

דבר אלו בצב

עצמו את העיניים, דמיינו מסגרת של תמונה. התמונה היא משטח כחול ועליו נקודות אדומות. הנקודות שבדמיון בולטות וחזקות. עכשיו דמיינו שהנקודות ירוקות. מה אתם חשים? שהן משתלכות היטב ברקע. שנו את הנקודות לצבע חום. הן נבלעות ומתקשות להשפיע. חשבו שהנקודות לבנות. הן נראות חדות וברורות. הפכו את הרקע לשחור, בעוד שהנקודות נשארות לבנות. פתאום הן "קופצות" מן התמונה. נכון?

מה קרה? כל צבע נקלט במוחנו ומשפיע עליו בצורה שונה. המוח מפריד את הצבעים, אך כל צורך מביא את המוח לפרשנות מסוימת של הצבע. הצבעים מהדהדים לרגש ומשפיעים עליו. "משהו בצבעים עושה לאדם יותר מאשר המראה הנקלט בעין, אלא יוצר תחושה", אומרת ד"ר מתוקה הורוביץ, מאבחנת באיריס דיאגנוז ומרפאה בשיטות טבעיות. "הסתכלות על מגוון של צבעים גורמת להרגשה טובה. אנשים נהנים להסתכל על קשת בענן (אף על פי שהיא סימן לא טוב), והשקיעה נחשבת למראה יפה במיוחד. בשקיעה יש המון צבעים משתנים, עד שנוצר הגוון השחור שהוא בעצם צל של השמש. למה אנחנו אוהבים לראות את זה? בגלל שהצבע מחמם ומשמח. שילוב הצבעים מאזן את המודע ואת התת-מודע, וכשיש יותר צבעים - הרגשות יותר נפתחים. לא נעים לנו להיות בבית או בחדר הצבועים בגוון יחיד. אם נהיה בחדר שכולו ורוד, נרגיש שמהו חסר לנו בנשמה. גם זר פרחים עם שני צבעים עשוי לשמח את המקבל הרבה יותר מאשר זר בצבע אחד". הטבע הסובב אותנו הוא צבעוני מאד. לעץ בודד יש גוונים רבים, החל בירוק כהה וכלה בצהוב-חום של עלה כמוש הנושר בשלכת. הפרות והירקות שמקשטים כל שולחן מעוררים את התיאבון. הצבעוניות המדהימה של הפרחים נועדה למשוך אליהם את

מי רוצה לאכול תפוז שחור? תות לבן? מי רוצה לטייל ביער שחור ולשחות בים אפור? אף כמה משעמם, ממש מדכא. השם ברא לנו עולם צבעוני ויפה, וזה לא רק מעניין יותר, אלא גם משפיע ומפעיל אותנו באנרגיות חזקות. על משמעותם הפסיכולוגית והפיזיולוגית של הצבעים בעולמנו בעמודים הבאים.



עצמים

הפרפרים שיאביקו אותם, ובכל משפחות בעלי החיים הזכרים צבעוניים בהרבה מן הנקבות. מכל עבר קורצים אלינו גוונים ותת-גוונים. "רק השחור והלבן הם אבסולוטיים", מסבירה ד"ר הורוביץ, "בכל הצבעים האחרים יש תוספות. הגוון של עיניים כחולות עשוי להשתנות בהתאם לבגד שלובשים, לתפאורה הסובבת ואפילו להשתנות בהתאם להרגשה".

אנרגיה צבעונית

מעשה בשתי מסעדות אירופאיות. שתיהן ממוקמות זו מול זו, מגישות א ו כל טעים וברמה גבוהה. מסעדה א חת הייתה פעילה ומצליחה, בשכנתה נותרה שוממה. אנשים נכנסו, אכלו, נהנו מן התפריט המשובח, שילמו יפה ולא חזרו שנית. "מה קורה כאן?" תמה המנכ"ל המובס, "מדוע איננו מצליחים להגדיל את קהל הלקוחות שלנו? מה מרחיק את האנשים נוטשים את המסעדה הנהדרת שלנו ומעדיפים דווקא את המתחרים שממול?"

