

# העמותה למען האזרח הוותיק - רעננה

עמותה רשומה מס' 7-005649-58



## מרכז תרבות כושר ופנאי

### קבוצת שיח לגיל הבינה

### בהנחיית הפסיכולוג : עמוס טפלא

"בני אדם דומים זה לזה במחשבה שהם שונים זה מזה, ייחודיים".  
מילים אלו הן מצפן למי שמרגישים שהמצוקות שלהם אין דומה להן. הן גם  
רומזות שיש היגיון למכנה משותף בו גדול הדומה מהשונה ויש בסיס לקיים  
קבוצת שיח של "הדומים", ללמוד זה מזה ובמיוחד לחזק ולעודד את מי  
שמרגישים מיואשים וחסרי אונים.

הכניסה לגיל הבינה משולה לצעידה במדבר. כולם יודעים שהוא שם אך  
מעטים נכנסים מוכנים. לאנשי המקצוע יש הרבה ידע וכלים טיפוליים לכל  
תקופות החיים, למעט לגיל הבינה. קשה לטפל ולעזור. קשה לבקש עזרה  
וללמוד ממי שצער יותר והכי קשה לעמוד מול המראה ולהתבונן בשינוי.  
אנחנו ניצור ביחד "מקום בטוח" שמותאם לנו. שם נוכל לדבר בחופשיות  
ובגילוי לב. שם יבינו אותנו. שם נמצא אהדה והבנה. שם לא נתבייש.

במקצועי אני פסיכולוג, פסיכותרפיסט, מטפל זוגי ומשפחתי ומנחה קבוצות.  
אתם תהיו הקבוצה שאותה אנחה, לא המטופלים שלי. אתם תקבעו על מה  
נדבר, אתם תקבעו מה חשוב ומה דחוף. אני לא אתן הרצאות אלא אם תבקשו.

**המפגשים בימי חמישי 16:30-18:30**

**החל מ-14/6/18 עלות: 50 ₪ לחודש**

**הרשמה בטל. 09-7720707**