



FARB- (GE)SCHICHTEN

21

**ZUGER
NEUJAHRBLATT**

Seit 1892. Eine Publikation der
Gemeinnützigen Gesellschaft Zug

DIE KRAFT DER FARBEN

Wozu brauchen wir Farben? Und was können sie bei Menschen bewirken? Das verraten ein Modesammler, eine Farbtherapeutin, eine Architektin und ein Suchtstellenleiter, ein Graffitikünstler mit Rot-Grün-Blindheit sowie eine Farbdesignerin. Die sechs Zugerinnen und Zuger erzählen von ihrem speziellen Bezug zu Farben und ermuntern uns, der Farbvielfalt im Leben wieder mehr Beachtung zu schenken.

Colours play an important role in our lives, yet we rarely think about our perception of them or about the effect they have on us. Why do we need colour? What does colour achieve and how can it help us in our everyday lives? Six people from Zug tell us about their particular relationships with colour.

Chris Unternährer, for instance, who in his work as a graffiti artist sometimes reaches his limits because of his difficulty with red-green colour blindness. Or the Zug costume designer Martin Kamer, who in his lifetime has amassed one of the most important private collections in the world of 18th to 20th century fashion. The effects of colour are what colour designer Bea Frei and colour therapist Dagmar Gebhardt are interested in, though they approach the topic from completely different perspectives. The Sennhütte specialist institution, which is part of the GGZ, has taken an unconventional path by incorporating colour into their addiction treatment programme. Managing Director Daniel Kilchmann and architect Nadja Zürcher use their concepts of colour to arouse emotion in their clients and to offer guidance.

The six portraits also give us something to take away: they encourage us to pay more attention to the variety of colour in our lives. After all, being able to see and experiment with colour is a great gift.

DIE KR DER FA

Wozu brauchen wir Farben? Was bewirken? Das ist die Frage, die eine Farbtherapeutin, eine Graffitikünstlerin, eine Farbdesignerin, die sich von ihrem speziellen Wissen, der Farbvielfalt schenken.

Ob in der Kunst, in der Mode oder im Strassenverkehr: Täglich unterscheiden wir Farben, und das meist, ohne uns gross Gedanken darüber zu machen. Dabei ist Farbsehen nicht selbstverständlich und ein kleines Wunder. Unser Auge ist in der Lage, 200 verschiedene Farbtöne wahrzunehmen und Millionen von Farbkombinationen zusammenzusetzen. Doch wie funktioniert das eigentlich? Für das Farbsehen gibt es in unserem Netzhautzentrum etwa sieben Millionen kleine Zellen, sogenannte «Zapfenzellen». Einige der Zapfen sind für die Wahrnehmung von Rot, andere für Grün oder für Blau zuständig. Aus der Mischung dieser drei Grundfarben entsteht der Sinneseindruck Farbe. Wir sehen zum Beispiel Gelb, wenn die Rezeptoren für Grün und Rot durch gelbes Licht in einem bestimmten Verhältnis gereizt werden.

VERBREITETE FARBSEHSCHWÄCHE

Doch was, wenn bestimmte Zapfenzellen defekt sind oder gar fehlen? Absolute Farbenblindheit, die sogenannte Achromasie, ist glücklicherweise sehr selten. Doch etwa fünf Prozent der Schweizer Bevölkerung leidet an einer Farbsehschwäche, die umgangssprachlich oft mit Farbblindheit gleichgesetzt wird. Wer davon betroffen ist, kann manche Farben weniger gut sehen als andere.

Der Chamer **Chris Unternährer** hat eine Rot-Grün-Sehschwäche. Alle Farben zwischen Orange und Dunkelgrün nimmt er bei schlechten Lichtverhältnissen als Grautöne wahr. Bei seiner Arbeit als Graffitikünstler kann dies dem 30-Jährigen auch mal zum Verhängnis werden, wenn er zur falschen Spraydose greift, oder es gibt Reaktionen von der Freundin, wenn er bei seiner Kleidung eine Farbkombination wählt, die nicht passt.

