

# אירינה פוקס | מטפלת רגשית, יועצת זוגית ומשפחתית ומטפלת בפרחי באך בנס ציונה



נס ציונה

טלפון: 072-2285542

מרחב שבו מותר להרגיש הכול

טיפול רגשי | ייעוץ זוגי | פרחי באך | CBT ו-ACT אירינה פוקס היא מטפלת רגשית אינטגרטיבית, יועצת

זוגית ומשפחתית ומטפלת בפרחי באך, בעלת השכלה אקדמית בפסיכולוגיה ומעל עשור של ניסיון

בעבודה טיפולית. אירינה מלווה יחידים וזוגות בתהליכים של התבוננות, הבנה ושינוי, מתוך אמונה שלא

תמיד צריך להגיע לטיפול עם הגדרה מדויקת של הבעיה. לפעמים התחושה שמהו כבר לא עובד,

שקשה להמשיך באותה הדרך או שיש רצון להבין את עצמנו ואת מערכות היחסים שלנו אחרת - היא

נקודת התחלה מספקת. הגישה הטיפולית מותאמת באופן אישי לאדם, לסיפור שלו, לקצב שלו

ולצרכים שעולים במהלך התהליך. בעבודתה היא משלבת כלים מגישות שונות, ובהן טיפול

קוגניטיבי-התנהגותי CBT, ACT, הגישה האקזיסטנציאלית, עבודה עם תהליכים המתרחשים בתוך

הקשר הטיפולי, פסיכותרפיה הומאופסיכרית ועבודה רגשית עם זוגות. הטיפול מתאימה לאנשים

המתמודדים, בין היתר, עם: חרדה ופחדים ביקורת עצמית ושיפוט עצמית חוששת אשמה חוסר ביטחון כעס

מודחק או התפרצויות כעס עומס ומתח רגשי קושי במערכות יחסים רגישות יתרדאגנות ומחשבות

חוזרות תקופות של משבר ושינוי פרידה ושינויים משמעותיים בחיים קושי בקבלת החלטות תחושת

תקיעות בלבול או אובדן כיוון רצון להעמיק את המודעות וההיכרות העצמית טיפול רגשי פרטני טיפול

הרגשי הוא מרחב שבו ניתן להתבונן במה שמפעיל אותנו שוב ושוב - ברגשות, במחשבות, באמונות

בסדר", אלא להבין מה עומד מאחורי התגובות והתחושות, לזהות דפוסים שחוזרים על עצמם ולפתח אפשרויות חדשות להתמודדות ובחירה. טיפול זוגיאירינה מלווה זוגות המתמודדים עם ריבים חוזרים, תקשורת שהפכה למתוחה, תחושת ריחוק, פחות שיתוף וקרבה, פגיעות שלא קיבלו מקום או תחושה שבני הזוג כבר מתקשים להבין זה את זה. בתהליך הזוגי היא מסייעת לבני הזוג לעצור את המעגלים הקבועים ולזהות מה נמצא מתחת לכעס, לשתיקה, להתרחקות או לביקורת. המטרה אינה לקבוע מי צודק או מי אשם, אלא לעזור לכל אחד מבני הזוג לשמוע ולהבין טוב יותר את האחר, לזהות את הרגש והצורך שנמצאים מתחת להתנהגות וליצור אפשרות לתקשורת אחרת. גם כאשר אחד מבני הזוג אינו מעוניין להגיע לטיפול זוגי, ניתן לבחון אפשרות להתחיל בתהליך פרטני. טיפול בפרחי באךאירינה משלבת פרחי באך בעבודה עם מצבים רגשיים כמו פחדים וחרדה, עצב, בדידות, כעס, תחושת אשמה, חוסר ביטחון, רגישות יתר, דאגנות, עומס רגשי, תחושת תקיעות, קשיים בקבלת החלטות ותקופות של שינוי או משבר. השכלה, הכשרות וניסיון טיפולי: השכלה אקדמית בפסיכולוגיהמעל עשור של ניסיון בעבודה טיפוליתטיפול רגשי אינטגרטיבייעוץ וטיפול זוגיטיפול קוגניטיבי-התנהגותי - CBT כחלק מגישה טיפולית אינטגרטיביתACT - Therapy Commitment and Acceptance פסיכותרפיה הומאופסינרגטיתעבודה עם תהליכים בתוך הקשר הטיפולי עבודה רגשית עם זוגותהכשרה בטיפול בפרחי באךהכשרה מתקדמת כ־Therapist Flower Bach Senior לשאלות נוספות, התייעצות, הזמנת טיפול או קביעת פגישה אישית, צרו עימי קשר טלפוני. בנוסף, ניתן לפנות אלי בכל שעה באמצעות טופס יצירת הקשר.

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