

מטפלת רגשית ומדריכת הורים בגוש עציון ואונליין- נעמי רענן



התאנה 16, אלון שבותהתאנה 16, אלון שבות, התאנה 16, אלון שבותהתאנה 16, אלון שבות

טלפון: 072-2285669

שמי נעמי רענן, ואני מטפלת בפסיכותרפיה ובכלים מגוונים מעולם הטיפול, במטרה לעזור לאנשים למצוא את הדרך שלהם לחיים מלאים ושמחים. אני רואה בכל מפגש הזדמנות ליצירת קשר אנושי עמוק, שבו תוכלו להרגיש בטוחים ומוגנים, ולעבד את הקשיים שלכם בקצב שלכם. הגישה שלי משלבת מקצועיות עם חום, אמפתיה וכבוד לכל אדם. באילו בעיות אני מטפלת? אני מלווה אנשים המתמודדים עם קשת רחבה של קשיים רגשיים ונפשיים, כמו: חרדה, דיכאון, וטראומה התמודדות עם משברי חיים כמו גירושין, אובדן, שינוי קריירה ועוד קשיים במערכות יחסים התמודדות עם קשיים רגשיים של נערות ונשים ביטחון עצמי נמוך ודימוי עצמי שלילי טיפול רגשי למתבגרים הדרכת הורים: הכשרת הורים במיומנויות הורות וחיזוק יכולותיהם כמדריכים לילדיהם. באילו כלים אני משתמשת? אני מאמינה בשילוב של גישות טיפוליות שונות, המותאמות באופן אישי לצרכים הייחודיים שלכם. בין הכלים בהם אני משתמשת: פסיכותרפיה דינמית: גישה המאפשרת לחקור דפוסים לא מודעים מהעבר המשפיעים על ההווה. טיפול ממוקד ופרקטי: כלים כמו CBT, DBT, וכן טכניקות ממוקדות כמו נשימה מעגלית ושיטת והתנהגות חשיבה דפוסי ולשנות לזהות המסייעים (EFT (Emotional Freedom Technique מעכבים. כלים מהפסיכולוגיה הבודהיסטית ומינדפולנס: לחיבור פנימי, קשיבות לרגע הנוכחי והפחתת מתח. כלים אקספרסיביים: יצירה, כתיבה ושימוש במטפורות, המאפשרים גישה לחלקים רגשיים שלא תמיד קל לבטא במילים. יתרונות הטיפול טיפול מותאם אישית: אני יוצרת תוכנית טיפול ייחודית לכל אחד, המשלבת מגוון כלים וגישות כדי לתת מענה מדויק לצרכים שלכם. מרחב בטוח ותומך: הקליניקה

שלי היא מקום חם ונעים שבו תוכלו להרגיש בנוח לשתף ולהיפתח, ללא חשש משיפוטיות. שילוב בין עבר להווה: אנו עובדים יחד על הבנת השורשים לקשיים, לצד פיתוח כלים פרקטיים להתמודדות יום יומית. תוצאות משמעותיות: הטיפול שלי ממוקד בהשגת שינוי אמיתי ומתמשך, כדי שתוכלו לחיות חיים שלווים ומספקים יותר. טיפול אונליין: כיום אני עובדת גם אונליין, ומוצאת שיש בכך יתרונות רבים. טיפול מקוון מאפשר גמישות ונגישות נוחה מכל מקום. אני מזמינה אתכם לעשות את הצעד הראשון לקראת שינוי. מוזמנים ליצור איתי קשר כדי לשמוע עוד ולתאם פגישה ראשונית.

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