



## נשימה-גוף-תודעה (BBM)™ BREATH-BODY-MIND: היכרות עם התערבות להקלה על דחק, חרדה וטראומה

הרצאה של שעה וחצי בזום  
יום שלישי, 25.6.24 | 20:00 - 21:30

### מרצה

**ד"ר פטרישה גרברג**, ניו יורק מדיקל קולג', אוניברסיטת קולומביה. מרצה ומלמדת במסגרות רבות על נושאים רבים בפסיכיאטריה, פסיכואנליזה, טראומה, נירוביולוגיה והאינטגרציה של התערבויות תודעה-גוף בפסיכותרפיה.

**ד"ר ריצ'ארד בראון**, ניו יורק מדיקל קולג', אוניברסיטת קולומביה. כתב יותר מ-100 מאמרים, ספרים ופרקים בספרים על טיפול תרופתי, מחקרים קליניים וטיפולים אינטגרטיביים בפסיכיאטריה.

### אודות ההרצאה

נשימה-גוף-תודעה (BBM)™ BREATH-BODY-MIND היא תוכנית של תרגולים ממוקדי נשימה, גוף ונפש, שנבנתה על ידי שני פסיכיאטרים, ד"ר ריצ'רד פ. בראון וד"ר פטרישה גרברג.

בהרצאה יוצגו הבסיס המחקרי של ההתערבות ותוצאות ההתערבות באזורים מוכי אסון בעולם. ההרצאה תלווה בהדגמה של תרגילים.

הרצאה זאת מהווה מבוא לקורס בזום שיתקיים ביולי 2024 במכון חרוב, למטפלים אשר מחפשים למצוא דרכים לוויסות והרגעה של עצמם, בתקופה של מתח וחרדה.

לפרטים נוספים ולהרשמה לחצו כאן

ההרצאה באנגלית עם תרגום סימולטני לעברית. | ללא תשלום אך יש להירשם מראש.