Die Farbe von Kleidern spielt auch bei **Martin Kamer** eine grosse Rolle. Der Zuger Kostümbildner hat im Laufe seines Lebens eine der weltweit bedeutendsten privaten Modesammlungen des 18. bis 20. Jahrhunderts angelegt. Anhand kleinster Details kann Kamer erkennen, aus welcher Zeit ein Kleidungsstück stammt. Dabei hilft ihm auch die Farbe, denn sie sei die visuelle Handschrift jeder Epoche. Darüber hinaus glaubt der Senior, dass erst die Farbe einem Kleid seine Ausdruckskraft verleiht.

Mit der Wirkung von Farben beschäftigt sich ebenfalls die Mal- und Farbtherapeutin **Dagmar Gebhardt**. Sie versucht, als spirituelle Künstlerin die körperlichen oder psychischen Beschwerden ihrer

Patienten zu lindern. In ihrer Farbtherapie führt sie eine Chakren-Massage mit ätherischen Ölen durch und bestrahlt ihre Klienten dann mit farbigem Licht, das die Selbstheilungskräfte des Körpers anregen soll. Dagmar Gebhardt ist überzeugt davon, dass Farben auf die Psyche und den menschlichen Organismus wirken können.

Mit diesem Glauben ist sie nicht allein. Die Fachinstitution Sennhütte, die zur GGZ gehört, geht in der Suchttherapie neuerdings einen eher unkonventionellen Weg. Denn mit dem Umzug auf den Horbach haben Geschäftsführer **Daniel Kilchmann** und Architektin **Nadja Zürcher** ein umfassendes Farbkonzept realisiert. In der Sennhütte gibt es heute bewusst kaum mehr weisse Räume. Die farbigen Wände sollen in der Therapie unterstützend wirken, Emotionen wecken und den Klient*innen Orientierung bieten.

Mit Farbkonzepten kennt sich auch **Bea Frei** aus. Die Steinhäuserin ist Farbdesignerin und gestaltet Büros sowie private Wohnräume zu bunten Wohlfühloasen um. Sie regt zu mehr Mut im Umgang mit Farben an und zieht dabei gerne Parallelen zum Kochen. Wer immer nur Salz und Pfeffer verwendet, verpasse geschmackliche Highlights. Erst mit der Fülle an Farben steige das Wohlbefinden in den eigenen vier Wänden.

FARBEN MEHR BEACHTUNG SCHENKEN

Ob im eigenen Zuhause, in der Kunst, in der Mode oder in der Therapie: Farben spielen im Leben der sechs porträtierten Zugerinnen und Zuger eine tragende Rolle. Die Farbenkenner schildern ihren lebhaften Bezug, geben Tipps im Umgang mit Farben und regen dazu an, sich mehr mit unserer Farbwelt zu beschäftigen. Denn eines wird im Gespräch mit allen Personen deutlich: In unserem Alltag kommen Farben oft zu kurz. Zeit, der grossen Farbvielfalt in unserem Leben wieder mehr Beachtung zu verleihen. Denn Farben sehen zu können und mit ihnen zu experimentieren, ist ein grosses Geschenk.

DIE SENNHÜTTE BRINGT FARBE IN DIE SUCHTTHERAPIE

Wer nach Beispielen für farbige Orte gefragt wird, denkt wohl nicht als Erstes an eine Therapiefachstelle. Therapeutische Einrichtungen vermitteln mit ihrem meist weissen Anstrich zwar Reinheit, wirken jedoch auch unpersönlich und steril. Genau dies wollte Daniel Kilchmann, Geschäftsführer der Fachinstitution Sennhütte, ändern. «Farben haben einen Einfluss auf die Suchttherapie. Unsere Räume sollen durch ihren bunten Anstrich anregend wirken und den Klienten Orientierung bieten», erklärt er.

In der Sennhütte finden suchtkranke Menschen seit 35 Jahren einen Ort zur therapeutischen Behandlung und Rehabilitation. Da die zehn stationären Therapieplätze auf dem Blasenberg ob Zug nicht mehr ausreichten, zog die Institution im Frühling in den Horbach. Dort hat die Sennhütte mehr Platz – 15 stationäre Therapieplätze. Daneben gibt es neu bis zu fünf Plätze, die Klienten nach einem Entzug eine Tagesstruktur im abstinenten Umfeld bieten.