המנהל הזמין פסיכולוגים ומומחים לעיצוב כדי שיפתרו את החידה, ועד מהרה התגלה הטעם לבדידות { < }

חברתי, צבע של עצים. מורה בירוק חותכת עניינים ויודעת את אשר לפני. חליפה שחורה שמתחתיה חולצה לבנה תגרום לכולם להקשיב גם אם תוכן הדברים לא יהיה בדיוק לעניין. חולצה אדומה תרתק את הקהל, מפני שאדום מקרין חום ועוצמה, אך כעבור רגעים אחדים יתחיל הקהל לנוע על מקומו בעצבנות. חולצה אפורה, לעומת זאת, תגרום לציבור להתחמק לאיטו החוצה. משעמום, כמובן. אם מורה תלבש בגד וורוד, כולם יכרכרו סביבה ויפגינו ידידות, אך איש לא יתייחס אליה ברצינות". ראו הזהרתן.

האדום הוא צבע של רגש, גם ורוד הוא רגש ולבן. אולי לכן בחר העולם באדום ובורוד כצבעים של בנות רגשניות, ולעומתן מלבישים את הבנים המחוברים והרציונאליים בכחול.

הצהוב יודע המון על כל דבר, אך שומר מרחק. בצבעי גלידה כולנו נחמדים מאד, ובצבעים זוהרים יש התפרקות ויצירה. לא לחינם לובשים הרבנים (כל הדתיים רבנים...) שחור לבן: גבול ומסגרת, בשילוב של יושר, יכולת, אמת וצדקות. הלבן הוא איש-דת קלאסי. אל תלבשו לבן בלבד, משום שהוא יותר מידי נאצל וטהור. להרבה אנשים קשה לשאת זאת.

ומה נלבש כשיוציאים לאירוע? את עומדת ומתלבטת מול הארון, ואולי לא לחינם את מקוננת ש"אין לך מה ללבוש". תת המודע מסייע לך לבחור בגד בהתאם להופעה שאת רוצה לשדר הפעם: אלגנטי, מכובד, 'אל תיגע בי' (זה הצהוב), מתוק, שמח או אחרת. אנו מביעים את עצמנו בצבע שבחרנו, אז הבחירה הנשית רוצה, כנראה, להיות מדויקת. ד"ר הורוביץ ממליצה להוסיף קישוט לבן לכל בגד שנלבש. זה יעשה טוב לכל גוון. הוא שובר את המוחצנות שבצבע. השחור שמסמל גם את הגרוע מכל, הופך לאלגנטי אם מוסיפים לו מעט לבן. גם האפור המשעמם הופך לצבע טוב כשהוא משוּבץ בלבן. "הקונטרסט גורם לו להביע את הצד הטוב שבצבע", היא מסבירה. אפור, כפי הגדרתה, הוא 'צבע של בלש'. גוון חסר זהות. כאשר אנו מלבישים ילד באפור, הוא הופך באחת לסקרן וחוקר. "בתקופה שבה שלט האפור באופנה, שאלו האנשים הרבה שאלות. כולם בדקו והתעמקו. בדקתי זאת פעמים רבות", אומרת הורוביץ, "והדברים התאמתו בכל פעם". הסתפקתי אם זה יכול להיות. יום למחרת שיחתנו ישבתי באוטובוס ליד ידידתי. היא הזכירה את דודתה הסובלת מבעיה בריאותית מסוימת, ואני התעניינתי מאד בפרטים. לרגע געתי בעצמי שאני 'יאכנע', אך למרות זאת המשכתי לשוחח בעניין. לפתע נשפתי בהתפעלות: הייתי לבושה בחליפה אפורה לגמרי! אז יש משהו בזה.

