

סדנת מסרים מהפרחים – באמצעות קלפים ותמציות. (סדנה למטפלים)

הם מופיעים כמעט בכל אירוע, משמחים את הלב ומביאים יופי רב פרחים לכל פרח יש מסר מיוחד בשבילך:

יש לו ריח, צבע מרקם וצורה ואלו משפיעים על המח וביכולתם לשנות ולחולל שינוי בחיים.

שמי צופית רוזן, מטפלת באמצעות פרחים

בעלת ניסיון רב בטיפול באנשים ובפרחים

במשך כעשר שנים חקרתי את משמעות הפרחים והצבעים ואז נולדה ערכת הקלפים הזו כוללת 64 פרחים שיכולים להאיר ולתת כיוון בדרך.

השימוש בקלפים מהווה מרחב לדיאלוג אישי, לשאלת שאלות בעניינים יומיומיים להשגת מטרותינו, לפיתוח מודעות והרחבת תודעה ודרך לפתרון קונפליקטים, לצמצום הפער בין הרצוי למצוי.

כאשר אתם מחפשים תשובה או מצויים בדילמה... בקשו את עזרתם של הפרחים משכו קלף הביטו וראו איזה מסר קיבלתם ומה הפרח מאיר לכם על המקום בו אתם נמצאים.

באנו לעולם – ללמוד ולהתפתח "דע את עצמך" אנו בתהליכים של למידה עצמית, תהליכי צמיחה והתפתחות אישית

הקלפים, התמציות והתרסיסים של פרחים תומכים בתהליך.

אופציות רבות גלומות בקלפים מבחינה טיפולית

פתיחה של קלפים יכולה להיות סמויה או גלויה, ומאפשרת התמודדות עם רגשות, אמונות, התלבטות בדרך, הבנת קונפליקטים, רצון לקבל תשובה על משהו שמטריד אותי כרגע, פוטנציאל אפשרי.

ערוץ יוטיוב - flowerandlight

סרטונים ביוטיוב – הצעות לשימוש בקלפי (באנגלית)

<https://www.youtube.com/playlist?list=PL4GSjwIzMMfYGFfNC4JYpjV5v8Cu2hGMv>

סרטונים ביוטיוב – תרפיה בפרחים

https://www.youtube.com/channel/UCn1qkNQU-Q144FjoDuUkg?view_as=subscriber

חוברת הדרכה לשימוש בקלפים – באתר בסרגל כלים העשרה ומדיה

www.flowerandlight.co.il

נקודות חשובות להנחיית קבוצה

לכבד כל משתתף! , אם אדם לא רוצה לדבר – לא חייב

כאשר אדם משתף – אין ביקורת או שיפוטיות בחדר

ניתן להחליף קלף אם רוצים

לבקש רשות להגיב

שמירה על פרטיות וסודיות - כל מה שנאמר בחדר, נשאר בחדר.

ליצור אווירה היוצרת מרחב מוגן

להחליט האם אני פונה לאדם או לאפשר רק למי שמתנדב לדבר

בקבוצה יש קול קבוצתי – משהו מרכזי שמשקף את כולנו

כל דבר אישי בקבוצה – שייך לקול הקבוצתי . אדם אחד מייצג תחושות ומחשבות של קבוצה שלמה.

לדוגמא: קול קבוצתי יכול להיות:

1) האם אני מאמין שזה יכול לעזור?

2) האם קלפים יכולים לעזור בריפוי?

3) האם עולה משאלה סמויה או גלויה , של כל אחד מאיתנו?

בדרך כלל במפגש תהיה פעילות אחת או שתיים עם קלפים בכדי לא להציף את האנשים.