Am Standort im Horbach haben Geschäftsführer Daniel Kilchmann und Architektin Nadja Zürcher ein umfassendes Farbkonzept realisiert. «Wir wollen Frische in die Therapie reinbringen», fasst Kilchmann zusammen und scheint dieses Ziel mit seinem grasgrünen T-Shirt bereits verinnerlicht zu haben. In den ehemaligen Internatsräumen, die der Gemeinnützigen Gesellschaft Zug (GGZ) gehören, sind die meisten der einst weissen Wände nun bunt gestrichen, daneben wurde die zum Teil baufällige Substanz energetisch saniert. Die GGZ kommt als Trägerin der Sennhütte für die Umbaukosten auf.

Dass Farben in der neuen Sennhütte eine zentrale Rolle spielen, wird bereits bei der Anfahrt augenscheinlich. Auf einer Lichtung im Wald sind die drei Gebäude dank ihrer orangen Fassade schon von weitem sichtbar. «Orange ist eine belebende Farbe. Aus evolutionspsychologischer Sicht stimuliert sie das Lebens- und Sicherheitsempfinden. Die Nahrung unserer Vorfahren, beispielsweise Früchte, war meist rot oder orange. Diese Konnotation ist im Erinnerungsvermögen verankert», erklärt Nadja Zürcher, die auch mit Farbenlehren arbeitet. Durch den orangen Anstrich wirken die Bauten, die sich architektonisch stark unterscheiden, zudem als Einheit.

Der Eindruck einer durchdachten Einheit setzt sich im Innern fort. Alle Flure sind in auffallenden

Grüntönen gestrichen. «Grün beruhigt den Geist. Das ist wichtig, denn die Gänge verbinden die Räume mit unterschiedlichsten Funktionen», sagt Kilchmann. Wie eine Farbe auf jemanden wirke, hänge von diversen Faktoren ab: unter anderem vom evolutionsbiologischen Erinnerungsvermögen, von der Kultur, persönlichen Assoziationen sowie dem Ort, ergänzt Zürcher. Ins neue Farbkonzept wurden neben diesen Faktoren auch die Klienten und das 18-köpfige Therapieteam miteinbezogen.

Mit Moodboards legte das Team fest, welcher Raum welche Bedürfnisse abholen und welche Emotionen wecken solle. «Alle Zimmer im Therapiekontext – also Aufenthaltsräume, Büros, Gruppen- und Einzelgesprächsraum sowie Werkstätten – sollen lebensbejahend wirken und sind in starken Farbtönen gehalten», erläutert Zürcher. In den Schlafräumen dominieren die Pastellfarben Hellblau, Hellgelb und Hellorange, um Ruhe zu vermitteln. Der Aufenthaltsraum in einem satten Rot mit Blauanteil soll zugleich anregen und beruhigen, die Nasszellen sind allesamt in Blau-Orange-Kontrasten gestaltet.

Die Einzeltherapie- und Gruppenzimmer in Orange- und Violett-Tönen sollen erden, aber auch Energie ausstrahlen. «Hier wird in der Therapie hart gearbeitet, da sollen die starken Farben unterstützend wirken», betont der Chef lächelnd und streicht über eine violette Wand. Mit dem Farbkonzept haben sich Kilchmann und Zürcher während eines Jahres immer wieder auseinandergesetzt. «Nadja zeigte mir, dass kleinste Farbnuancen die Wirkung eines Raumes massiv verändern. Das ist entscheidend, denn am Ende bleibt in jedem Zimmer ein Gefühl.»

Die farbigen Räume strahlen eine grosse Kraft aus. «Damit waren anfangs einige überfordert. Besonders als der schwarz-braune Teppich noch nicht eingebaut war, der die Farben etwas abfängt», erinnert sich Daniel Kilchmann. Dass die Eintrittsquote der Sennhütte seit Mai auf 100 Prozent liegt, ist für den Geschäftsführer jedoch eine Bestätigung. «Wenn Klienten sich für eine Therapiestelle entscheiden, spielen der Ort und die Emotionen eine grosse Rolle. Zum Erfolg unserer Suchttherapiestelle trägt auch das neue Farbkonzept entscheidend bei.»