ד"ר הורוביץ מתקנת: "יש הרבה יותר מ'משהו'. זה אמיתי ומשפיע באופן מדהים. שינוי צבע יכול לרפא ממש, והתרפיה בצבעים היא מדע אמיתי ומועיל מאד". ד"ר הורוביץ פרסמה מודעות על קורסים שונים בתחום הרפואה הטבעית. היו מודעות שהביאו להצפה של טלפונים, ואחרות שלא הצליחו לשכנע אף אחד. במה זה תלוי? "בצבעים של המודעה, כמובן. הצבע המשתלם ביותר בפרסומות הוא כחול-ירוק". דרשו זאת מן הגרפיקאים המעצבת עבורכם.

כן כדאי לשלב אלמנטים כתומים במטבח, כדי לעורר את התיאבון, ובפעם הבאה שאת הולכת לבחור חלוק, זכרי את העצה: משתלם ללבוש חלוק צהוב. לא תפסיקי לעבוד אף לרגע. ולא רק זאת, הוא גם יגרום לך להתמקד בבית. לא תחפשי את קרבתם של אחרים, וכך תחסכי זמן יקר שמתבזבז בפטפוטי שכנות.

הצד הבריא של הצבעים

לא רק הפסיכולוגיה שלנו מושפעת מן הצבע, אלא הגוף מגיב אף הוא. הרפואה הסינית, כידוע, מחלקת את גוף האדם לערוצי אנרגיה הנקראים מרידיאנים. 12 { 4 }

המזהירה: צבעי העיצוב של המסעדה, כמו גם מדי המלצרים, היו בגווני חום-לבן. החום הוא צבע של סימפטיה וחיבור, זהו צבע האדמה. אך הוא גם צבע של חולשה וחוסר ביטחון עצמי. בשילוב עם הלבן, שהוא רוחני ונאצל, הוא גרם לאנשים לתחושה של חוסר שליטה, ואנשים נרתעו מכך. הם לא אהבו להרגיש חולשה.

במסעדה המצלחיה, לעומת זאת, היו המדים של המלצרים בצבעי אדום-שחור-לבן. השילוב של האדום והשחור מבטא בסיס, שליטה וגבול. הוא גורם להרגשה של 'אני יודע מה אני עושה'. בתוספת הלבן שהוא נציגם של היושר והאמת, הלקוחות הרגישו בטוחים בעצמם ובדרכם. זה גרם להם לחזור למסעדה שוב ושוב. המומחים שינו את גווניה של המסעדה החומה לכחול-לבן. האווירה החלה להיות של סדר וביטחון, ופתאום המקום החל לשגשג. וזו, אגב, מעשיה אמיתית.

לכל צבע יש אופי. כלומר: יש לו משמעות והשפעה, לטוב ולרע. המשמעות נשארת אחת בכל קשת הגוונים של הצבע. בגוון כהה וחזק העוצמה גדולה ודרסטית ביותר, ובגוון בהיר ההשפעה חלשה.

הזכרנו את הכחול? ובכן, זהו צבע השמים והים. הכחול מבטא חיבור, תקשורת, היגיון, מקום מסודר ומעוגן. אך הוא יכול לסמל גם אי שלווה, פחד, חרדה, חוסר חיבור. "ישנם אנשים שתמיד לובשים כחול. אלו יכולים להיות אנשים שלווים מאד, או כאלו שדווקא מחפשים את השלווה הנעדרת", מסבירה ד"ר הורוביץ. "מי שתמיד לובש רק כחול חזק מאד, הוא כפייתי בסדר, או אפילו כפייתי בשלווה שלו. גם זה לא דבר טוב, שהרי כל דבר צריך להיות באמת מידה נורמלית".