הצעות לעבודה עם קבוצה:

- 1) מה הציפיה שלי מהמפגש הזה, מה היתי רוצה לקבל?
- 2) קלף הכרות – מי אני?, מהו כרטיס הביקור שלי, מה היתי רוצה שיהיה כתוב על הדלת שלי היום (עוד שעה יכול להיות קלף אחר)
- 3) קלף "פוחד שיקרה לי"
- 4) קלף "לא רוצה שיקרה לי"

רעיונות נוספים

עבודה עם קבוצה

- 1) מה אני אוהב בי, מה אני לא אוהב בי
אפשרות א- שיתוף בזוגות אפשרות ב – שיתוף קבוצתי
- 2) עבודה הפוכה – מוציא 3 קלפים, והשותף אומר מה הוא רואה בקלפים שלי, מאפשר להסתכל על מה שיש בעיניים אחרות, זווית אחרת יכול לתת פתרון לבעיה. אפשר לשתף אחר כך במליאה.
- 3) משחקי תפקידים :
אני הילד ומולי יושב הורה או אני ומישהו שיש לי קושי איתו
אני מוציאה קלפים בנוגע לקושי והשותפה יכולה להיות האדם שיש לי את הקושי איתו, ומה היא חווה מולי. אפשר לשתף אחר כך במליאה.

4 היכן אני רוצה להיות בעוד שנה מהיום? ניתן לפרוש קלפים ומתנדב אחד יכול לשתף את הקבוצה או בזוגות ויקבלו פידבק אחד מהשני
*אפשר להזמין את המשתתפים לכתוב משאלה זו, על מנת לתת לה תוקף חזק יותר.

5 כל אחד מאיתנו עבר חוויה בחיים שחזקה והעצימה את הכוחות הטמונים בו, כל אחד יזכר במקרה שחווה וישלוף 3 קלפים שיאירו את הכוחות שבו, נעבוד בזוגות, תשתפו את הבת זוג בסיפור ובת הזוג תאיר את הכוחות הנוספים שרואה בכך. אפשר לשתף בקבוצה.

6 סיכום מפגש – ניתן למשוך קלף או 3 קלפים המסכמים – מה לוקחת איתי לדרך.

*דוגמאות נוספות אפשר למצוא בחוברת הדרכה.

מה לקחתי מהמפגש עד עכשיו:

עבודה פרטנית עם קלפים

1) היכרות – כרטיס הביקור שלי

2) מה הציפיה שלי שיקרה היום במפגש

* שני הסעיפים הראשונים יכולים להתחיל כל מפגש פרטני

אופציות להמשך עבודה פרטנית:

- 1) עבודה על כוחות הטמונים בי (מטופל שזקוק להעצמה)
 - 2) עבודה על מציאת כיוון חדש בחיים (למטופל שמתלבט לגבי המשך דרכו)
 - 3) עבודה על חסמים/פחדים/מעכבים (למטופל שמרגיש תקוע)
 - 4) עבודה על העצמת השמחה הפנימית והתשוקה לחיים (לאדם שמרגיש שאנרגית החיים שלו ירודה)
 - 5) קלפי בעיה נוכחית , קלפי פתרון לבעיה.
 - 6) עבודה על חזון עתידי
- בכל הנושאים אפשר לתת למטופל לבחור 1-3 קלפים שמתארים את המצב ולעבוד בלהבין מה התקבל.
 - אפשר להוסיף קלפי יציאה מהמצב הקיים למצב חדש
 - דוגמאות נוספות ניתן למצוא בחוברת ההדרכה.

לדבר עם המטופל על:

איך הרגשתי במפגש?

מה אני לוקח איתי מהמפגש?

עבודה עם קלפים ותמציות

(1) בחר תמצית אחת או שתיים

מה בחרת? מדוע לדעתך את זקוקה לכך עכשיו

כמה מתחבר לך למה שקורה בחיים שלך עכשיו

- ניתן להאיר אור על הבחירה על ידי משיכה של קלף שיחדד את המודעות לבחירה.
- למה את מרגישה שהגופנפש שלך זקוקים כרגע בחיך?
- נסו לחשוב מה מפריע, מה חוסם, מה מעכב את ההגעה לתחושה שאת רוצה להרגיש.

ותוציאי 3 קלפים שיפגישו אותך עם הגורמים המעכבים

שאת מוכנה כרגע לשחרר.

כתבו לכם כמה מילים על התובנות הללו

בחרו תמצית אחת או שתיים שאתן זקוקות לה כרגע ויכולות לתמוך בכן.
והחזיקו בה/ן לכמה דקות

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

052-4789613

flowerandlight@gmail.com

