

Inhalt

Farben als Spiegel der Seele	13
Die Psychologie der Farben – und was sie über uns verrät	13
Der erste wissenschaftlich fundierte Farbtest für Ihre Persönlichkeit	14
Farben als Ausdruck der Persönlichkeit	15
Die universelle Anwendbarkeit der Farbpsychologie	19
Farben als geheime Sprache der zwischenmenschlichen Kommunikation	19
Von grauen Mäusen und Chamäleons: Wie Farben und Persönlichkeit interagieren	21
Trendfarben, Mode und Konsum: Warum wir kaufen, was wir nicht tragen – und wie bewusste Farbwahl Umwelt und Geldbeutel schont	23
Von Überforderung zur Selbsterkenntnis: Warum ein voller Kleiderschrank nicht bedeutet, dass wir etwas zum Anziehen haben	25
Basis- und Akzentfarben: Grundhaltung und Betonung von Charakteristika und Emotionalität	28
Wer bin ich – oder wer möchte ich sein: Wie unsere Farbwahl unser Selbstbild und Fremdbild prägt	31
Farbvorlieben versus Lieblingsfarben: Was wirklich unsere Persönlichkeit verrät	33
Mehr Mut zur Farbe: Dopamin-Dressing als Stimmungsbooster und Mittel der Selbstfürsorge	41
Farben als Lebensprinzip: Mein ganz persönlicher Weg zur Erkenntnis	45

Wie Alter und Geschlecht unsere Persönlichkeit und Farbvorlieben formen	49
Natürlich nackt: Die Urkraft der Farben in der Welt der Primaten	49
Kleidung als zweite Haut: Wie das Spiel mit den Wirkungen der Farben begann	52
In die Wiege gelegt: Wie Persönlichkeit und Farbvorlieben schon vor der Geburt entstehen	55
Die ersten zwei Lebensjahre: Farben als Spiegel elterlicher Wunschvorstellungen	57
Farben in der frühen Kindheit: Fenster und Motor der Persönlichkeitsentwicklung	61
Was Farbvorlieben über die Persönlichkeit von Grundschulkindern verraten	66
Die visuelle Rebellion: Wie Social Media und Mode die Jugendkultur färben	71
Farbvorlieben im frühen Erwachsenenalter: Verantwortung, Vielfalt und Reifung	74
Zwischen Reife und Harmonie: Persönlichkeit und Farbvorlieben im mittleren Erwachsenenalter	78
Vitale Farben im Alter: Wie sie Wohlbefinden, Bewegung und soziale Kontakte fördern	81
 Die Farb-DNA soziokultureller Milieus	 85
Das Farbwelten-Modell: Wie Farbvorlieben unsere Milieuzugehörigkeit verraten	85
Das bewahrende Farbmilieu (Erde und Stabilität)	89
Das progressive Farbmilieu (Neues und Vielfalt)	94
Das rationale Farbmilieu (Effizienz und Funktionalität)	98
Das genussorientierte Farbmilieu (Selbstausdruck und Lebenslust)	101
Das naturverbundene Farbmilieu (Achtsamkeit und Nachhaltigkeit)	105

Farb Heimat: Wie Klima und Region Persönlichkeit und Farbvorlieben prägen	110
--	------------

Der Charakter der Farben: Wie sie unserer Kultur ihre Identität verleihen	116
--	------------

Farbsymbolik als Charakterbild der Literatur	116
--	-----

Farbe in Theater und Film: Persönlichkeit, Charakterwandlung und emotionale Tiefe	119
--	-----

Wie Farben im Produktdesign Markenidentität erzeugen und Konsumentenverhalten steuern	127
--	-----

Die Seele des Raums: Wie Farben in der Architektur Identität stiften und Menschen berühren	134
---	-----

Vom Charakter der Malerei: Wie Farben die Persönlichkeit eines Bildes formen	144
---	-----

Der Wegweiser zum Farbtest: Vorbereitung auf Ihre persönliche Farbanalyse	153
--	------------

Zwei Wege zur Selbsterkenntnis: So navigieren Sie durch diesen Test	153
--	-----

Weg 1: Ihre Farbvorlieben entschlüsselt – der Kleiderschrank als Spiegel Ihrer Persönlichkeit	154
--	-----

Auswertung Ihrer Farbvorlieben: Schritt für Schritt zu Ihrem Persönlichkeitsprofil	158
---	-----

Weg 2: Entdecken Sie Ihr Persönlichkeitsprofil – mit dem Test zu Ihren authentischen Farben	162
--	-----

