

# עזרה פסיכולוגית עצמית

## מפרט שיעורים

### 1 מבוא כללי

### 2 שיעורים:

שיעור 1 - רקע תיאורטי מקיף תחומים ותקופות

- מבוא לשיעור 1
- הכרות עם דמויות מפתח לאורך ההיסטוריה - מהו הבסיס המשותף בחשיבה האנושית
- איך לקשר את הידע הבסיסי על החשיבה לפסיכותרפיה - מהי חשיבה טיפולית?
- סיכום שיעור 1

שיעור 2 - הקשרים לתחום הטיפול והעבודה וטיפולית

- מבוא לשיעור 2
- דוגמה אישית
- דוגמאות מתוך פגישות טיפוליות.
- סיכום שיעור 2

שיעור 3 - הצעה לעבודה עצמית. הנחיות

### 3 סיכום כללי

משך השיעורים המוקלטים בסך הכל - 55 דקות נטו



מריה חרמוני - מוזיקאית ופסיכותרפיסטית - טיפול פרטני ומפגשים בקבוצה

זמינה לכל שאלה בנוגע לקורס בטלפון: 050-9066084

להתראות!