

כשנגמרות המילים: הבגדים ככלי במפגש הטיפולי

שפת הבגדים במפגש הטיפולי | סדנה לנשות ואנשי מקצוע

הבגדים, שלעיתים נתפסים כנושא חיצוני או שולי, יכולים לשמש ככלי משמעותי במפגש הטיפולי. בחדר נוכחים בגדי המטפל והמטופל. דרך עבודה עם לבוש ניתן לפתוח שיח רגשי נגיש וליצור גשר בין חוויה פנימית לביטוי חיצוני.

למה בגדים?

לא תמיד קל להיכנס לשיח רגשי ישיר. בגדים, בהיותם נושא יומיומי ולא מאיים, מאפשרים גישה עדינה ועקיפה לעולמות פנימיים. הם יכולים לשקף דפוסים, צרכים וחוויות, לשמש כשער לחקירה והתבוננות.

איך עובדים עם זה?

- דרך עבודה עם בגדים ניתן:
- לפתוח שיח השלכתי ולא מאיים
- לזהות דפוסים ותפיסות אישיות
- לחקור חוויות עבר והשפעות בין-דוריות
- לתרגל שינוי דרך בחירה והתנסות
- לאפשר ביטוי עצמי וגמישות

← העבודה נשענת על חיבורים לעולמות טיפוליים:

- עצמי אמיתי וכוזב
- עבודה חווייתית (Experiential)
- דימוי גוף וחמלה עצמית
- קוגניציה תלוית בגד
- חיבור גוף-נפש וויסות רגשי

סטיילינג תרפי אינו כלי אבחוני, אלא כלי השלכתי וחווייתי המאפשר פתיחה של שיח טיפולי והרחבת מרחב הבחירה בתוך תהליך רגיש ולא שיפוטי.

הסדנה מתאימה למטפלות ומטפלים ממגוון גישות, ניתן לשלב אותה בעבודה קבוצתית או פרטנית. היא אינה מכשירה לטיפול בגישה, לשם כך יש לפנות לקורס של ד"ר טלי סטולובי.