



מטפלים מוסמכים בשיטת T.R. JAHARA

מרכזת: טובה רוזן

T.R. JAHARA הינה שיטת טיפול במים חמים המסייעת בתהליכי התחדשות והחלמה של הגוף על ידי שימוש בסגולות המים. הטיפול מסייע בהפחתת לחצים מעמוד השדרה ומהמפרקים ומשפר את תחושת היציבה הטבעית של הגוף. כמו כן, מסייע הטיפול בהפחתת כאבים ומקדם תהליכי ריפוי במקרים כגון טראומה, ניתוח, פציעה, מחלה, כאב, התכווצות גופנית ומתח נפשי.

השיטה מתבססת על תפיסות סומטיות המבטאות חוויה גופנית-תחושתית הקשורה ליכולת שלנו להיות בכל רגע נתון קשובים לתחושות הפנימיות, להגיב אליהן ומתוך ערנות לקיומן, לזווסת אותן ולהיות בקשר עם הרגשות שלנו. התפיסות המובילות הם תמיכה, התאמה, התרחבות, המאמץ הנכון והיעלמות. הטיפול מתבצע בבריכה מחוממת בצורה פרטנית או קבוצתית, בתנועה אקטיבית ובציפה בתמיכת המים והמטפל/ת.

T.R. JAHARA בפיתוחה של טובה רוזן מדגישה את חשיבות הקשב לחוויה הגופנית. על ידי שימוש בתנועות מעגליות ומדיטטיביות מתאפשרת חווית הרפיה שמובילה לתגובה עמוקה של שחרור, בעדינות מרובה ובמטרה ליצור התרחבות (Expansion).

◀ מטרת הקורס

הכשרת מטפלים במים בשיטת T.R. JAHARA ומתן כלים קליניים להידרוטרפיסטים לטיפול במגוון רחב של אוכלוסיות.

◀ מרכזת הקורס

טובה רוזן, M.A., מפתחת שיטת T.R. JAHARA. מורה בכירה עם הכרה בינלאומית. בעלת ניסיון של מעל 20 שנה בטיפול ובהכשרת מטפלים בהידרוטרפיה וג'הארה.

◀ היקף הלימודים

140 שעות אקדמיות
20 מפגשים
פרטיקום של 10 טיפולים מודרכים ע"פ מקרים.

◀ תכנית הקורס

הלימודים כוללים שיעורים מעשיים בבריכה מחוממת והתנסות בתרגילים במגע ובתנועה. נלמד טכניקות שהותאמו במיוחד למים, טכניקות ידניות לשחרור הפאציה, תרגילים להארכה והתרחבות עמוד השדרה והפחתת הלחץ המפרקי, תרגילים סומאטיים וחיבור רגשי, תרגילי נשימה ותרגילים לפיתוח שרירי הליבה. נקדיש זמן לקשר בין איכות הטיפול לעמדת המטפלת/על ידי "תרגילים אקטיביים" שמטרתם להעלאות את המודעות הגופנית אצל המטפלת/וליצור הרמוניה בטיפול. נתרגל נוכחות מיטבה ונשתמש בתרגילי מיינדפולנס לשם חיבור עמוק והקשבה למטופלת/ת. התרגילים בקורס יותאמו למצבים פתולוגיים שונים. בסיום הקורס יוכלו התלמידים להעניק טיפול ג'הארה בריאותי ו/או חווייתי ולשלב את שיטת ג'הארה גם בשיקום ההידרוטרפי.

◀ תנאי קבלה

12 שנות לימוד, תעודת מטפל בהידרוטרפיה או באחד ממקצועות המגע והתנועה, ראיון אישי.

◀ תעודה

תעודת מטפלת/מוסמך/כת במים בשיטת T.R. JAHARA תוענק למסיימים בהצלחה מטעם Medi Win – בית הספר לרפואה משלימה במכללה האקדמית בווינגייט ו"אקווה טיפול" המרכז הישראלי ללימודי ג'הארה.

◀ עלות הקורס

דמי רישום: 320 ש"ח **דמי השתתפות: 7,970 ₪**
לבוגרי הקורס "ג'הארה קליני – קורס בסיסי" תינתן 800 ש"ח הנחה מעלות הקורס.

◀ מקום הקורס

מרכז הארץ - בריכה מחוממת בהוד השרון
צפון הארץ - ב"בריכה של טובה" בבוסתן הגליל



לקביעת ראיון אישי: טובה 054-4647898 | www.jahara.co.il

ניתן לקבל את טופס הרשמה ואת הסיליבוס במייל: aquatova@gmail.com

חיגו חינם: *5009

www.wincol.ac.il