

יום ההתמקדות הישראלי ה-1 **בחסות מרכז גוף נפש רמת השרון**

ב-1 ליוני יתקיים במרחבים הירוקים של 'מרכז הכנסים ישראל יפה' יום ההתמקדות הישראלי ה-1: הרצאות, התנסות חווייתית והזדמנות למפגשים אישיים עם טובי המורים בארץ. האירוע נולד מתוך הרצון לשתף ולגעת בעולמות ואנשים נוספים והוא מהווה הזדמנות נפלאה (בתקווה שזו תזכה להפוך למסורת) להפגש, להתרחב ולהתחיל את הקיץ ביחד. היום כולו מיועד למתמקדים ותיקים ולא להאלה שלא מכירים עדיין - ורוצים להכיר.

09:30-10:00 התכנסות ורישום לסדנאות

10:00 דברי פתיחה והתכנסות התמקדותית עם דנה גניהר רז

10:30-12:00 מפגשים לפי בחירה חלק 1:

התמקדות ותהליכי יצירה: הסדנה תעסוק בחיבור בין התמקדות ליצירתיות: נבדוק כיצד ההתמקדות תומכת בתהליך היצירתי ומאפשרת לעבור מחסומים; נעבוד עם טכסטים, מוזיקה ואמנות ונזהה את הקשר בין תהליך ההתמקדות לתנועה היצירתית של האדם.

מנחה רונה רענן שפירר, מוסמכת להנחיית התמקדות מטעם המכון בינלאומי להתמקדות ניו יורק, מחברת הספר "איש לומד לעוף - על האפשרות לחיים יצירתיים".

התמקדות לקידום יחסים בין אישיים: הסדנה תציג בפני משתתפיה מודל המשלב כלים ומיומנויות מתחומי ההתמקדות ה NLP והקונסטלציה המשפחתית, לטובת קידום מערכות יחסים בין אישיות. ניתן להשתמש במודל זה גם להתמקדות בקונפליקטים אישיים.

מנחה חגית ספנסר M.Sc. מטפלת ומנחה מוסמכת להתמקדות מטעם המכון בינלאומי להתמקדות ניו יורק, NLP דמיון מודרך וקונסטלציה משפחתית. בעלת בית אלה, מרכז לריפוי וצמיחה אישית ומקצועית.

הכרות עם פסיכותרפיה בגישת ההתמקדות: הפסיכותרפיה בגישת התמקדות (Focusing Oriented Therapy) מבוססת על הפילוסופיה של ג'נדלין ומכילה בתוכה מרכיבים משיטת ההתמקדות. בסדנה נדון ברקע ובהתפתחות ה FOT ונכיר את דרך העבודה המיוחדת הזו ע"י דוגמאות התנסויות חווייתיות.

מנחה: דן שאכטר M.A., פסיכולוג קליני. מנחה מוסמך להתמקדות מטעם המכון בינלאומי להתמקדות ניו יורק. מטפל מוסמך ומדריך ב-Somatic Experiencing (שיטה לטיפול ממוקד גוף בטרואמה). מלמד פסכותרפיה בגישת ההתמקדות.

התמקדות בעסקים: הבנת החיבור בין חזון עסקי, התנהלות עסקית, התמקדות ונוכחות, למען הבנת הדרך האישית המיטבית. במהלך הסדנה נתרגל ונבדוק את השילוב בין כלים מתחום ההתמקדות, הקשבה ושמאניזם לבהקשר של התפתחות אישית וקידום עסקי.

מנחה: דיתה גרה - בעלות תואר בבנקאות, לימודי מודעות, יחסי משפחה ואימון במקוון אדלר, פילוסופיה אינדיאנית, מלווה להתפתחות אישית ועסקית, ללימודי התמקדות.

12:00-12:30 ארוחת צהריים קלה

12:30-14:00 מפגשים לפי בחירה חלק 2:

התמקדות ומדע - שניים שהם אחד: התמקדות ומדע נדמים כקטבים מנוגדים; הפיצול בין "המדע המודרני" ו"ההתמקדות" נעוץ עמוק בתרבות, בשפה, בתודעה אך ג'נדלין טוען שהגוף החי והמושגים המדעיים משלימים זה את זה ונושאים זה את זה קדימה. הכיצד? בסדנה נתחיל לענות על השאלה הזו מנקודת מבט פילוסופית, חווייתית ואישית: תיאור המסע שלי להפוך למדענית-מתמקדת וליצור ידע מדעי מקושר.

מנחה: דנה גניהר רז, מנהלת אקדמית של ביה"ס להתמקדות במרכז לרפואת גוף נפש ברמת השרון, Focusing Coordinator, תואר שני בביולוגיה; מתחילה דוקטורט בביולוגיה.

התמקדות במערכת החינוך: במהלך השנה האחרונה לימדתי שיעורי התמקדות בכיתת חינוך מיוחד ובסדנה אשתף בתהליך שאני והילדים עברנו. אדבר על עקרונות תקשורת עם ילדים ברוח ההתמקדות ונתנסה בחקירה אודות הנוכחות הטבועה בנו ויכולה לשמש תשתית לתקשורת שלנו עם ילדים.

מנחה: גלית חגג גולדפיין, מטפלת באמנות M.A., מנחה מוסמכת להתמקדות מטעם המכון הבין לאומי להתמקדות ניו יורק, עובדת במערכת החינוך ובקליניקה פרטית.

סוד התנועה בהתמקדות: סדנה חווייתית, בה נלמד ונחוש כיצד נתן לשלב את חוכמת הגוף ואת שפת התנועה בשפת ההתמקדות ודרך הדיאלוג שביניהם להעשיר הן את התנועה והן את ההתמקדות.

מנחה: יהודית פירסט, פסיכותרפיסטית גופנית, מורת התמקדות מוסמכת מטעם המכון הבין לאומי להתמקדות ניו יורק, מלמדת עיסוי רקמות עמוקות מההיבט הרגשי, במסגרת המסלול בפסיכותרפיה גופנית במכללת רידמן.

מגלים עולם - התנסות חווייתית בהתמקדות: סדנה של תהליכים קבוצתיים שפותחו כדי להעביר חוויה ישירה ומשמעותית של מושגי התמקדות. בסדנה נתנסה כקבוצה בכלים מהפסיכודרמה, אימפרוביזציה וארט תראפי, המזמינים הבנה עמוקה של התמקדות. מיועד למורים למתמקדים ולמתעניינים

מנחה: נוגה מיבר (M.A.), מטפלת ומורה מוסמכת להתמקדות מטעם המכון הבין לאומי להתמקדות ניו יורק, מלווה ותומכת בתהליכי מודעות עם יחידים, נשים וזוגות ומלמדת התמקדות ב"התמקדות פנימה" במושג גן חיים (ליד כפ"ס). עוסקת בכתיבה יצירה ונשימה מתוך התבוננות.

במקביל, לאורך היום כולו, ניתן יהיה להתנסות בהתמקדות אישית עם מוסמכי התמקדות במרחבים הירוקים של מרכז הכנסים - בהרשמה מראש.

מחיר כניסה ליום כולו: 50 שקלים
הכוללים השתתפות בכל הסדנאות וכיבוד צהריים קל

כדי להמשיך להדהד ולחשוף את הדרך המופלאה שעושה ההתמקדות בארץ ובעולם, אנו מזמינים כל אחד ואחת מהמתמקדים הותיקים להזמין חברה/ לאירוע

לפרטים והרשמה:

מרכז גוף נפש 03-5495149

mindbody@mindbody.co.il

www.mindbody.co.il

www.mindbody.co.il