

סנגה לעוסקות ולעוסקים במקצועות הסיוע - קבוצת תמיכה והדרכה בדרך הדהרמה

ד"ר איריס דותן כ"ץ

"Our job is to serve life. The basis of such action lies in the experience of the unity and inner connection of all life. This experience is also called enlightenment. "Serving" is its central element." **Bernie Glassman**

כמטפלות וכמטפלים אנחנו אחראים על האינטראקציה הטיפולית ועל התהליך הטיפולי. לשם כך אנחנו נדרשים לתרגל נוכחות טיפולית המבוססת על הקשבה, הכלה וקבלה. הקשבה מתוך ריקות ואי ידיעה, הכלה מתוך נדיבות, וקבלה של הבלתי פתיר מתוך סבלנות ואהבה. מתוך כך עשויות לצמוח החמלה וחכמת הלב...

בדרכנו הטיפולית אנחנו פוגשים לא מעט קשיים אישיים ומקצועיים, כאלה המאתגרים את יכולותינו להתרוקן, להיות בתשומת לב מלאה, להכיל ולקבל. לעתים אף מעוררים תגובות של כעס ושעמום.

על כל אלו, נפגש בסנגה כדי לתרגל ביחד התבוננות פנימית, ולאפשר לעצמנו להיות במודעות ובתשומת לב לעצמנו ומתוך כך למטופלים שלנו. ננסה לבנות מיכל מיטיב המאפשר לנו לשתף רגשות, תחושות, התלבטויות, שאלות והתמודדויות שלנו עם קשיים שיש לנו במפגשים הטיפוליים ומעבר להם. ניעזר בכוחה של הקהילה ונלמד מהניסיון של כולנו.

מתוך המפגש בין הדהרמה ופסיכולוגיה נעמיק את יכולותינו ונחקור יחד דרכים חדשות על מנת לפגוש את עצמנו ואת מטופלינו. עם זאת נבחן כיצד התרגול והחמלה יכולים להתרחב מהאינטראקציה הטיפולית אל חיינו, אל סביבתנו ואל מעורבותנו החברתית בעולם.

המפגשים שלנו יתקיימו בזום, בכל שבוע בימי שלישי בין 1930-2030, בכל מפגש נתחיל במדיטציה, לאחריה נאפשר שיתוף פתוח של תחושות ורגשות, ונזמין את מי מאיתנו לשתף במקרה, בהתלבטות אישית או בשאלה טיפולית. יחד נקשיב, נכיל ונקבל עד שתעלה חכמת הלב...

להצטרפות יש לפנות לאמירי שוהם -

A@amiri.co.il

052-500-8000