

דינה קורול

עושה סדר בנפש



מקל! אין לי מושג למה הסכמתי, רק אזכור שם של מקק העלה לי את לחץ הדם. נכנסתי אל השכנים כשהבעל מסתער בחדר סגור! הרגתי את המקק ויצאתי משם גיבורה."

הסבה בעתיד?

"החזון שלי לראות את ספריי בכל בית בישראל. אני שואפת שלכל אמה יהיו כלים רגשיים זמינים להעצים ולקדם את ילדיה בכוחות עצמה. אני חולמת על כתיבת ספרים נוספים שיתרמו לבריאות נפשם של ילדינו. בוער לי שלמשפחה החרדית יהיו ספרים טיפוליים איכותיים מצד התוכן ומצד המקצועיות, כפי שיש בציבור הכללי."

קושיה אחת בלתי פתורה?

"איך הזמן עובר כל כך מהר? אני מרגישה עם השנים שהזמן צובר תאוצה והמחוגים נעים מהר מדי."

מהי חירות עבורך?

"היכולת להחליט מה יהיה סדר היום שלי, מבחינת ארגון הזמן. כמובן שהכול משמים, ולעיתים אנחנו מתכננים - ומשמים רוצים אחרת. אולי לכן בחרתי לעבוד כעצמאית, דבר שדורש ממני יותר התאמצות אך מספק לי מנגד הנאה ותחושת חופש עוצמתית יותר."

מה תחביאי לאפיקומן?

"את חוסר האהבה שלי להתקשקות במטבח. אני מקפידה לבשל אוכל בריא ומזין כל יום, אבל אין לי סבלנות לעוגת שכבות או כל דבר שמצריך הכנה מורכבת. תמיד אמשך להתפעל בסתר מנשים מוכשרות ומיצירות קולינריות מרשימות. אבל לקחת קורס פטיפורים? גם בפנסיה כנראה שלא."

משהו שהחמיץ לך בדרך?

"אני נזכרת באותם טיפולים שבהם לא הצלחתי מספיק לעזור. לא תמיד הטיפול מוכתר בהצלחה, זה החלק הקשה במקצוע. להבין שאתה לא כל יכול, בסופו של דבר רק בשר ודם שלא רואה את התמונה בשלמותה. כמובן זה לא פותר את האחריות שלי כמטפלת להתבונן בעבודתי בעין בוחנת."

ההיגד הכי פופולרי שלך?

"נשימות והרפיות, משפט קבוע שלי שזוכה לחיוכים מצד בני המשפחה, בזמנים לחוצים ועמוסים כמו ערב פסח. כולם מודעים לטכניקה ורק האמירה עצמה, מורידה את רף המתח ואין צורך ליישם."

לשנה הבאה - היכן?

"קודם כל, בהודיה לה' על כל החסד שגומל איתי. משתדלת לחפש השגחה פרטית גם בדברים קטנים לכאורה, ומתפללת שאזכה להמשיך לעזור לילדים ולהורים, לכתוב, ליצור ולהתפתח."

מי שמכירה את דינה קורול, פסיכותרפיסטית MA ומחברת הספר 'מדריך לרגשות להורים וילדים', זכתה. ומי שלא, כדאי שתמהר להכיר. דינה, מטפלת מוערכת בפני עצמה, בעלת קליניקה עצמאית לטיפול בילדים ומתבגרים, שוקדת לא מעט במטרה להביא חומרים טיפוליים מקצועיים ומותאמים למגזר החרדי.

מהו ניקיון יסודי בשבילך?

"לעצור את מרוצת החיים ופשוט להתבונן. הפאזל שלי מורכב מהרבה חלקים: משפחה, קליניקה, הרצאות, סדנאות, כתיבה ועוד... עד אפס מקום. עבורי זה אתגר להפסיק פעילות אהובה ולשאל את עצמי: האם אני בדרך הנכונה? האם סדר העדיפויות שלי נכון? מה צריך וניתן לשנות? הייתי רוצה לעצור יותר, ודווקא פסח הוא זמן מתאים עבורי גם מבחינה רוחנית לניקיון הראש והלב."

וניקיון מ'למעלה'?

"אני אדם יסודי בטבעי ולא כל כך יודעת לחפף. האמת שלפעמים עדיפה עבודה חלקית מאשר בכלל לא. לא הייתי רוצה לוותר על תכונת היסודיות שלי אלא קצת להגמיש אותה. הדרך שלי עוד ארוכה בזה."

על מה תפסחי?

"על שינה. את כובעיי כרעיה, אם ופסיכותרפיסטית אני חובשת ביום. את כובעיי הנוספים - בלילה. השקט המבורך, האור העמום והפינה הקבועה על יד השולחן במטבח, מגלמים עבורי אווירה ליצירה ועשייה מהנה."

על מה לא?

"על איכות העבודה המקצועית שלי בכל תחום. הצוות שעובד איתי על הפקת ספריי מכיר את הרגישות שלי לפרטים הקטנים. חשוב לי לכבד את האדם שמחזיק בספר שלי. ומבחינתי - כבוד, זה להגיש חומר ברמה הכי מקצועית שניתן."

ביעור חמץ חברתי?

"מחלוקת, קטנוניות, שנאת חנם. כואב לי לשמוע ממטופליי בקליניקה על סיטואציות חברתיות מבישות בעקבות המחלוקות של המבוגרים. הדפוסים הפסולים האלה חדרו לעולם הילדים מעולם המבוגרים. ילדים רק משקפים את המצב הירוד אליו הגענו, כמו אמירות קשות אצלם שמבטאות שנאת חנם."

קריעת ים סוף שלך?

"התגברות על הפחד ממקקים. כנערה ממש פחדתי ממקקים מעופפים. אין מצב שהיינו ביחד - או אני או הם. בדרך כלל אני זו שיצאתי... השינוי היה הדרגתי. כאישה צעירה הוזמנתי אחר כבוד לביתה של השכנה להרוג

נשארו 3 ימים למבצע

הפסח הזה, ההוצאות עלינו!

מנקים את הבית עם מוצרי סנו ויכולים לזכות

1000 ₪

מחכים לכם בכספת בכל יום!

סיבת הרצפה זה רגע קטן עם סנו ריצפן ואיקט הנישום

פרטים בטלמסר: 03-9411044

*בכפף לחוקון המבצע הנמצא במשרדי סנו. חוקר ההסתמכות במשחק בין התאריכים * אדר ב' - יא ניסן 19/4 - 20/3 בימים א-ה בלבד. כל מוצרי חברת סנו תחת הלוגו משותפים במבצע. טל. 03-9411044