

התמקדות (פוקסינג) בזמני משבר



מרכז יה"ל חדרה

פוחת קבוצת למידה לתמיכה והתפתחות
לבני משפחה של מתמודדי נפש באמצעות
גישת ההתמקדות.

גישה זו מלמדת אותנו לטפח מקום רגוע מאזן ומחזק,
בהפניית תשומת לב אל הגוף והקשבה, לתחושות העולות
מתוך העולם הפנימי.

12 המפגשים יתקיימו פרונטלי כל שבוע

יום שני החל - 4/3/2024

בין השעות : 18:30-20:00

השתתפות מותנת בראיון אישי

המפגשים יונחו ע"י חגית ספנסר פסיכותרפיסטית
ומנחת קבוצות

לינק להרשמה

