

# ATELIER NOTIZEN

## DIE MACHT DER KUNST

### WIE KUNST UNSERE STIMMUNGEN BEEINFLUSSEN KANN



Ein früher Herbstmorgen. Kaffee ist schon kalt. Mein Spiegelbild sagt "ARGH!". Es regnet in Strömen. Niemand versteht mich. – Dieser Tag scheint schon jetzt verloren... Was mich an so einem Tag rettet? Einige Minuten kraftvolles Tanzens oder die indische Version von "Jingle Bells Rock" anhören und lachen. Oder ein anderes Beispiel: Wer kennt das nicht. Im Radio kommt das Lied, zu dem Du bei Deinem ersten Liebeskummer geweint hast. Oder diese eine Szene in einem Film, bei der Du immer und immer wieder weinst. Es ist also außer Frage, dass Musik und Film unsere Stimmungen beeinflussen kann. Aber gilt das auch für Gemälde? Und wie funktioniert das ganz genau?

Als treuer Leser meines Newsletters, kennst Du sicher schon mein Credo, dass ich mit meinen Bildern Gefühle transportieren möchte und mit Dir dem Betrachter meiner Gemälde in einen Austausch kommen möchte. Mir ist genau so etwas erst neulich passiert. Ich war im Musée d'Orsay in Paris und habe einen dieser Momente erlebt, die man als Erwachsener leider nur zu selten spürt: kindliche Freude. Mit vor Staunen geweitetem Mund stand ich vor van Goghs "Nachthimmel über der Rhône". Ich war gebannt von der Atmosphäre des nächtlichen Himmels mit den hellen Sternen und den Reflexionen auf dem Wasser- die lebendigen, bewegten Pinselstriche, die strahlenden Farben, die scheinbare Leichtigkeit der Szenerie. Das Bild strahlt eine gewisse Ruhe aus trotz seiner Bewegtheit und Dynamik in der Pinselführung. Die beiden Figuren im vorderen Teil des Bildes scheinen neben dem Betrachter die einzigen Zeugen der Szene zu sein. Ich hatte dieses Bild schon so oft als Druck gesehen, aber in der Realität... es war einfach WOW! Hinzu kam, dass ich an diesem Tag nicht allein vor diesem Bild stand, sondern mit dutzenden anderen Museumsbesuchern diesen Moment geteilt habe.

Also JA!: Gemälde können unsere Stimmung beeinflussen. Sie können Einfluss haben auf unser Stress- oder Glücksempfinden und/oder unsere Kreativität stimulieren. Außerdem kann Kunst zu gesellschaftlichen Diskussionen beitragen oder -wie in meinem Fall im Museum- ein Gemeinschaftserlebnis sein. Aber wie genau funktioniert das? Nun bin ich kein Spezialist, aber als Künstlerin möchte ich das schon genauer verstehen und wissen, wie ich das in meiner Malerei einsetzen kann.

- *Welche Mittel nutzen Künstler, um Emotionen hervorzurufen?*

Künstler nutzen Formen, Farben und Kompositionen, um Freude, Traurigkeit, Einsamkeit oder Lebendigkeit beim Betrachter hervorzurufen. Gemälde geben das Innere des Künstlers ebenso wieder, wie sie die Gefühlswelt des Betrachters spiegeln. Sie können Erinnerungen oder Gedanken triggern. In manchen Fällen können sie sogar zu Heilung beitragen oder zu einem tieferen Selbstverständnis führen, obwohl das nicht für jeden gleich funktioniert. Manche sehen sich ein Gemälde an und fangen mit der Analyse der Bild- Komposition an oder hinterfragen die Farbgestaltung. Andere Menschen fühlen ein Gemälde. Beide Herangehensweisen haben ihre Berechtigung und keine ist besser oder schlechter. In diesem Newsletter konzentriere ich mich auf die mit Kunst verbundenen Gefühle konzentrieren. Was habe ich gefühlt, als ich vor dem van Gogh Bild gestanden habe? Ich bin kein Nacht-Typ. Ich meide dunkle Straßen und Nachtwanderungen. Aber die Schönheit dieses Gemäldes hat mich in seinen



