אורטופדיה רגשית

גלעד שימרון

סילבוס

מטרת הקורס: אבחון וטיפול בבעיות וטראומות רגשיות ע"פ הביטוי הגופני שלהן.

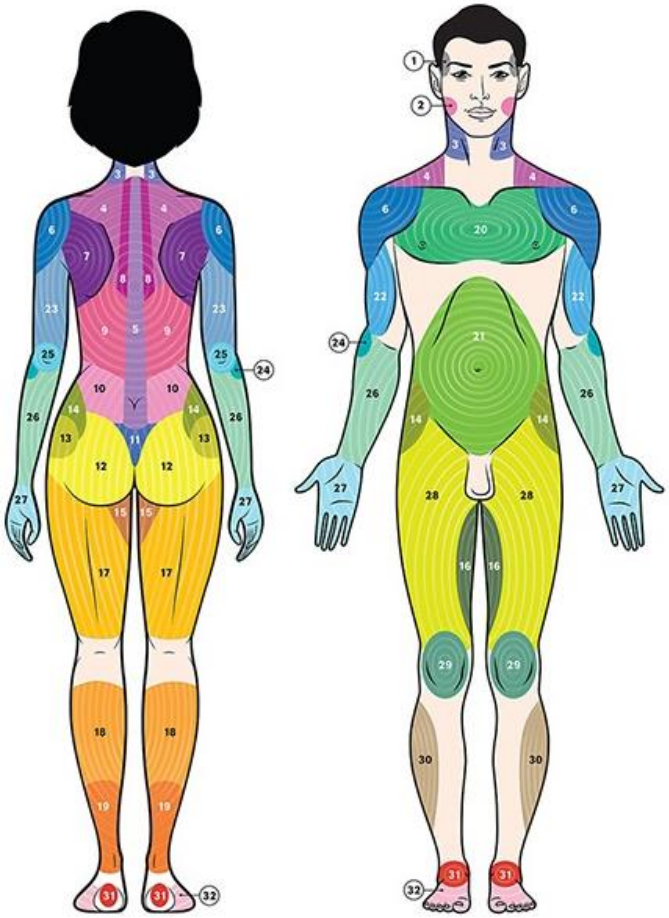
הנגשת מידע חדשני ופורץ דרך בכל הקשור להבנת השיח שבין כאבים פיזיים לתהליכיים רגשיים, כפי שהם מבטאים עצמם בגוף הפיזי, רכישת כלים לריפוי עצמי עמוק וטיפוח הרגלים חדשים תומכי בריאות, מתוך ראיה הוליסטית, הבנת אתגרי הנשמה, הקשבה ואהבה עצמית.

הקורס מומלץ למטפלים ומטפלות מכל קשת העולם הטיפולי, רופאים, פסיכולוגים, פיזיוטרפיסטיים ועוד.

משך הקורס: 55 שעות, ע"פ מתכונת גמישה של בוקר או ערב.

הנושאים הנלמדים הם:

הנחת קווי יסוד



- **מהו זיכרון תאי?** ריפוי שלם - התאוששות הערך העצמי.
יחסי מטפל מטופל, מדוע חשוב כל כך לתאם ציפיות?
ההבדל בין טיפול גוף, לטיפול גופנפש (פסיבי מול אקטיבי)
מהם ארבעת שלבי הריפוי?
לקיחת אחריות - המלכודת של רגשות האשמה ואיך מבדילים?
על ההבדל בין תובנה להרגל ("האדם הוא ס"ך הרגליו") - סוד השינוי.
גנטיקה, מה הסיפור?
חיווט עצבי מחודש, איך עושים את זה?

- ראיה הוליסטית מהי? מתיאוריה למעשה?

- מהו רגש? מהי מחשבה? כיצד הם מתרגמים בגוף החומר?
- התפלגויות גופ-רגש עיקריות (ימין/שמאל – עליון/תחתון – קדמי\אחורי)
מפרקים כצמתים אנרגטיים – מהי דלקת? איזה דפוס\
אמונה קשורים דלקות פרקים? אוסטרופורוטזיס? פיברומיאלגיה? ועוד..
סחוס – מה מסמלת שחיקת סחוס? פריצת דיסק?
הקשר בין תפקיד הסחוס לחוזה הנשמה