את כל הקביעות היפות שמלמדים המומחים לענייני צבעים, הקפידה ד"ר הורוביץ לבדוק בעצמה. היא לבשה תלבושת כחולה-לבנה, ונכנסה ללמד תלמידות. "זה שילוב טוב מאד למורות. הוא משליט סדר ומשמעת. תלבושת בצבעי ירוק-לבן אומרת הדרת כבוד. הירוק הוא צבע

דהוד צבעים

ד"ר מתוקה הורוביץ פתחה שיטת אבחון שהיא גם דרך קלה לטיפול והרפיה. מושיבים את הילד, הנער או המבוגר מול דף נייר וקופסה של 12 צבעים פשוטים, ומבקשים ממנו למלא את הדף בצביעה לרוחב הדף בכל תריסר הצבעים. פסים-פסים. הפעולה הפשוטה הזו מכונה "דהוד צבעים".

הצבעים נותנים תחושה של סיפוק, אושר פנימי, רגיעה. הצבעים מוציאים את הרגשות החבויים באדם, בכל גיל.

לפעמים האדם נסגר כמו עלי כותרת הסוגרים על פרח, בגלל חרדות, פחדים, אי הצלחות, חוסר ביטחון ואי עמידה בלחצים ובדרישות של החברה. הצבעים והדהוד נותנים לו תחושה של פתיחות, של יצירה, של אחריות, ומכיוון שכך, הלחץ משתחרר והלב מתחיל להיות פעיל יותר מבחינה פיזית וגם מבחינה פסיכולוגית גרידא, כי הרי משכן הרגשות הוא בלב.

כאשר מפעילים נכון את הדהוד הצבעים, ההורים, האחים או חברים נעשים שותפים פעילים ומגישים בקלות עזרה בשחרור כעסים, קנאה, שנאה, חרדה, הלם ולחץ. השיטה נותנת גם כלים עצמאיים להגשמת הפוטנציאל השכלי, הרגשי והפיזי. זאת משום שכאשר אין חסימות והיכולת הפוטנציאלית פתוחה ולא סגורה, מתרחשת עליה גדולה בהבנה, בריכוז, בלמידה ובכל נושא אחר.

איש חינוך שחשד במעשיו של תלמידו במשך תקופה ארוכה ולא השיג ממנו אף קצה חוט, שמע לפתע סיפור מצמרר כאשר ניסה את שיטת הדהוד הצבעים. אדם מבוגר שהוצע לו להדהד בשעות לחץ ומצוקה היסט בתחילה, אך גילה שהדבר מרגיע אותו ביעילות רבה. ילדות הגן תתחלנה להזרים סיפורים על כל הנעשה בגן כאשר תושיבו אותן מול דף וצבעים. זוהי דרך קלה להשגת שחרור, יצירה ובניה.

אם אתם סובלים מקשיי הרדמות, שימו לב לצבע הסדין שלכם. ד"ר הורוביץ מזהירה שצבעים חריפים, דהיינו שילוב של ירוק-חום, אדום-סגול או סגול לבד - לא יניחו לכם להירדם בקלות. אם קר לכם ובגוף יש מחסור בברזל, לבשו בלילה גרביים אדומים. האדום החם מעביר לגוף את היכולת שלו, וגרביים אדומים מחממים יותר מגרביים לבנים. אם טרם השתכנעתם מן המידע הזורם לאורך הכתבה, ערכו ניסוי: לבשו גרב אחת אדומה, והשנייה לבנה. בבוקר תרגישו את ההבדל. אגב, אם לובשים בגד צבעוני למטרות ריפוי, יש ללבוש מתחתיו בגד לבן. שיטת תרפיה נוספת היא שימוש באבני מרפא צבעוניות. לאבני המרפא יש צבעים תואמים למשנת הטיפול של הרפואה המשלימה. שמים את האבן הרצויה בתוך מים מול השמש, וכעבור פרק זמן מוגדר שותים את המים. מי שהתנסו מעידים שזה מועיל מאד.

