

# נדע לטפל בפחדים של הילדים, בעודם קטנים כך שיוכלו להגיע למקומות קסומים

טובה נר, 2022

## סדנאות והרצאות

- ייעוץ שינה - כיצד לעודד ולטפח שינה עצמאית  
לגילאי 5 חודשים-5 שנים
- לנצח את הפחד- והכל בתיבת אוצרות אחת!  
לגילאי 2-12 שנים
- סדנאות לבני נוער:  
מינדפולנס לנערות ולנערים
- חרדת מבחנים - אסטרטגיות והתמודדות  
עם חרדת מבחנים
- סדנאות הורים וילדים  
מחשבים מסלול מחדש - התמודדות עם  
מצבים חדשים כגון: מעבר דירה, שינוי  
סטטוס משפחתי ואחרים
- סדנה ייחודית להורים לילדים העולים  
לכיתה א' - דרכים ואסטרטגיות מעצימות  
לקראת העלייה לכיתה א'
- סדנאות לילדים לחיזוק הביטחון העצמי  
ומימוניות חברתיות
- קפה בוקר - לנשים הנמצאות בחופשת  
לידה ולילדיהן (עד גיל שנה)  
והכל בתיבת אוצרות אחת...

## טיפולים רגשיים

- טיפול פרטני - התערבות ממוקדת שינוי במצבי  
משבר לילדים, נוער ומבוגרים
- טיפול התנהגותי קוגניטיבי CBT לילדים, נוער  
ומבוגרים
- שיטת טיפול EMDR - טיפול בטראומות ובחרדות
- הדרכת הורים לגיל הרך, יסודי וגיל ההתבגרות
- טיפול במינדפולנס לילדים, נוער ומבוגרים
- ייעוץ שינה לגילאי 5 חודשים-5 שנים
- ייעוץ שינה - תוכנית ייחודית לגילאי 5-12 שנים
- ייעוץ וליווי בקשיים תפקודיים לילדים ונוער  
במסגרת החינוכית
- ייעוץ והכוונה בטיפול במשברי גירושין
- טיפול - זוגי ומשפחתי ממוקד במצבי משבר
- טיפול ממוקד לצעירים - הכוונה והדרכה לאחר  
סיום שירות בצה"ל



על המרצה ומנהלת מרכז טובה נר - שינוי לטובה בתא המשפחתי

טובה נר M.A.S.W, עם 30 שנות ניסיון טיפולי מקצועי, מטפלת מוסמכת בטראומות ובחרדות, EMDR ילדים, נוער ומבוגרים, מטפלת התנהגותית קוגניטיבית מוסמכת CBT ומנחת הורים מוסמכת, מטפלת משפחתית, מתאמת הורית, מדריכת מטפלים וצוותים חינוכיים. מוכרת ע"י משרד הביטחון

טל: 050-332-1035 | tovaner@gmail.com | קישור לאתר: [maavarimtherapy.co.il](http://maavarimtherapy.co.il)