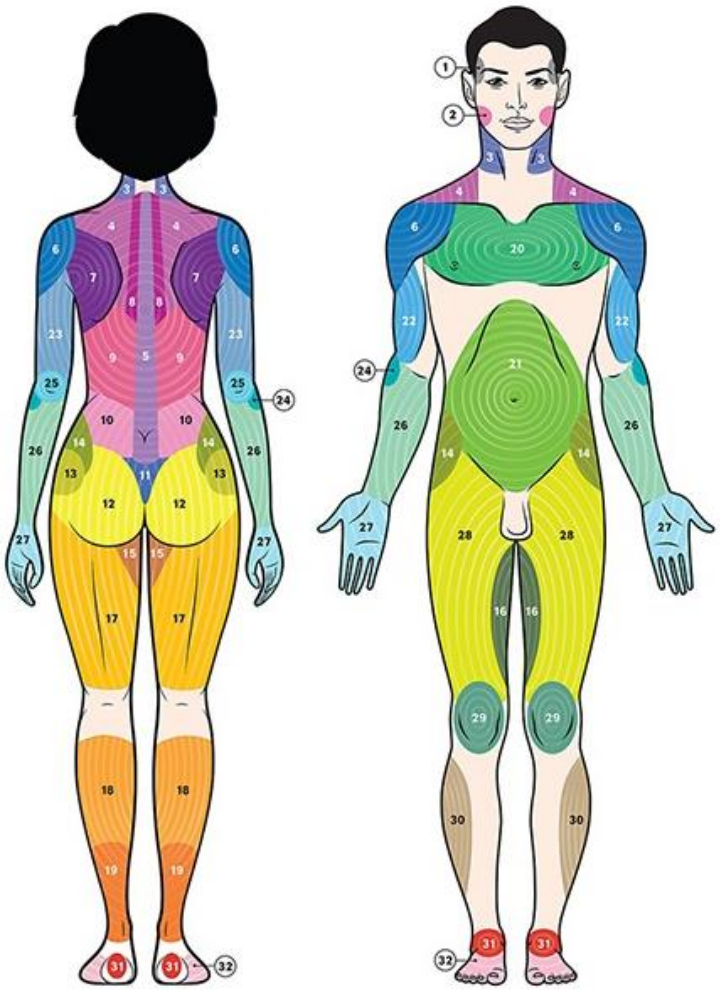
- רקות (ראש) – temporalis
שרירי הלסת – master
שרירי הצוואר - neck muscles (C6-C1)
שרירי הטרפז – trapezius

מיפוי הצד האחורי של גופנו - חלק א'

- שרירי זוקפי הגב - erector spinal
- שרירי הכתפיים - deltoid muscles
- שרירי השכמות – scapula
- שרירי מקרבי השכמות - rhomboid
- גב תחתון - lumbar muscles(L1-L5)

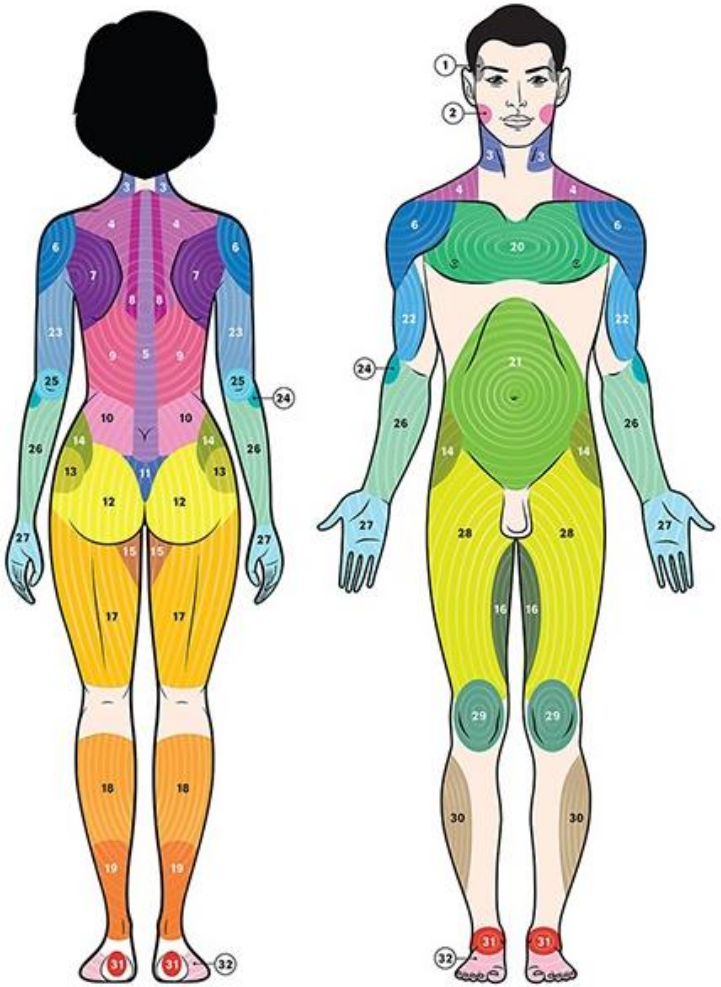
מיפוי הצד האחורי של גופנו – חלק ב'