אפשר להתרפא גם על ידי מנורת לילה: במקום אהיל מכסים את המנורה בבד עדין או בנייר פרגמנט בצבע הדרוש. לכל חוליה בגב יש נקודה מיוחדת, ולכל מספר חוליות יש צבע מתאים וצבע משלים. מקרינים את האור הצבעוני של המנורה אל הנקודה המתאימה. רבע שעה לצבע העיקרי, ורבע שעה לצבע המשלים. ההקרנה עוזרת מאד, במיוחד להתכווצויות ולבעיות בעמוד השדרה.

לכטח פגשתם את ההמלצה לאכול מידי יום ירקות בחמישה צבעים: הפיטו-כימיקלים, כלומר המרכיבים המעניקים לירק את צבעו האופייני, אחראים גם על תכונות בריאות ייחודיות. הירוקים מועילים לניקוי רעלים, הלבנים נוגדי דלקת, האדומים, הסגולים והכתומים - כל אחד מהצבעים הוא בית מרקחת נפלא שבורא העולם מעניק לנו במחיר של קילוגרם גזר או קופסת דוב דבנים מרהיבה.

שיטת תרפיה נוספת היא שימוש באבני מרפא צבעוניות. לאבני המרפא יש צבעים תואמים למשנת הטיפול של הרפואה המשלימה

שימוש בטכניקות הריפוי בצבע דורש מיומנות מקיפה, אך הטיפול הנכון מועיל לכל תא בגוף. בגרמניה ישנו מכון מיוחד המתמחה רק בריפוי בצבעים. ד"ר הורוביץ מודה שאמנם אי אפשר לחיות כל הימים לפי הצבעים, אך ניתן לשפר דברים ולהימנע מטעויות מטרידות.

הילד יכול לקרוא

חשיבות עליונה יש לתרפיה בצבעים בבעיות מסוימות של קריאה, ריכוז והבנה. המראות נקלטים במוחנו דרך פוקוס הממוקם מאחורי העיניים. באזור זה מצויים הצבעים שחור, אדום ולבן, ובאמצעותם ניתן לראות את כל הצבעים שבעולם (לפי עקרון זה בנויה גם המצלמה). כאשר למישהו תפוסים שרירים בעיניים או באוזניים, יש בלבול בצבעים שבראש, והראיה משתבשת. האותיות "קופצות", הצבעים לא נתפסים, הילד כותב הפוך והעולם נראה לו בלתי יציב. ילדים שהופנו לפסיכיאטר כדי לאבחן מדוע הם אינם קוראים למרות שהכל נראה בסדר, התגברו לפתע בקלות כאשר קיבלו שקף בצבע מתאים.

נסענו למומחים בחו"ל כדי להבין מדוע הילד שלי לא { 4 }

מרדיאנים זורמים לאורכו של הגוף, ומחוברים ל-12 ערוצים רוחביים ול-8 קווים מקבילים. מהראש ועד לרגליים מצויים שמונה מרכזי אנרגיה. לכל נקודה ישנו צבע, שהוא קשור לתפקידה ולאופייה של הנקודה בגוף בה היא נמצאת. לדוגמה: נקודת האנרגיה שבגרון היא מרכז התקשורת (דיבור), וצבעה כחול - כבר למדנו שהוא צבע של תקשורת. "מרכז הכתר" שנמצא בקו החיבור בין המצח לשיער, צבעו לבן וזהב. הוא מופקד על היכולת, הרוחניות והטוהר.

ברפואה הסינית אין מצב של "מחלה", יש רק אי-איזון בגוף, ודבר ש"נתקע" (מצב של חום) או "נופל" (קור). הטיפול באזורים השונים של הגוף נעשה גם בעזרת הצבע השולט באזור. שמאזן האנרגיה שלו הופר. בשנים האחרונות, כאשר ניתן לצלם את השדה האנרגטי של האדם, רואים בצילומים את הצבעים השולטים בהילה של הגוף, והם מתאימים בדיוק לגוונים שהרפואה הסינית מרפאה לפיהם כבר אלפי שנים.

