

[Startseite](#) > [Lokales](#) > [Bad Essen](#) > [Farbberatung in Bad Essen: Welche Farben stehen mir wirklich](#)[Reporterin im Selbstversuch](#)

Farbberatung in Bad Essen: Warum ich meinen Kleiderschrank jetzt anders sehe

Von Kaja Schmidt | 02.03.2026, 17:40 Uhr



Das Schwarz nicht immer die beste Wahl ist, erklärt mit Birgit Arnts aus Bad Essen bei einer Farbberatung.

FOTO: STEFAN GELHOT

Bei der Farbwahl meiner Kleidung gehe ich meist auf Nummer sicher und setze auf Schwarz. Doch ist das wirklich die beste Wahl? Ich habe mich von Farb- und Imageberaterin Birgit Arnts aus Bad Essen professionell beraten lassen – und wurde in vielerlei Hinsicht überrascht.

Kurzfassung des Artikels:

- In Bad Essen testet eine Reporterin bei Farbberaterin Birgit Arnts ihre passenden Farben.

Mehr lesen



Mein Hautton ist hell und auch im Sommer werde ich nicht wirklich braun – lediglich die vielen Sommersprossen in meinem Gesicht zeigen, dass die Sonne scheint. Dazu habe ich blonde Haare und blaue Augen – schwarze Kleidung sollte mir doch eigentlich stehen. Oder nicht? Dass ich diesen Gedanken am Ende des Tages verwerfen würde, wusste ich nicht, als ich mich auf den Weg zu meinem Treffen mit Farb- und Imageberaterin Birgit Arnts machte.

LESEN SIE AUCH

Rastatt in Baden-Württemberg

Diese Stadt ist eine AfD-Hochburg – trotz Industrie, Wohlstand und Sicherheit



Expertinnen im Clasen Talk

TV-Anwältin Sandra Günther über Liebe: „Spätestens beim zweiten Kind ist es dann vorbei“



Die Wahl-Bad Essenerin bietet neben Farbtyp- auch Stilberatung und Kleiderschrank-Checks an. Vor 25 Jahren kam sie zum ersten Mal mit dem Thema in Berührung. „Das fand ich damals total spannend, dass es sowas gibt“, erinnert sie sich. Privat beschäftigte sie sich viel mit Mode, jobbte als Modeberaterin in Boutiquen und modelte für die Zeitschrift „Tina“. Zum Hauptberuf machte sie es jedoch vorerst nicht – ihr Bürojob erschien ihr sicherer.

Lesen Sie auch: [Katholische Jugend testet eine Stil- und Farbberatung](#)

So wurde Birgit Arnts eine Farb- und Imageberaterin

Mit der Corona-Pandemie kam die Neuorientierung. „Was machst du denn jetzt mit dem Rest deines Lebens, willst du wirklich jeden Tag ins Büro?“, fragte sie sich. Ihre Antwort lautete „Nein“, weshalb sie erfolgreich eine neunmonatige Ausbildung bei der Studiengemeinschaft Darmstadt (SGD) mit Modulen zu Farbtyp-, Stil- und Imageberatung, Kleiderschrank-Check und Make-up absolvierte.



Birgit Arnts ist Farb- und Imageberaterin und bietet neben Farbtyp- und Stilberatungen auch Kleiderschrank-Checks an. FOTO: STEFAN GELHOT

Mittlerweile ist Birgit Arnts selbstständig und freut sich besonders, wenn sie nach einer Beratung in glückliche Gesichter blickt und sieht, wie die passende Kleidung das Selbstbewusstsein ihrer Kunden stärkt. Die sind zwischen 20

und 80 Jahre alt, erzählt Birgit Arnts. „Die Männer sind noch sehr verhalten“, sagt sie.

Haarfarbe und Oberhaut verändern sich im Laufe des Lebens

Oft erkennt sie auf den ersten Blick, wenn Haarfarbe oder Kleidung nicht optimal gewählt sind: „Viele meinen, gerade bei Blondinen passt Schwarz wegen des starken Kontrasts sehr gut und dass Schwarz generell immer passt, aber da gibt es was Besseres.“ Ich werde nervös: Für die Beratung habe ich bewusst zu einer schwarzen Hose und einem anthrazitgrauen Oberteil gegriffen – je schlichter, desto weniger kann ich falsch machen. Oder?