Vincent van Gogh "Starry Night over the Rhône"

# ATELIER NOTIZEN

## VON FRANKA



Bann gezogen. Die strahlende Helligkeit der Sterne, die Reflexionen auf der Wasseroberfläche haben mich staunen lassen. Die Unendlichkeit des Nachthimmels mit seiner mystischen Weite haben etwas Tröstendes, genau wie die Ruhe und die Tiefe des Wassers. Im Gegensatz zu meinem sonstigen Empfinden wenn es um Dunkelheit geht, hat mich diese Nachtszene nicht geängstigt, sondern vielmehr beruhigt.

Van Gogh hat Hell-Dunkel-Kontraste und die Wasserspiegelungen genutzt, um die beruhigende Wirkung des Lichts zu verstärken. Die beiden Personen im Vordergrund, die einzigen Menschen auf dem Bild, zeigen mir, dass ich nicht allein bin in der Unendlichkeit des Universums oder in der dunklen Nacht. Dieses Bild ist für mich DAS BEISPIEL für Kunst, die Gefühle hervor bringt.

### • *Aber wie genau funktioniert das im Gehirn oder in unserem Körper?*

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass es eine Verbindung gibt zwischen dem Betrachten von Kunstwerken und dem Ausschütten von Dopamin und Endorphinen. Beides sind Botenstoffe, die Glücksgefühle triggern. Den gleichen Effekt kann aktives kreatives Gestalten haben und das nutzt auch die Kunst-Therapie. Das heißt aber auch, dass wir dafür weder besondere Kenntnisse oder Fähigkeiten brauchen, weil das bio-chemische Abläufe in unserem Körper sind.

Für mich persönlich ist nichts befreiender, entspannender und motivierender als ein neues Kunstwerk zu schaffen. Vor einer weißen, leeren Leinwand zu stehen kann Respekt einflößend sein. Es kann gleichzeitig aber auch ermutigen. Eine weiße Leinwand kann überwältigend sein, aber der erste Strich ist zugleich auch der erste Schritt, dieses negative Gefühl anzugehen oder gar zu überwinden. Die Sorge etwas falsch zu machen wird durch den Mut ersetzt, etwas Neues zu schaffen.

Strukturen auf einer Leinwand zu verteilen, hat für mich einen ähnlichen Effekt. Es stärkt mich, wenn ich mit kraftvollen, energetischen Bewegungen die Strukturmasse auftrage. Gleichzeitig ist es beruhigend, wenn ich mit rhythmischen, gleichmäßigen, beinahe meditativen Bewegungen arbeite. Die Farbe Schicht für Schicht aufzutragen kann ein fließender, harmonischer Ablauf sein, manchmal sogar meditativ. Besonders dann, wenn ich erkennen muss, dass es Dinge gibt, die ich nicht kontrollieren kann. Wenn sich zum Beispiel Farben anders mischen, als geplant oder die Strukturen sich anders entwickeln, als gedacht. In diesem Moment bleibt mir nur, dem Prozess zu vertrauen und loszulassen. Ehrlich gesagt, das ist der beste, aber auch der schwierigste Teil. Die Dinge nicht unter Kontrolle zu haben, und gleichzeitig nicht aufzugeben. Das kann eine Lektion für's Leben sein. Ich entscheide mich dafür zu glauben, dass das Ergebnis am Ende gut sein wird. Ich vertraue meinen Instinkten und meinen Fähigkeiten. Unabhängig vom Ergebnis ist das am Ende befriedigend und stärkt mein Selbstwertgefühl. Vielleicht sieht das Bild nicht so aus, wie geplant. Die Farben sind komplett anders, als gedacht. Aber all das ist Teil der Geschichte, die das Bild erzählt. Gleichzeitig hilft der Prozess mir dabei, meine persönliche Note als Künstlerin zu entwickeln.

