## מי אני?

אני אישה שהייתה שם – בלב הסערה.

במערכת יחסים שסחפה אותי, במקום לא בטוח, במקום שבו שכחתי אותי.

עברתי פרידות, כאב, שתיקה, ולמדתי איך זה להרגיש לבד גם כשיש מישהו ליד.

אבל בתוך השבר הזה – התעורר בי אור.

התחלתי לבחור בעצמי. ללמוד את עצמי. להקשיב למה שכואב, למה שזקוק, למה שמבקש ריפוי.

אז קצת עליי – בגובה העיניים ובמקצועיות

נעים מאוד שמי רינה!

ואני מטפלת ומאמנת מוסמכת ומנוסה בתחום של ליווי נשים, ילדות ונוער – בדגש על התמודדות עם גירושים, ניכור הורי ואלימות רגשית ונפשית

היום, אני מלווה נשים וילדים מתוך הלב.

אני לא רק מטפלת – אני שותפה ומורה לדרך.

אני מבינה אותך לא רק מתוך ספרים – אלא מתוך הלב שלי, והחיים עצמם.

אני כאן להזכיר לך שמותר לך.

להרגיש. להציב גבול. להאמין שאת שווה.

לחזור להיות את!

אני מגיעה מתוך שילוב בין ניסיון אישי עמוק לבין הכשרה מקצועית.

לאורך השנים פגשתי נשים שחיפשו אוויר, מקום בטוח, מישהו שיבין בלי לשפוט – וידע גם להחזיק את הכאב וגם להוביל תהליך של שינוי אמיתי.

בקליניקה שלי אני משלבת כלים טיפוליים מגוונים, שיחה בגובה העיניים, הקשבה עמוקה והחזקה עדינה – מתוך מטרה לחזק תחושת ערך עצמי, להציב גבולות בריאים ולבנות מחדש ביטחון, חוסן, וחיבור לעצמי!

אני מאמינה שלכל אחת מגיע להרגיש ראויה!

ואם את מרגישה שזה הזמן שלך – אני כאן.