Birgit Arnts holt ihr Equipment aus einem kleinen Kofferchen und legt die Farbtücher auf den Tisch. Üblicherweise füllen Kunden zunächst einen Fragebogen aus, doch wir starten direkt mit der Analyse. Der Farbtyp, also der Hautunterton, bleibt genau wie die Augenfarbe ein Leben lang gleich. Nur Haarfarbe und Oberhaut – Rötungen, Pickel, Falten – verändern sich.



Die Farbberatung basiert auf der Farbenlehre von Johannes Itten, erklärt Birgit Arnts. FOTO: STEFAN GELHOT

So wird in der Farbberatung der Hauttyp analysiert

Meine blonden Haare sind nicht gefärbt, meine Augenbrauen jedoch schon. Augenbrauen und Wimpern sind eigentlich sehr hell. Ein wichtiger Faktor, denn idealerweise wird das ungeschminkte Gesicht analysiert, erklärt mir Birgit Arnts. Sie hängt mir einen weißen Umhang um und wir beginnen mit Analysetüchern – es gilt herauszufinden, ob ich ein warmer oder kalter Hauttyp bin. Danach folgt mit den Farbtüchern die Einordnung in Frühling, Sommer, Herbst oder Winter. Ich bin gespannt – ich hatte vorher noch nie etwas von einer Farbberatung gehört.

Zuerst hält sie mir ein grünes Tuch mit viel Kaltanteil – in diesem Fall Blau – ans Gesicht. Es lässt mich blass wirken, sind wir uns einig. Zum Vergleich ein khakifarbenes Tuch: „Das ist schon gleich viel weicher und harmonischer“, sagt Arnts. Mein Gesicht wirkt nicht mehr blass, sondern heller und

freundlicher. Diese Farbe hätte ich sonst vermutlich nicht gewählt – überhaupt trage ich eher selten Farbe.



Ein weißer Umhang bildet die Grundlage der Analyse – ich bin gespannt, welche Farben mir wirklich stehen. FOTO: STEFAN GELHOT

Darum ist Schwarz nicht immer die beste Wahl

Es folgt ein zartes Orange – eine Farbe, zu der ich niemals greifen würde, ohne sie je ausprobiert zu haben. „Also im Sommer könnte ich mir das ganz gut vorstellen“, sagt Arnts und ich bin überrascht, dass sie recht hat. Ein knalligeres Orange hingegen macht wieder blass. Ähnlich wie Magenta – eine weitere kalte Farbe, die mich fahl aussehen lässt.

Dann mein Endgegner: Schwarz. „Es passt zu allem, aber es ist nicht immer vorteilhaft“, erklärt Arnts. Schwarz macht mich blass und wirkt sehr hart; ein braunes Tuch wirkt deutlich harmonischer. „Die Augen strahlen mehr und die Haut- und Haarfarbe auch“, meint die Farbberaterin, und ich muss mir

eingestehen, dass sie richtigliegt. Sie rät kaum jemandem zu Schwarz direkt am Gesicht – außer Wintertypen.

Goldener Schmuck lässt mich jünger wirken

„Wenn es unbedingt diese dunklen Farben sein sollen, dann besser Braun oder eben Anthrazit“, sagt sie und deutet auf meinen Cardigan. Da habe ich ja noch mal Glück gehabt. Auch wenn ich nun wohl meinen Kleiderschrank überdenken sollte, denn die meisten meiner Oberteile sind tatsächlich schwarz.

Beim Schmuck bin ich besser aufgestellt: Zu meinem Teint passt Gold, besonders Roségold, besser als Silber. „Das wirkt jünger und verstärkt die Ausstrahlung“, erklärt Birgit Arnts. Mein Schmuck kann also bleiben.

