

# אסתי אור-ים - מקום לנשימה- טיפול רגשי בעזרת נשימה מעגלית בקרית טבעון

קרית טבעון

טלפון: 072-2285773

אסתי אור-ים - מקום לנשימה - טיפול בנשימה, טיפול רגשי בעזרת נשימה מעגלית מודעת והתמקדות נושאים במגוון מטפלת. טבעון בקרית ומדיטציה שיקומית יוגה, נפש גוף פסיכותרפיה (focusing), ובעיות כמו מתחים, לחץ נפשי, ביטויים באופן גופני ונפשי, מצבי משבר או תקיעות בחיים וביחסים בינאישיים, מודעות עצמית, העצמה, העמקה במסע התפתחות אישי. חדש! טיפול ויעוץ מרחוק במגוון נושאים.

מוזמנים לפנות אלי לשיחת היכרות ויעוץ ראשוני - ללא עלות!  
ישנה אפשרות לתת מענה טיפולי/ייעוצי בזום לחלק מהפונים, על פי נתוני הפונה והצרכים. מוסדות

לימוד:

בוגרת אונ' עברית, אונ' חיפה, וינגייט; קורס הכשרה בהתמקדות מוכר ע"י הארגון הבינלאומי; קורס והשתלמות ארוכת טווח בנשימה מעגלית מודעת אצל מורה פרטית. לאסתי יש ניסיון כמטפלת של מעל ל-20 שנים. מי אני?

אני, אסתי אור-ים, חיה מלמדת ומטפלת בטבעון. הנשימה היא ידידת הנפש שלנו. הנשימה מכילה ומאפשרת מפגש עם כאב רגשי, ויסות והקלה. בעוד

שמצבים רגשיים סוערים, מתוחים או כואבים, משפיעים מאד בכיוון צמצום הנשימה, הרי שנשימה מודעת ופתוחה מרגיעה מצבים אלה. כמטפלת בנשימה אני מלמדת לעבור מנשימה מוקטנת, לחוצה, מאומצת לנשימה חופשית ותומכת, ביום-יום ובעת לחץ. עם השנים למדתי פסיכותרפיה גוף נפש ובמיוחד טיפול בנשימה מעגלית מודעת - reberthing, והתמקדות - focusing, אשר תומכות מאד במסע של ריפוי רגשי והתפתחות אישית.

נשימה מעגלית, ריברסינג - rebirthing - לידה מחדש. עושה שימוש מיוחד בכוחה של הנשימה

בתוכנו, ולהמירם אל זרימת חיים.  
טיפול נשימה מעגלית מודעת עוזרת במנעד רחב של נושאים וקשיים מבריאות פיזית, דרך דפוסי רגש  
מכאיבים ועד מפגש עם אתגרי החיים. היא משתלבת היטב בצד טיפול גופני/נפשי קונבנציונאלי,  
ומתאימה לאנשים רבים. הטיפול בקליניקה הוא אישי, כולל שיחה, התבוננות עצמית בעזרת כלים של  
התמקדות, לגילוי חוכמה ותובנות מבפנים, ונשימה מעגלית המאפשרת כניסה עדינה ועמוקה אל הגוף  
הרגשי. אני רואה עצמי כמלווה, תומכת ולעיתים מיילדת במסע של גילוי עצמי של מי שבא לטיפול, ויש  
בי כבוד עמוק למסע האישי של כל אחת ואחד. לשאלות נוספות, התייעצות, הזמנת טיפול או קביעת

פגישה אישית, צרו עימי קשר טלפוני.  
בנוסף, ניתן לפנות אלי בכל שעה באמצעות טופס יצירת

הקשר. ~~~~~  
קישור לכרטיס ביקור דיגיטלי שלי נמצא כאן

~~~~~  
~~~~~

????? ?????? ??? ????? ???

~~~~~

[אתר אינטרנט](#)  
[לפרטים מלאים ויצירת קשר](#)