

סובלים מחרדת נהיגה?

האם יש לכם רישיון נהיגה אך אתם פוחדים לנהוג?

לא מרגישים בטוח על ההגה?

הנהיגה מלווה בתגובות של מתח ולחץ?

מהיום תוכלו למצוא מזור לחרדת הנהיגה ממנה אתם סובלים ולהיעזר במדריך מוסמך שהוכשר לסייע בתהליכי חשיפה הדרגתית בנהיגה, לטובת חזרה בטוחה אל הכביש ואל היכולת לקחת שוב את ההגה לידיים!!!

- המפגשים הראשונים יתקיימו עם אחד המטפלים במכון שיטוט, שהם מומחים בטיפול התנהגותי קוגניטיבי (CBT) והוכשרו ספציפית לטפל בחרדת נהיגה. בפגישות אלה ייערך אבחון מקיף של החרדה במטרה לבחון את מקורה ואת ההתאמה וההכנה הנדרשת לתהליך החשיפה. בפגישות אלו תקבלו הסבר כיצד התפתחה החרדה, מה משמר אותה וכיצד ניתן בתהליך חשיפה הדרגתי, צעד אחר צעד, בקצב שלכם, להתגבר על החרדה שנוצרה ולחזור ולנהוג בבטחה.
- שאר המפגשים יתקיימו עם מדריך מקצועי (מדריך רכבי שטח, מתמחה בליווי וחניכה של נהגים), שהוכשר לבצע תהליכי חשיפה מותאמים אישית למטופלים עם חרדת נהיגה. הוא יגיע עד אליכם ויבצע חשיפות **במכונית שלכם** בתהליך הדרגתי בליווי מקצועי של המטפל/ת. השירות ניתן באזור המרכז רבתי **מגדרה ועד חדרה**.

צרו קשר עוד היום עם תום מושלין – רכזת הפניות במכון שיטוט

טל' 050-3553974, 072-2300797, אתר: www.shitot.net