



# דימוי גוף ועבודה עם זכרונות גוף

סדנא מקוונת



3 מפגשים במאי 2024

בהנחיית

עדי כהן

להרשמה <

## מה בסדנה?

בחלק הראשון של הסדנה נלמד על דימוי גוף: כיצד הוא נוצר? מה הגורמים המשפיעים עליו? וכיצד הוא נשען על תחושות מורגשות וחוויות גופניות.

בחלק השני נתמקד בעבודה חווייתית עם "זכרונות גוף" - אירועים משמעותיים בהיסטוריה שלנו שתרמו לעיצוב דימוי הגוף שלנו ועצמיותנו, ונדון באפשרות לשלב עבודה בדמיון (Imagery) ועבודה עם מראה (mirror) כדי לתת מענה בטיפול בקשיים בדימוי גוף.

הלימוד יכלול המשגות מעולם ההתמקדות (focusing) וסכמה תרפיה (ST), וילווה בתרגול חווייתי.



## מבנה הסדנה

3 מפגשים מקוונים (בזום)

ימי ג' 9:00-13:30

28.5.24, 21.5.24, 7.5.24

עלות: 972 ש"ח

**צפיה מאוחרת:** הקלטה תשלח למשתתפים ותהיה פתוחה לחודשיים (למעט התרגול והשיתוף שלא יוקלט).

## על המנחה

עדי כהן, פסיכולוגית רפואית מומחית מדריכה. עובדת לפי מודל אינטגרטיבי ממוקד גוף, סכמות ויחסים. מובילה את תחום הטיפול בדימוי גוף וההתמחות בפסיכולוגיה רפואית בבית קוגניטיקה. מייסדת שותפה של בית הספר לפסיכותרפיה מבוססת מחקר ומצוינות קלינית וכן מייסדת ומנהלת הקומה השישית - מרחב מפגש, למידה ותרבות לאנשי מקצועות הטיפול והרפואה. בוגרת התוכנית התלת שנתית לפסיכותרפיה אינטגרטיבית מזרח-מערב באוני' ת"א בשיתוף מכון דמו"ת. עוסקת בעריכה ואוצרות.