

עמישב 53 גבעתיים

טלפון: 072-2285801

טיפול רגשי הוא תהליך שעוזר לעבד ולפתור קשיים נפשיים ורגשיים שהוא חווה. טיפול רגשי מבוסס על שיחות פתוחות ובטוחות, שבהן המטופל יכול להביע את מחשבותיו, רגשותיו וחוויותיו ללא שיפוטיות. המטפל מסייע לו להבין את המקור לקשיים, לזהות דפוסים שחוזרים על עצמו בחייו, ולפתח כלים חדשים להתמודדות עם אתגרים. הטיפול יכול להיות ממוקד בבעיה ספציפית כמו חרדה, דיכאון או טראומה, או להיות תהליך עמוק יותר שמטרתו לשפר את איכות החיים וההבנה העצמית. היתרונות של טיפול רגשי הם רבים. ראשית, הוא מספק מרחב בטוח שבו אפשר לשתף בקשיים מבלי להרגיש בודד או מובך. שנית, הוא מאפשר להבין טוב יותר את עצמנו ואת הסיבות להתנהגויות או לרגשות שמפריעים לנו. הטיפול יכול לעזור במגוון רחב של בעיות, כמו קשיים בזוגיות, תחושת תקיעות בחיים, התמודדות עם אובדן, או אפילו שיפור הביטחון העצמי. דרך השיחות והכלים שנרכשים בטיפול, אנשים לומדים לנהל טוב יותר את הרגשות שלהם, לשפר את היחסים עם הסביבה, ולחיות חיים מלאים ומספקים יותר. הטיפול עובד כי הוא נותן מקום לרגשות ולמחשבות שעולים, ומאפשר להתבונן עליהם מזווית

חדשה ומקדמת. לחץ/לחצי לרשימת מטפלים רגשיים בגבעתיים טיפול רגשי מעניק:

* התפתחות אישית ומקצועית.

* טיפול אישי ומשפחתי.

* טיפול משולב להורים וילדים עם קשיים רגשיים, חברתיים ולימודיים.

* רכישת כלים להקשבה והבעת רגשות.

* פיתוח התמודדות יעילה לתקשורת במשפחה.

* פיתוח יצירתיות כדרך להגשמת הפוטנציאל האישי. טיפול רגשי כולל

♥ הקניית כלים לרגעה לגוף ולנפש.

♥ טיפוח רגשי כבסיס למיצוי יכולות וכישורים.

♥ התמודדות עם קשיים בתפקוד הורי -משפחתי ממקום של שלווה פנימית.
♥ מפגשי חוויה ויצירה משותפת ליצירת כלים בתוך המשפחה. לשאלות נוספות, התייעצות, הזמנת

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

[לפרטים מלאים ויצירת קשר](#)