Weiterlesen: [Reporterin im Selbstversuch: Welche Farbe steht mir wirklich?](#)

Noch eine Erkenntnis: Blasse Farben stehen mir besser als knallige

Es wird klar: Ich bin ein warmer Typ. Jetzt bleibt die Frage: Frühling oder Herbst? Wir starten mit einem hellblauen Tuch. „Das passt sehr schön zur Augenfarbe“, sagt die Farbberaterin. Ihre Begeisterung färbt auf mich ab – ich denke direkt an ein neues Oberteil.

Auch wenn mein Teint blass ist, stehen mir gedämpfte Farben besser als knallige. „Die machen in der Regel noch blasser“, erklärt Birgit Arnts. Hellgrün, blasses Gelb, helles Rot – ich bin positiv überrascht. „Das macht frisch“, sagt sie zu Letzterem. Auch die Zahnfarbe spielt eine Rolle. „Wenn der Gelbstich in

den Zähnen herauskommt, dann sind Farben wie Rot eher unvorteilhaft.“



Der Vergleich zeigt: Das helle Blau steht mir gut und passt zu meinen Augen - das Tuch in Lila hingegen lässt mich blass aussehen. FOTO: STEFAN GELHOT

Nach einer Stunde wird klar, welcher Typ ich bin

Ein dunkles, herbstliches Rot macht mich wieder blass – es wird klar: Ich bin ein Frühlingstyp. Meine Shoppingkarte beschreibt meine Farben als hell, warm und zart: Hellgelb, Khaki, Hellgrün, Hellblau, Magenta. Neutrale Basistöne sind Wollweiß sowie Creme- und Brauntöne und die Trendfarbe Greige (Grau und Beige).

Weiß und Schwarz findet Birgit Arnts bei den meisten Hauttypen wenig vorteilhaft – außer kombiniert mit bunten Tüchern. Ihr Tipp: Unvorteilhafte Farben eher unterhalb der Hüfte tragen. „Man kann schon ganz schön danebengreifen“, sagt sie. Doch sie will beraten, nicht diktieren. Sie weiß jedoch: „Wenn man seine Farben gefunden hat, hat man schon ein

anderes Auftreten und Selbstbewusstsein und geht lockerer durch den Tag.“

Auch interessant: „[Interior-Design muss Sinn machen](#)“: [Jana Möller aus Melle setzt auf persönliche Konzepte](#)

In diesen Orten bietet Farbberaterin Birgit Arnts Kurse an

Birgit Arnts berät in Osnabrück, NRW und Norden (Landkreis Aurich). Buchen kann man sie über ihre [Webseite](#). Im Mai bietet sie einen Kurs nur für Männer an, in der Hoffnung, dass sich dann mehr von ihnen zur Beratung trauen.

Bis Ende 2025 betrieb sie ihr Studio in Bad Essen – wo sie noch immer wohnt –, inzwischen ist sie damit nach Ascheberg (Kreis Coesfeld, NRW) umgezogen, nah an ihren ehemaligen Heimatort. Einzelberatungen bietet sie jedoch weiterhin auch in Bad Essen und Umgebung an. Und was kostet das eigentlich? „Ich fange bei 80 Euro die Stunde an.“

Mein Fazit: Ich habe viel gelernt. Auch wenn ich bei einigen Farben schon vorher wusste, ob sie mir stehen oder nicht, so wurde ich doch auch einige Male überrascht. Vielleicht greife ich künftig öfter zu Farbe – statt wie bisher meist zu dunkleren Tönen.

FÜR SIE EMPFOHLENE NEWS

Bundesligist kommt an die Bremer Brücke
VfL Osnabrück: Testspiel gegen Borussia Mönchengladbach am 26. März



Betreiber seit 2016

Ende Juni ist Schluss: Haus Rahenkamp in Osnabrück steht zum Verkauf



Ehefrau berichtet

Mann von Verona Pooth will zurück nach Dubai – so schwierig gestaltet sich die Reise



Bis zu 31 Cent mehr pro Liter

Wegen Irankrieg: So teuer sind Diesel und Benzin derzeit in Osnabrück



Sie haben einen Hinweis oder einen Fehler entdeckt? [Schreiben Sie uns gern eine E-Mail an \[feedback@noz.de\]\(mailto:feedback@noz.de\).](#)