



רפואה טבעית בטיפול נפשי

**כלים טבעיים למטפלי נפש
תכנית לימודים למטפלים מקצועיים**

בשיתוף



מבוא

מטפלים רבים נתקלים במגבלות טיפול הנובעות מגורמים גופניים של המטופל — חרדה, הפרעות שינה, דכדוך, הצפה רגשית או שחיקה אשר מעכבים משמעותית את ההתקדמות בתהליך הטיפול. התוכנית מעניקה למטפלים מתחומי הנפש גישה טיפולית חדשנית המשולבת בכלים פרקטיים מעולם הרפואה הטבעית, מתוך הבנה כי בריאות הנפש והגוף משולבים כאחד וכאשר הגוף מתחזק – הנפש יכולה סוף סוף לנשום.

בקורס זה יכירו המשתתפים ארגז כלים מקצועי, בטוח ומעשי, המבוסס על הבנה פיזיולוגית של הגוף, שנועד לסייע לייצוב המערכת הגופנית על מנת לאפשר לנפש מרחב אמיתי לריפוי.

מטרות התוכנית

- להעניק למטפלי נפש כלים פרקטיים מעולם הרפואה הטבעית לשילוב מיידי בטיפול.
- לפתח יכולת להתאים מענה טבעי למצבי סטריס, חרדה, דכדוך והפרעות שינה.
- לחזק את החיבור בין הגוף למערכת הרגשית — כבסיס להתקדמות הטיפולית.
- להקנות למטפלים כלים לשמירה על עצמם: ויסות רגשי, אנרגיה וחוסן מקצועי.

קהל היעד

התוכנית מיועדת לפסיכולוגים, עובדים סוציאליים, מטפלים רגשיים, יועצים חינוכיים ואנשי טיפול בקהילה המעוניינים להרחיב את יכולתם להתמודד עם תסמינים גופניים המלווים מצבים נפשיים, ולהעניק למטופל תמיכה רחבה ומותאמת יותר.



מה מקבל הלומד?

- **ארגז כלים מעשי ורחב:**
ארומתרפיה לשיפור מצבים נפשיים, תזונה תומכת מערכת עצבים, צמחי מרפא, תוספי תזונה, פרחי באך — והטמעה שלהם בסביבה טיפולית.
- **כלים ללא מגע**, מותאמים לכלל מסגרות הטיפול.
- **יכולת לתמוך בהתקדמות המטופל** כאשר הגוף והנפש אינם מסונכרנים.
- **חיזוק אישי של המטפל** — הפחתת שחיקה ושיפור הוויסות העצמי.
- **קהילה מקצועית** ושפה אינטגרטיבית משותפת.
- **תעודות מקצועיות** נפרדות לכל תחום התמחות שיילמד.

דוגמאות קליניות:

- **ארומתרפיה והתמודדות עם טריגר ריח בפוסט־טראומה**
ריח מסוים עלול לעורר הצפה או התקף חרדה אצל מטופלים.
נלמד כיצד לרתום שמנים אתריים כעוגן מרגיע, ובמקרים מסוימים אף לתקן תגובה מותנית — להפחתת חרדה ושיפור שליטה רגשית.
- **תזונה לייצור נויורונס מיטורים ושינוי רגשי**
כאשר הגוף מקבל את חומרי הגלם הנכונים,
→ מצב הרוח משתפר
→ התרופות הפסיכיאטריות פועלות טוב יותר
→ הטיפול הרגשי מתקדם באופן עמוק ויציב יותר
הכלים נבחרו כך שיהיו ישימים, בטוחים ונגישים למטפלים ולמטופלים כאחד.

מהות הגישה הטיפולית

- **ראיית האדם כמכלול** - גוף, נפש ותודעה כמערכת אחת.
- **עבודה בשורש התסמינים** - לא רק בהקלה רגעית.
- **טיפול חוסן**, יציבות רגשית והעצמה אישית של המטפל והמטופל.
- **יצירת תהליך טיפולי** עמוק הנשען על עקרונות טבעיים ומוכחים.
- **כלי אבחון** להערכת הויטליות של המטופל והבניית תוכנית מותאמת עבורו



צוות ההוראה

- לאה אלון- נטורופתית, הרבליסטית קלינית, ארומתרפיסטית בכירה, מתמחה בבריאות הציבור
- ד"ר מיכאל קונסטנטינובסקי — נוירולוג, מרפא ברפואה סינית

היקף הלימודים: 200 שעות לימוד מתוכם 164 שעות זום לייב ו 36 שעות למידה עצמית

- 41 מפגשים בני 4 שעות אקדמיות — ימי רביעי | 21:15–18:00
- לכל מודול מטלת סיכום ותעודה נפרדת

עלות

- 8,600 ₪ + 500 ₪ דמי רישום

פירוט מודולים

ארומתרפיה

- שימוש בשמנים אתריים להפחתת חרדה, דכדוך והצפה רגשית
- אופני שימוש ומינונים, טכניקות עבודה ישימות בקליניקה וכהמשך טיפול בבית
- התמודדות עם טריגרים חושיים — ובייחוד ריח — במצבי PTSD

הקשר גוף-נפש

אורח חיים טיפולי, ויסות מתח, איזון שינה, פעילות גופנית תומכת

טיפול תזונתי

התאמת תזונה למצבים רגשיים
בניית תפריט תומך נוירטרנסמיטורים
חיזוק תהליכים קוגניטיביים ורגשיים דרך הצלחת

תוספים וויטמינים

שימוש במינרלים, ויטמינים וחומצות שומן לשיפור תפקוד עצבי ורגשי

צמחי מרפא פסיכואקטיביים



תמיכה במצבי מתח, דכדוך וקשיי ויסות
כלים בטוחים ונגישים לעבודה במרחב טיפולי ללא מרשם

פרחי באך

תמציות פרחים לתמיכה רגשית בתהליכי שינוי
כלי משלים בעל שימוש קל ופוטנציאל חיזוק ברבדים הרגשיים

תעודות

- תעודה על לימודי **רפואה טבעית בטיפול נפשי** מטעם מרכז נטורות רפיה ישראל, בשיתוף מרכז י.ג.ר, בחסות האוני' הפתוחה – מערך לימודי החוץ
- תעודות השתלמות נפרדות בתחומים:
ארומטרפיה | טיפול תזונתי | צמחי מרפא | תוספים | פרחי באך

לפרטים והרשמה

אליהו בלעיש — 054-5045451 n-therapy@ynrcollege.org