באור הצבעים נראים יפה וברור יותר. האור נכנס אל המוח בגלים פנימיים, והמוח פותח או סוגר את יכולת הראייה בהתאם. ד"ר הורוביץ מספרת על ההשפעה של האור ובעקבותיו - של הצבע: "בארצות החמות, השטופות באור השמש, האנשים שמחים יותר. בארצות הקרות והגשומות, האנשים פשוט יותר עצובים". האופי הקר של האנגלים ידוע. בנורווגיה הצפונית קיים שיעור ההתאבדויות הגבוהה בעולם. ועל דיכאון חורף שמענו פעם? כדי להשלים את החסר המעציב הזה באור ובצבע, הומצאה התרפיה בצבעים.

למרפאים בצבע יש ערכה של 129 בקבוקים שבהם מיצוי של צבעים. המטופל שולף 3-4 בקבוקים לפי בחירתו. שני הצבעים הראשונים שבוחר המטופל מלמדים על החוויות שעברו עליו, ולפי הבקבוקים השלישי והרביעי ניתן לדעת מה עובר עליו כהווה ולקדם אותו לקראת העתיד. ערכה אחרת של שמונה בקבוקי צבעים ממוינת על ידי המטופל, ומסודרת לפי הסדר המועדף עליו. זוהי משימה המאפשרת אבחון יסודי לגבי מצבו. "יש בזה שילוב של פסיכולוגיה לפי הפסיכולוג היישר, וידע רפואי וטבעי", מסבירה הורוביץ כיצד מפוענחים צפונותיהם של המטופלים. לאחר האבחון, ניתן לעזור ללקוקים לעזרה.

לתרפיסטים ישנו בקבוקון המכיל ערבוב תמציות של 29 צבעים. התערובת שמתקבלת היא בעלת ריח נעים מאד. כאשר מריחים אותה או מטפטפים מספר טיפות על היד, נוצרת השפעה מרגיעה מאד על ידי השלמת החסר הקיים. שיטה נוספת לטיפול בצבעים היא צביעה של החדר או חפצים מסביב בצבע הדרוש. "בתחילת עבודתי ברפואה הטבעית טיפלתי בילד קטן באמצעות רפלקסולוגיה. למרבה הפלא, הוא לא שכב רגוע והיה קשה מאד לטפל בו. בדרך כלל טיפול רפלקסולוגי הוא דבר מרגיע מאד. לפתע שמתי לב לתמונה של תרנגול אדום שהייתה תלויה מול מיטת הטיפולים. הסרתי אותה, והילד נרגע מיד", מספרת ד"ר הורוביץ. במקרה אחר היא טיפלה בילד שסבל מהתכווצויות פעמים רבות. היא ביקשה מההורים לערוך מחקר קטן: הם הציעו את מיטתו בסדינים בצבעים שונים, ורשמו אם הילד התכווץ או לא. "מהר מאד גילינו שסדינים כהים ובצבעים חמים גרמו לילד להתכווץ. התחלנו לשים לו סדין בצבע ירקרק נעים או כחול-שמים. ההתכווצויות פסקו".



באילו גוונים נצבע את הבית?

הצבעים שבהם תסיידו את הבית, יכולים לסייע לכם ליצור אשליה מרחבית שאתם מבקשים ליצור. הצבע משפיע על תחושת החלל בחדר. אילנה זיגמונד, מנהלת הפרסום של יצרנית הצבעים "טמבור", מסבירה כיצד נוכל להשתמש בצבע:

"אם נשווה בין שני חדרים זהים לחלוטין מבחינת גודל, חלונות, ריהוט ומבנה, כשהדבר היחיד המבדיל ביניהם הוא צבע הקירות - האחד צבוע בגוון תכלת בהיר והשני בגוון כחול עמוק כהה - ההבדל יהיה מהותי. אדם הנמצא בחדר הכהה יאמין שהוא מצוי בחלל קטן יותר, למרות שהגודל, כמובן, זהה. הגוונים השונים יוצרים אפקטים המשפיעים על המראה והממדים של החלל הצבוע, פרט להשפעה הפסיכולוגית הישירה של קור, חום, ריגוש, רוגע ועוד.

