

יהודה 105 מודיעין-מכבים-רעות

טלפון: 072-2285543

ד"ר אורה דנינו מכון "אור" - אבחון, ייעוץ ופסיכותרפיה לפרט ולמשפחה. פסיכותרפיה אינטגרטיבית,

פסיכואנליזה, CBT, הדרכת הורים, מטפלת באנשים מבוגרים, ילדים ומתבגרים, טיפול פרטני ו/או

משפחתי.

בעלת ניסיון של מעל ל-25 שנים. מטפלת ומייעצת במגוון נושאים ובעיות כמו בעיות במשפחה ובזוגיות,

הדרכת הורים, טיפול בילדים ובנוער, טיפול בפוסט טראומה, חרדה, דיכאון, טיפול נפשי, טיפול

פסיכודינמי וכד'. לימודים:

דוקטוראט מהאוניברסיטה העברית ובית הספר לפסיכותרפיה. מהו CBT?

טיפול CBT (טיפול קוגניטיבי-התנהגותי) הוא טיפול פסיכותרפי קצר וממוקד מטרה. טיפולי CBT

מתאימים ויעילים ביותר למגוון בעיות כגון: טיפול בפוביות, טיפול בחרדות, התקפי חרדה (קלים וקשים)

/ פאניקה, הפרעת לחץ פוסט טראומטית (PTSD), ניהול ושליטה בכעסים, בעיות שינה / אינסומניה,

חרדת, דיכאון, חברתית חרדה, טורדניות מחשבות, מבחנים חרדת, (כפייתית טורדנית הפרעה) OCD

נהיגה, דימוי עצמי נמוך וביטחון עצמי נמוך, דחיינות בביצוע משימות, הפרעות אישיות, חרדות ופחדים

אצל ילדים, OCD אצל ילדים ובני נוער, התקפי זעם והתפרצויות אצל מבוגרים, מתבגרים ואף אצל

ילדים, התמודדות עם משברים בחיים, התמכרויות, התמודדות עם אבל ואובדן, שליטה בדחפים שיפור

היכולת לדחות סיפוקים ועוד...

לשאלות נוספות, התייעצות, הזמנת טיפול או קביעת פגישה אישית, צרו עימי קשר טלפוני.

בנוסף, ניתן לפנות אלי בכל שעה באמצעות טופס יצירת הקשר.