

הינך מוזמנ/ת לקורס:

טיפול באמצעות האזנה למוזיקה בשילוב המיינדפולנס

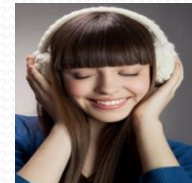
לאחר מספר שנות מחקר נמצאה שיטה יעילה להשגת בהירות רגשית באמצעות טיפול במוזיקה בשילוב המיינדפולנס לאנשים החולים בדיכאון ונמצאים בשלב הרמיסיה. הטיפול התבצע באמצעות האזנה למוזיקה פרטית ומשמעותית עבור המטופל, זו הנוכחת במצבי הרוח שלו.

בקורס נלמד את אמנות השילוב ההדרגתי בין שני אופני המוזיקה- העצובה והשמחה, המאפשרת להיות עם מחשבות וזיכרונות עצובים, להיות מסוגל לקבל אותם ואף להיות קשוב אליהם ובו זמנית להרגיש במצב רוח מרומם. יכולת שמיעה של שני האופנים בו זמנית, מאפשרת לחוות רגשות מעורבים המביאים לידי בהירות רגשית.

השיטה הוכחה מדעית, נוסתה במספר מחלקות פסיכיאטריות בארץ, נלמדת כיום בתכניות לימוד ומוצגת בכנסים בארץ ובח"ל.

אודות המנחה:

ד"ר מיכל צור דחוח- מטפלת מוסמכת בטיפול במוזיקה ובפסיכותרפיה ממוקדת, מאוניברסיטת בר אילן, מדריכה ומרצה. מומחית לדיכאון, פוסט טראומה, חרדה ושיקום. כיום מנהלת מרכז שיקום לנכי צה"ל, מרצה בתכניות לימוד להשכלה גבוהה, מטפלת בחוסן ובעלת קליניקה פרטית.



היקף שעות הקורס - 36 שעות אקדמאיות, במשך 12 מפגשים, אורך כל מפגש-שעתיים ורבע.
מיקום: הקורסים יתקיימו באשדוד- ראשון 19.30-21.45, שלישי 18.15-20.30, בישוב ניצן- שישי 10.30-12.45 ובזום- על פי הביקוש.

פתיחת הקורסים - בשבוע הראשון של נובמבר 2020 ומותנה במספר נרשמים (10-12 משתתפים).

הקורס מיועד למטפלים בעלי השכלה בתחומי הטיפול השונים.

תיאור הקורס

הקורס יהווה חשיפה לגישה חדשנית בטיפול במוזיקה המשלבת האזנה למוזיקה עם טכניקת המיינדפולנס. הקורס יאפשר להעמיק ביכולת להתבוננות ברגשות ובמחשבות באמצעות האזנה למוזיקה המעוררת רגשות עצובים ושמחים, במטרה להשיג בהירות רגשית.

בשלב ראשון של הקורס נלמד את הבסיס התיאורטי לשיטת הטיפול במוזיקה בשילוב המיינדפולנס. לאחר מכן, נלמד את השיטה בכללותה ועל פי שלביה, תוך התנסות חווייתית במסגרת הקבוצה. במהלך הקורס, המשתתפים יתאמנו ויתרגלו את השיטה באופן פרטני, לצורך למידה והפנמה של התהליכים הרגשיים המתרחשים בטיפול.

מטרות הקורס

- לימוד שיטת הטיפול החדשה באמצעות האזנה למוסיקה בשילוב טכניקת המיינדפולנס
- התנסות חווייתית אישית באמצעות השיטה
- אימון ותרגול באמצעות האזנה למוזיקה בשילוב שיטת המיינדפולנס
- התנסות בהקניית השיטה במרחב הטיפולי

יש להצטייד בפלאפון ואזניות



לפרטים נא לפנות ל...

דר' מיכל צור דחוח

פסיכותרפיסטית, מטפלת במוזיקה ומרצה

מומחית לדיכאון, פוסט טראומה, חרדה ושיקום

052-8424155

Michal.td68@gmail.com

