Vi som skal finne farger å trives med hjemme kan bære egenskapene i minne når vi velger hvilke farger som bør brukes hvor.

Gult er en vekker. Den stimulerer oppmerksomheten, gjør deg opplagt og konsentrert. Gult er tankens og det livlige intellektets farge og kan hjelpe oss gjennom krevende hjernearbeid. Fysiologisk er gult den fargen øyet oppfatter lettest. Det utnyttes i alt fra blikkfang i reklame til emballasje og sikkerhetsutstyr.

I nordvendte, solfattige rom: her vil fargen gi et kjærkomment tilskudd av varme og gi et visuelt inntrykk av solstref.

I barnerom: gult er den fargen barn oppfatter tidligst og er glad i som ganske små.

I klasserom og arbeidsrom: her kan fargens evne til å gi inspirasjon gjøre oss opplagte.

At gult dessuten oppleves som en optimistisk farge skulle også gjøre den til et ideelt valg for soverom for B-mennesker!

Rødt stimulerer og aktiviserer. Fargen kan gi et fysisk "kick": den setter fart på adrenalinet, blodtrykk og blodsukker øker, hjertet slår heftigere, og muskler settes i beredskap. Entusiasme og aktivitet, opphisselse og uro, drama og lidenskap følger med rødt. Fargen er forbundet med dype instinkter og dyriske drifter. En flegmatisk person kan nok trenge å omgi seg med en anelse rødt.

I rom som føles kalde: en dempet rødfarge med gult i vil gi det ny varme. I rom for kommunikasjon: i spisestuen kan rødt stimulere både appetitt og konversasjon. I restauranter og teatre danner rødt den rette rammen.

I entréen eller hallen: rødt kan være en god og varm velkomst. Rom en bare passerer, tåler mer intense fargeinntrykk.

pulsen til å slå langsommere. Muskel- og nerveaktiviteten avtar, hormonaktiviteten likeså. Og før vi vet ordet av det, er vi i drømmeland...

Blått assosierer vi med ro og mak, alvor og kjølig distanse. Det er også fargen for meditasjon, filosofi, visdom og en melankolsk sinnsstemning. Blått gjør godt for den som er stresset - og for både rom og temperament som trenger å svaldes ned.

I varme, sørvendte rom: trenger du svalende luftighet, er blåfargene det rette hjelpemiddelet.

I kjøkkenet: her har blått lange tradisjoner, opprinnelig fordi fargen inneholdt en giftig substans som holdt fluene borte. Nå oppfatter vi fargen som frisk, ren og delikat.

I baderom: blått assosieres med vann. Også her kjennes det riktig med det rene og delikate inntrykket.

I soverom: den som har vanskelig for å stresse ned kan forsøke å roe ned med blått. Noen mener at mørkeblått kan hjelpe oss å huske drømmer.

Grønt er harmonisk. Fargen påvirker verken i aktiv eller passiv retning, men oppleves som behagelig nøytral. Kanskje reagerer vi slik fordi grønt er naturens farge fremfor noen? Fargen gjør oss mentalt avbalanserte og i stand til å arbeide presist og målbevisst.

I arbeidsrom: grønt skal være godt for konsentrasjonen. Vi kan arbeide lenger i et grønt rom enn i et rødt. Det utnyttes ofte i lesesaler - dessuten i sykehus der kirurgenes kitler er grønne og gir hvile for øyet.

I byboliger: savner du natur, bringer grønt med seg en frisk følelse av levende omgivelser. Grønt virker i seg selv verken varmt eller kaldt. Fargen kan bli kjølig med innslag av blått og varmes med gult.