Warum der Test nur eine Orientierungshilfe sein kann	166
---	-----

Persönlichkeitsdimension 1 Extraversion – Introversion	171
Farbvorlieben als Indikator unserer geistigen und körperlichen Energie	171
Gesellig – herzlich, humorvoll, kontaktfreudig, optimistisch und lebensfroh	174
Begeisterungsfähig – positiv, leidenschaftlich, lebhaft, motivierend und inspirierend	177
Kommunikativ – redegewandt, ausdrucksstark, gesprächsfreudig, überzeugend und kontaktfreudig	180
Zurückhaltend – bescheiden, unaufdringlich, reflektiert, feinfühlig und diskret	185
Bedächtig – überlegt, gründlich, besonnen, strukturiert und vorausschauend	188
Unabhängig – eigenständig, widerstandsfähig, entschlossen, selbstbestimmt und freiheitsliebend	191
 Persönlichkeitsdimension 2 Offenheit – Verschlossenheit	195
Farbvorlieben zwischen Lebenshunger und Genügsamkeit	195
Neugierig – wissbegierig, fantasievoll, erkundungsfreudig, unerschrocken und experimentierfreudig	199
Kreativ – ideenreich, grenzüberschreitend, experimentierfreudig, erfinderisch und inspirierend	202
Tolerant – aufgeschlossen, respektvoll, versöhnlich, weltoffen und empathisch	205
Misstrauisch – argwöhnisch, skeptisch, kritisch, vorsichtig und distanziert	209
Formell – beherrscht, pflichtbewusst, diszipliniert, strukturiert und professionell	212
Exkurs zu den Farben der Arbeitswelt	216
Konservativ – traditionsbewusst, seriös, verlässlich, ordnungsliebend und höflich	220

Persönlichkeitsdimension 3 Verträglichkeit –	
Unverträglichkeit	225
Farbvorlieben zwischen Harmonie und Dissonanz	225
Empathisch – mitfühlend, aufmerksam, geduldig, vertrauensvoll und verständnisvoll	228
Kooperativ – teamfähig, hilfsbereit, umsichtig, proaktiv und verbindlich	231
Freundlich – aufmerksam, geduldig, hilfsbereit, fürsorglich und verständnisvoll	235
Ehrgeizig – fokussiert, perfektionistisch, selbstbewusst, entschlossen und zielstrebig	239
Eifersüchtig – unsicher, impulsiv, misstrauisch, besitzergreifend und kontrollierend	243
Egozentrisch – selbstbezogen, dominant, geltungsbedürftig, kontrollierend und narzisstisch	247
Persönlichkeitsdimension 4 Spontanität –	
Gewissenhaftigkeit	253
Farbvorlieben zwischen Ordnung und Chaos	253
Flexibel – anpassungsfähig, vielseitig, experimentierfreudig, wissbegierig und ideenreich	257
Impulsiv – energetisch, temperamentvoll, risikofreudig und fantasievoll	261
Sorglos – lässig, verspielt, unbeschwert, heiter und gelassen	266
Organisiert – strukturiert, effizient, verlässlich, diszipliniert und sorgfältig	271
Verantwortungsbewusst – ehrlich, fürsorglich, verbindlich, pflichtbewusst und selbstdiszipliniert	276
Zielstrebig – motiviert, fokussiert, ehrgeizig, beharrlich und entschlossen	280

Persönlichkeitsdimension 5 Resilienz –	
Neurotizismus	285
Farbvorlieben zwischen Angst und Zuversicht	285
Ausgeglichen – achtsam, gelassen, geerdet, feinfühlig und klar	289
Optimistisch – zuversichtlich, heiter, vertrauend, offenherzig und inspirierend	292
Belastbar – ruhig, beständig, umsichtig, anpassungsfähig und innerlich gefestigt	296
Ängstlich – reizoffen, kontrollorientiert, verunsicherbar, vermeidend und spannungsempfindlich	300
Melancholisch – feinfühlig, grüblerisch, selbstkritisch, zurückhaltend und einsam	305
Launisch – unberechenbar, sensibel, intensiv, reizbar und impulsiv	309
 Epilog: Wenn Farben unser Innerstes	
sichtbar machen	313
 Big Five: Testen Sie Ihre Persönlichkeit	317
Schritt 1 Extraversion bis Introversion	317
Schritt 2 Offenheit bis Verslossenheit	318
Schritt 3 Verträglichkeit bis Unverträglichkeit	319
Schritt 4 Spontanität bis Gewissenhaftigkeit	320
Schritt 5 Resilienz bis Neurotizismus	321
Auswertung Persönlichkeitsprofil	322
 Anmerkungen	328
 Bildnachweis	334