

שרות חדש לחברי מרכז חב"ד לדוברי עברית

צריכים עצה?

בתאום טלפוני עם המרכז אפשר לקבל
ייעוץ אישי מפסיכולוגית

איך להסביר לעצמכם, אחד לשני, ולילדים על המשבר במשפחה.
איך להתמודד מול הקשיים ולא להפסיד את המשפחה.

אתם עושים הכל כדי לישמור על הקיים - אבל זקוקים לעצה.

בעיות כלכליות מחריפות ומעצימות את הקשר הזוגי והדינמיקה המשפחתית. דווקא בתקופה קשה של המשפחה, שהכל נראה על סף משבר, התקשורת בין בני הזוג ובין בני המשפחה יעזרו לשמור על הקיים.

מהו משבר?

משבר הינו תגובה למצבי לחץ. אדם מרגיש כי הוא מגיע לנקודה בה אינו יכול עוד להתמודד עם המצב הנתון (גירושין, מחלה קשה, מוות במשפחה, פיטורים, משבר כלכלי) וכתוצאה מכך, גוברות תחושות המתח והחרדה ומתפתחת תחושה של חוסר אונים.

חלק מהסימנים:

- הופעת כאבי גוף בטן ראש בלי סיבה פיזיולוגית מוצדקת
- חוסר ישע מול סכנות ופחדים
- פחדי לילה -קושי להרדם
- גילוי תוקפנות מילוליים ולעיתים פיזיים

אפשר לעצור את הגלגל!

נכון, המצב לא יפתר בין לילה.
אבל - בעזרת תמיכה, ועזרה משותפת, תקרבו את המטרה שאליה אתם רוצים להגיע, ותעברו את המשבר חזקים ומחוזקים.

פעם בשבוע, בתאום טלפוני עם הרב נפתלי הרצל, תוכלו לקבל ייעוץ משפחתי בפגישה (במרכז או בטלפון)
מהפסיכולוגית ד"ר ביילי איזנברג

לפרטים נוספים ולתאום פגישה צרו קשר: 246 2479 (754)