### • *Ist Kunst einfach magisch, überraschende Effekte oder kalkulierter Einsatz von Tricks?*

Künstler nutzen Farbe, Formen, Strukturen, besondere Motive oder Symbole, um sich auszudrücken und um eine Reaktion beim Betrachter auszulösen. Sie spielen zudem mit Kontrasten und schaffen so Harmonie oder Spannung. Wie ein Gemälde aufgenommen wird, hängt aber auch von anderen Faktoren ab. Schauen wir uns einige davon mal genauer an.

*Neues*

Demnächst

- Nächste Ausstellung: 6. November 2025, Whall
- Art-Kalender 2026 ist schon bald da. Du möchtest einen Kalender bestellen? Schick mir eine Nachricht!
- Du suchst nach einem besonderen Geschenk? Eine Halskette, Ohrringe oder ein kleines Gemälde? Meld Dich gern bei mir

# ATELIER NOTIZEN

## von Franka



**Farbe und Emotionen:** "Rot sehen" oder "Grün vor Neid" sein, sind gängige Ausdrücke für Emotionen, die wir mit Farben verbinden. Andere Kulturen verbinden Gefühle mit Ausdrücken wie hell und dunkel. In der Auswahl der Farben drückt ein Künstler seine Sicht auf die Realität aus, gibt sein Verständnis einer Situation oder eines Gegenstandes wieder. Einfarbig oder farbenfroh- beides lässt Raum für Interpretationen über die Stimmung des Malers oder was er /sie damit ausdrücken wollte.

Hast Du Lust auf ein Experiment? Beschreibe die Farbe GELB ohne das Wort selbst zu benutzen!

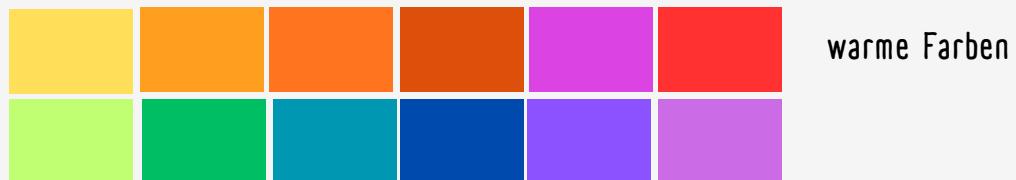
Ich würde BANANE sagen. Du hast vielleicht an eine Plastikente gedacht oder an eine Sonnenblume. Womit wir Farben assoziieren hängt von unserem kulturellen Hintergrund und unserer Umwelt ab.

Herkömlicherweise unterscheiden wir zwischen warmen und kalten Farben. Rot, orange und gelb werden üblicherweise als warme Farben empfunden. Grün und blau hingegen als kalt.

Es gibt soviel mehr über Farben und deren Wirkungen zu erzählen. Warum sind Wartezimmer in Zahnarzt-Praxen in Pastellfarben gestrichen? Wieso sind Warnsignale rot? Warum entscheiden sich bestimmte Marken für bestimmte Farbkombinationen?

Ich denke, ich sollte darüber mal einen eigenen Artikel schreiben...

Vorerst habe ich mal ein paar warme und kalte Farben zur Illustration zusammengestellt.