"משטחי הצבע השונים - תקרה, רצפה וקירות, משפיעים באופן שונה על התחושה הנוצרת בחלל. אם ניקח כדוגמה גוונים קרים כהים (כחולים, ירוקים וסגולים), כשנצבע את התקרה באחד מן הגוונים האלו נקבל תחושה מאיימת ואפילו תחושת מועקה. בקירות נקבל תחושת קדרות, וברצפה עלולה להתקבל תחושת כבדות. כמובן שניתן להגיע לצרופים מדהימים של צבעים קרים-כהים בחדר, אך חשוב לקחת בחשבון את ההשפעות השונות והצירופים בין הצבעים, כך שנגיע בדיוק לתוצאה הסופית שרצינו."

אילנה מציגה רשימה של ההשפעות השונות של גוונים.

גוונים קרים בהירים:

בתקרה - נותנים הרגשה מאיימת

בקירות - יוצרים הרגשת רוחב

ברצפה - נותנים הרגשת רכות וחלקות.

גוונים חמים בהירים (כתום, אדום וצהוב):

בתקרה - נותנים הרגשה מעוררת

בקירות - מעוררים תחושת חמימות

ברצפה - יוצרים הרגשת קלילות.

גוונים חמים כהים:

בתקרה - נותנים הרגשה "מכובדת"

בקירות - יוצרים תחושה סוגרת

ברצפה - נותנים הרגשת קלילות.

ד"ר הורוביץ מזכירה לשים לב לאופיים של הילדים שיגדלו בחדרים השונים: "אם הצבע יהיה עדין מידי, הילדים אמנם יהיו צייתנים ונוחים, אך חסרי ביטחון עצמי. צבעי גלידה נהדרים לילדים, ואם תצבעו בצבעים רועשים, אתם צפויים למלחמת עולם."

הצליח לקרוא, מספרת אמו של איציק. "הוא כבר היה בן שמונה, ותמיד אמר שהמילים בורחות ומתהפכות לו. מישוהו הפנה אותנו לאבחון על ידי מרפא בצבע, והוא נתן לאיציק להביט דרך שקפים בכל מיני צבעים. כשהוא קיבל שקף צהוב, פתאום הוא התחיל לקרוא! הוא אמר לי: 'אמא, עכשיו הקירות כבר לא נופלים עלי'. בכיתי ובכיתי, ולא הצלחתי להפסיק."

אשה נחמדה אחת לא הצליחה לבשל בשום אופן. היא הכירה את ד"ר הורוביץ, ופנתה אליה בשאלה כאובה: היא כל כך משתדלת, אך תמיד נשרף/גולש/ מלוח/חרף/לא מוצלח. למה?

ד"ר הורוביץ אבחנה, והציעה לה להשתמש בשקף כחול. למרות הספקנות הרבה הגברת הסכימה לנסות, וכעבור מספר ימים היא באה להגיש להורוביץ מנה טעימה שהיא הצליחה בפעם הראשונה להכין.

מדובר בשקפים פשוטים, המצויים בחנויות. מניחים את השקף הצבעוני על דף כתוב, וכאשר מגיעים לצבע המתאים לזה החסר במוח, לפתע נפתח עולם חדש לעיני המאובחן. הוא מצליח לראות את הכתוב כפי שאנו רואים את הדף של העיתון הזה. "השקפים לא אמורים ללוות את המטופלים לעולם ועד", מדגישה ד"ר הורוביץ. "אחרי תקופה מסוימת החסר שבמוח מתמלא, ואין יותר צורך להשתמש בשקף המשלים. הצבע המתאים חודר למוח, לתודעה של האור. השריר פחות מכווץ ומקבל את הפוקוס הנכון".

