

עגור אלחריזי - טיפול רגשי הוליסטי בגן יבנה וליווי תהליכים קבוצתיים בכל הארץ



טלפון: 072-2285742

נעים להכיר, אני עגור. מאז ומתמיד אני חוקרת את המפגש של הרוח והחומר. הגעתי לעולם הטיפול מתוך סקרנות אינסופית אל תודעת האדם ואל יכולת ההשפעה שלו עליה. בשלוש השנים האחרונות אני מלווה נשים המתמודדות עם PTSD-C כחלק מפרויקט שיקומי בחברת 'שלו'. במהלך השנים התחזקה אצלי האמונה שקיימות מציאויות נוספות עבור כל סיפור, מורכב ככל שיהיה. הטיפולים שלי: אני עובדת עם מגוון כלים כמו הילינג, מדיטציה, ריברסינג, דמיון מודרך, מיינדפולנס, חומרים אומנותיים וכמובן שיח רפלקטיבי. אני מתאימה את הכלים לצרכים הספציפיים והרגשיים של כל אדם, מתוך אמונה שכל תהליך ריפוי והתפתחות חייב להתייחס לכל רבדי התודעה - הפיזי, הרגשי, המנטלי והרוחני כמערכת הוליסטית שלמה. מיינדפולנס: מיינדפולנס הוא תרגול של תשומת לב מלאה לרגע הנוכחי, ללא שיפוטיות או ביקורת. בעזרת טכניקות נשימה, מדיטציה והתבוננות פנימית, ניתן להפחית מתחים, לחזק את הוויסות הרגשי וליצור תחושת שקט פנימי. מיינדפולנס מאפשר לנו להיות נוכחים באמת בחיינו, לחוות יותר איזון ומאפשרת התמודדות חיובית יותר עם כל קושי ודילמה. ריברסינג (נשימה מודעת): ריברסינג הוא תהליך טיפולי המבוסס על עבודה עם נשימה מחזורית ועמוקה. באמצעות הנשימה המודעת מתאפשרת גישה לחוויות רגשיות ותת־מודעות, מה שתורם לשחרור דפוסים מעכבים, עיבוד רגשי והעצמה אישית. השיטה מחזקת את החיבור בין הגוף לנפש ומעודדת תהליכי ריפוי פנימי וצמיחה. אני מזמינה באהבה את כל מי שמבקשת או מבקש ליווי ותמיכה בדרך - לחקור, לגלות ולצמוח

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](#)