- שרירי הישבן – gluteus maximus
- מפרק ירך\אגן – hip bone\femur
- שריר המפשעות – groin muscle
- שריר הירך הפנימי – femoris adductor
- שריר הירך האחורי – biceps femoris
- שריר השוק האחורי (התאומים) – gastrocnemius
- גיד האכילס – Achilles tendon



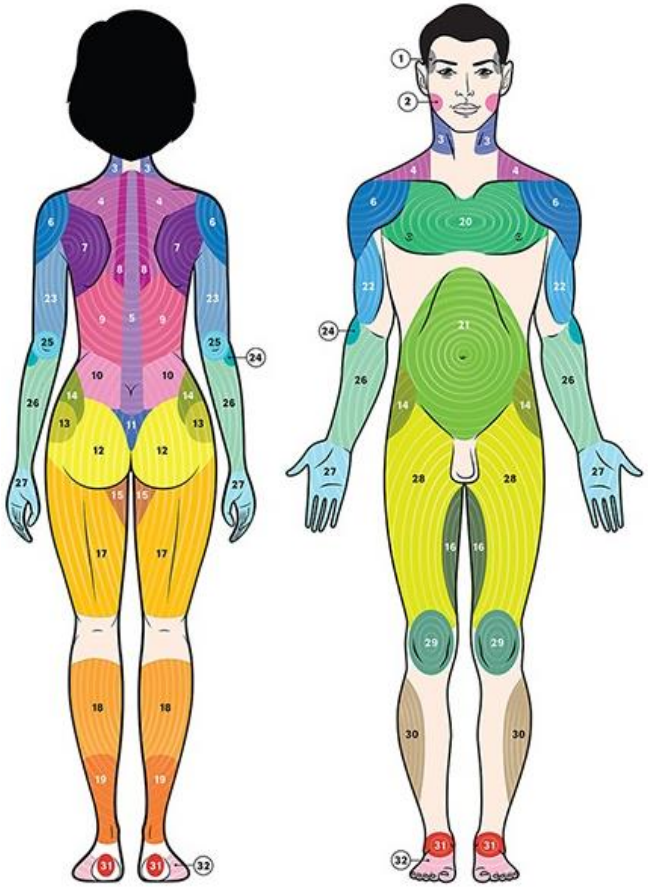
מיפוי הצד הקדמי של גופנו:

- שרירי החזה – pectoralis major
- שרירי הבטן – rectus abdominis
- שריר יד קדמית – biceps brachii
- שריר יד אחורית – triceps brachii
- שריר המרפק החיצוני – brachioradialis
- מפרק המרפק – joint elbow
- פרק כף היד וכפות הידיים – hand joint
- שריר הירך הקדמי – quadriceps femoris
- מפרק הברך – knee joint
- שריר השוק הקדמי – tibialis anterior
- מפרק הקרסול – Ankle joint
- מפרק כף הרגל – foot joint
- מעכבים אפשריים – חשוב מאד !! מה מעכב אותך מליישם את הידע שצברת ולמדת לטובתך לאורך השנים? נבין היטב ונפרק את המעכבים הללו, בעזרת כלים מאד עוצמתיים ומעשיים.



כל חלק בגוף נלמד דרך ארבעת ההיבטים:

- תיאור ותפקוד פיזיולוגי
- תדר\ משמעות רגשית ספציפית
- פתולוגיות - המחשה בעזרת סיפורי מקרה מהקליניקה ופציעות נפוצות לאזור
- פרקטיקה - תרגול חוויתי (בשילוב עבודת נשימה, הקשבה וטיפוח מרחב של נוכחות וחמלה)



מוזמנים להצטרף אלינו לאחר מהקורסים הקרובים