את המידע הזה, על אף שכבר שנים הוא מחלחל על ידי מטפלים שונים, עדיין לא כל המורות לחינוך מיוחד מכירות.

הציור המסגיר

חלק נכבד מן האבחון של ציורי ילדים, מתבסס על הצבעים שבהם משתמש הילד המצייר. נעמי רבינוביץ, מאבחנת ציורי ילדים, קובעת שהמשמעות של הצבעים בציור מתחילה להיות משמעותית רק בגיל 3-4 שנים. עד אז אין כל משמעות לצבע, אלא לציור עצמו. חשוב להניח לילד מבחר של כל הצבעים, ולתת לו לבחור כל צבע שירצה. בשלב זה של ההתפתחות המשמעות היא בעצם העובדה שהילד בכלל מצייר, ובדרך כלל הוא יבחר צבעים בולטים וכהים.

המאבחנת בודקת אם הילד השתמש בצבע ככתם או כקו, אם הוא ממלא שטחים או יוצר קוים מינימליים, ומהי הצורה של הקווים והכתמים. אם הם עולים זה על זה, הדבר יכול להעיד על מתח. אם הצבעים מופרדים ומסודרים, זהו אות לחוש מוזיקלי ולקצב פנימי. מאבחן מנוסה יודע לזהות מקום מעובה בדף בגלל קשקושים מרובים, ומזהה בעיה. מהות הבעיה נלמדת לפי המקום ביחס לשאר הקשקושים שבדף. "כמו מפת דרכים", ממחישה נעמי, "צריך ללמוד את הקודים כדי לפענח את הדף". מסיבה זו היא אינה מוכנה לתת רשימה של צבעים ומשמעויות פיזיות ורגשיות. "אם אומר שכתום מורה על נזלים ואוזניים כתומות מלמדות על נזלים באוזניים, אנשים יתחילו למצוא נזלים בכל מיני מקומות שונים ומשונים, יכנסו ללחץ וייתייחסו לזה כמידע מקצועי וחד משמעי. צריך ללמוד את המכלול כדי לקרוא נכון את המפה".

כשהילד לומד לדעת למה שייך כל צבע, מתחילה להיות חשיבות לנושא. בסביבות גיל 4 הדמיון והמציאות עדיין מעורבים, והשייך של הצבע לא יהיה מדויק עדיין. בגיל 5 כבר ניתן לצפות שהצבע יהיה תואם לחפץ המצויר. רק אז יש משמעות לעצם הצבע שהילד בוחר. האם הילד משתמש בצבעים נכונים ביחס למציאות? האם הוא עבר תהליך התפתחותי של הבחנה? מצופה מילד בן 5 שידע לצבוע עץ בירוק. אמנם יש ילדים אומנותיים שאוהבים לגוון, אך יש לשים לב שהילד מתחבר למציאות באופן כללי.

בזמנים סוערים מבחינה רגשית, הילד ישתמש מן הסתם בצבעים עזים. בתקופות רגועות הוא יבחר צבעים יותר פסטליים ומינוריים. אם הילד נמנע בעקביות מלהשתמש בצבע מסוים, ודאי שיש לו מועקות.

גננות רבות נוטות להעלים מקופסת הצבעים את השחור והחום, כדי שילדים לא ירבו יותר מידי להשתמש בהם. זה, הרי, מצביע על דיכאון - לפי המקובל. וזהו המסר החשוב ביותר שביקשה נעמי רבינוביץ להעביר לקהל ההורים והגננות: "אל תשנו לילד שום דבר בציור! תנו לו את כל אפשרויות הבחירה, ואל תחסירו שום צבע. אם הילד מרגיש שהוא רוצה להשתמש דווקא בשחור - תנו לו, ותבדקו מהי הסיבה לכך. אם מונעים זאת ממנו, גורמים לו עוול".

אז שיהיה לכם יום כתום, וגם אדום וורוד ותכלת וירוק וכל הצבעים הכי שמחים והכי מגוונים!