



איפור תרפיה - סדנא לאיפור טיפולי

איפור-תרפיה, היא שיטת טיפול חדשה וייחודית אשר פותחה על ידי רויטל עמאר ומיועדת לנשים ולנערות. הסדנא מועברת באמצעות הנחיית-קו על ידי רויטל עמאר ונעה איזקסון, שתיהן עובדות סוציאליות המתמחות באיפור, כתיבה והעולם הטיפולי. איפור-תרפיה בקבוצה כוללת הכרות אישית עם עולם האיפור- לימוד טכניקות איפור והתאמת איפור לכל אחת, לצד תהליך של התבוננות בין עולם האיפור לעולמה הפנימי של כל משתתפת. מבט אל הזהות האישית, בדיקת חלומות, כוחות, כישורים ואמונות. הסדנא תכיל סדרה של שמונה מפגשים, כאשר כל מפגש יתמקד בנושא אחד תוך שימוש במילה הכתובה וכלים טיפוליים נוספים.

הכוח שבאיפור

איפור הוא כלי המייצר שפה משותפת בין נשים. אנו חיות בעולם בו המסרים החברתיים משדרים לנו ש"יפה-הצלחה", בדור בו אידיאל היופי מופנם בנו על ידי אמצעי התקשורת, מראה השחקניות והדוגמניות משפיע עלינו, וכל אחת רוצה להראות טוב במטרה להרגיש בעלת ערך. איפור מהווה תקשורת בלתי אמצעית - הוא ממיס חומות ומאפשר קרבה. שפת האיפור היא אוניברסאלית המעודדת חיבור לגוף בתהליך טיפולי תוך חיבור לנפש.

דרך האיפור המשתתפות יכולות לשאול את עצמן שאלות שיובילו בהמשך להעלאת המודעות והביטחון העצמי שלהן, תוך כדי מענה רגשי ותיווך נכון של התכנים שעולים.

בקבוצת איפור ניתן להתייחס לנושאים של זהות, מי אני? מה אני רוצה להיות? כיצד אני מביטה בעצמי במראה? קבלת עצמי, ציפיות מהחברה, רושם, העברת מסרים ועוד. פנימיות וחיצוניות, האיפור מהווה כלי מתווך בין הפנים לחוץ של כל אחת, החיבור לפנים שלי, היכולת להסתיר דברים - "מסיכה", משמש מעין קביים למי שזקוקה לסיוע בצעידיה עד שתתחזק ותצליח ללכת בבטחה לבד.

מבוא בולקא בקבוצה

קבוצה מייצגת את העולם האמתי, עולם המוכר לנערה. הגדרת הקבוצה מספקת מרחב בטוח בו נערות ונשים יכולות ללמוד ולתרגל בחברה מיזמניות אישיות. המשתתפות בקבוצה חשות בהקלה בעודן רואות קווי דמיון בינן לבין חברותיהן. בקבוצה ניתן ללמוד כישורים חברתיים, כגון: צורות תקשורת, הרגלי התנהגות, אמפטיה, קבלה ותמיכה, בדיקת התנהגויות, למידה עצמית, נתינה וקבלת משוב, איחוד כוחות, קתרזיס ולא פחות חשוב חוויה של הנאה!

סדנת איפור-תרפיה כוללת לימודי איפור מקצועי: איפור-יום, איפור-לילה, התאמות איפור למבנה פנים שונות ועוד. כאשר באמצעות הסדנא, ההתנסות בזוגות, המגע, החוויה לראות את היופי שבי, את עצמי יפה וזוהרת ומוקפת במחמאות. כל אחת מתחזקת באמונה בעצמה וביכולות שלה.

הסדנא שמה דגש על התהליך לטווח הארוך שעוברות הבנות, בשאלת הזהות והחיפוש האישי. הבנות מצליחות לעבור תהליך של מודעות ליופי ולחוזקות שלהן, לצד החיבור למי שהן. מה מתאים לכל אחת, מה היא רוצה להדגיש ומה היא רוצה מעט למשמש.

ההתבוננות הרפלקטיבית שהבנות עושות בעזרת כלי האיפור, מאפשרת להן להעלות תכנים לא מודעים ולשים לב אליהם, כדוגמת: "מה בחיי הייתי רוצה להצל ומה הייתי רוצה להדגיש" (סביב שיעור של הצללות והדגשות נקודות אור בפנים). זאת לצד הידע כיצד לשפר את מצב הרוח באמצעות איפור, יכולת הבחירה והשליטה העצמית שלהן בעזרת האיפור.



"Beauty isn't about having a pretty face
It's about having a pretty mind, pretty heart and a pretty soul".

על האנחות

רויטל עמאר, עובדת סוציאלית מדריכת סדנאות איפור לנערות במצבי סיכון, נערות עם צרכים מיוחדים, נשים בוגרות, וקשישות. מאפרת מקצועית, בוגרת בית הספר "ירין שחף", לימודי איפור יופי, כלות, סטילס, טלוויזיה, אפקטים מיוחדים, תיאטרון וקולנוע.

נעה איזקסון, עובדת סוציאלית כותבת ועוסקת בכתיבה טיפולית. בעלת ניסיון רב בעבודה עם נוער, נשים ונערות בסיכון והנחיית קבוצות של נפגעי סמים ואלכוהול. רכזת ומלווה בנות שרות לאומי באופן פרטני וקבוצתי בקיבוצים באזור הדרום.

איפור תרפיה - טיפול חוויתי לנשים ונערות

רויטל עמאר | 054-7792990 | ipurterapy.r@gmail.com
נעה איזקסון | 054-4361351 | ipurterapy.n@gmail.com