**Strukturen:** 3D Effekte sind sehr populär. Strukturen und haptische Effekte schaffen Schichten und damit kreieren sie visuelle und emotionale Tiefe in einem Gemälde. Eine Bild mit unterschiedlichen Materialien und verschiedenen Schichten lädt den Betrachter ein, sich länger mit dem Gemälde zu befassen, es ausführlicher zu erkunden. Mit Strukturen schaffen wir kleine Abenteuer, überraschende WOW-Momente im Alltag des Betrachters. Meine Werke können beispielsweise auch angefasst werden. Damit schaffe ich auch ein haptisches Erlebnis und die Interaktion zwischen dem Kunstwerk, dem Betrachter und letztlich auch mir. Es bekommt eine zusätzliche Ebene. Die Erfahrung wird vielschichtiger, weil mehr Sinne angesprochen werden. Bereit für eine kleine Übung? Beschreibe für Dich allein oder schicke es mir, was Du beim Betrachten der einzelnen Strukturen empfindest? Welche Assoziationen hast Du?



**Wahl des Bildgegenstands:** Emotionen können auch durch die Wahl des Sujets ausgedrückt werden. Eine friedliche Landschaft in hellen, freundlichen Farben ruft in der Regel Zufriedenheit und eine friedliche Grundstimmung hervor. Die Darstellung einer Kriegsszenerie oder eines wilden, tobenden Meeres, steht für Spannung, Konflikte und Angst. Abstrakte und organische Formen werden oft eingesetzt, um Sicherheit und Entspannung auszudrücken. Geometrische Formen oder realistische Darstellungen stehen eher für Klarheit und Stabilität.

# ATELIER NOTIZEN

## VON FRANKA



Betrachtet man eine ruhige, sonnige Landschaft in freundlichen Farben gemalt, fühlt man gleich die friedliche Umgebung versetzt.



Eine dunkle, übergroße Welle hingegen in einem aufbrausenden Meer vermittelt Unwohlsein und Bedrohung.



**Ausdrucksstarke Stilrichtungen:** Je ausdrucksstärker ein Gemälde ist umso streitbarer ist es. Lebendige Bilder provozieren. Sie werfen Fragen auf, stoßen Debatten an und manchmal rufen sie Unbehagen hervor. Korrekte Wiedergabe der Realität im Stile des Realismus hingegen rufen genau gegensätzliche Empfindungen hervor. Sie fühlen sich vertraut an, vermitteln Sicherheit und können den Betrachter beruhigen.

Oft verbinden Künstler mehrere Stile und schaffen so Harmonie oder Spannung. So z.B. der Abstrakte Realismus. Ausgehend von einer realen Idee oder Vorlage aus dem realen Leben wird durch Abstraktion, Vereinfachung oder Verzerrung eine neue Darstellung gewählt. Mein Gemälde "Mystic Forest" (siehe unten) ist ein Beispiel für eine solche Darstellung. Inspiriert durch einen Waldspaziergang, habe ich die Szene durch Reduktion in Farbe und Form aufgegriffen. Bislang haben Betrachter darin einen Hexenwald, einen verwunschenen Wald oder gar einen durch Umweltverschmutzung zerstörten Wald gesehen. Natürliche Materialien und die sensorischen Erfahrungen tragen zu diesen unterschiedlichen Wahrnehmungen bei. Was empfindest Du? Deine Interpretation interessiert mich!



Dieser Newsletter ist länger als üblich. Und es gibt noch so viel mehr über Bilder und Emotionen zu erzählen... was ich in den nächsten Ausgaben auch gern weiter tun werde.

Vielleicht konnte ich ja etwas besser erklären, warum es mir so wichtig ist, dass meine Bilder Gefühle transportieren und dass der Betrachter mit dem Bild eine Verbindung aufbaut. Das ist, was ich mit meiner Kunst erreichen möchte. Verbindungen aufbauen. Was wäre Kunst ohne Austausch zwischen dem Sänger, dem Maler, dem Tänzer, dem Koch, etc. wenn das Gegenüber nicht interagieren würde, nicht darüber nachdenken und sprechen, was es sieht, hört, fühlt oder schmeckt. Kunst ist keine Einbahnstraße, sondern ein konstanter Austausch von Ideen, Gedanken und Gefühlen. Also schreib mir gern an: [contact@franka-boehm.eu](mailto:contact@franka-boehm.eu)