**רות בן שמעון- פגישה 2 עם המטופלת נ'**

מה העלה המטופל

שבפגישה הקודמת יצאה בתחושה שהיה משהו משמעותי. היא מגיעה בתיקווה להמשך, שהיא מרגישה אותו דבר, כמו כל הזמן, ולא קרה משהו מיוחד במהלך השבוע. ושוב הזכירה שהיא מתקדמת לאט כי הקצב שלה איטי והיא יודעת שהיא לא קלה "אני מאתגרת אותך".

מה חי ונוכח בחדר

שוב הייתי צריכה להוריד בקורתיות שלה על עצמה כמטופלת.

תחושת הלבד שחוותה בשטיפה, בחנתי מה קרה עם זה. לטענתה היא אכן לא לבד.

התחושה שקורים לה דברים רעים ולא מבינה למה זה מגיע לה.

ניסיתי לחקור יותר בעניין אך היה קושי, סגירות ודיבור שכלתני מנותק רגשות, התנגדויות.

ניסיון לבדוק את מה שמאחורי הפחד שלאחר הבליעה. היא אינה יכולה להתחבר לסיטואציה בדימיון.

מה זיהינו?

* דיוק של הפחד, שהוא לא בבליעה עצמה אלא אחריה. היא מתאמצת מאוד ואז לפעמים מצליחה לאכול ביס אחד, כשאביה בנוכחותה והוא משמש עבורה מקור לבטחון להעז, אבל למרות זאת לא מצליחה לרוב את הביס השני.
* המרקם של העוגה שונה ממרקם של האוכל, כמו חומוס בפיתה. הפריכות והשבירה לפירורים של העוגה לא משאירה את הביס כגוש ולכן , לטענתה, לא עולה הפחד.
* כשהפחד עולה אחרי נגיסת ביס היא אומרת לעצמה מנטרות, שזה בסדר, היא לא נחנקת, זה עבר כמו שהביסים של העוגות עוברים. וכך היא ממשיכה עד שהיא מרגיעה את עצמה.
* אין כל מוכנות בשלב זה להתנסות בפועל. כשהעליתי את הרעיון לבחון את הדברים בפועל כדי שנבחן מה קורה ונעבוד עם זה- היא סירבה בתוקף.

הבטחתי שלא נעשה מהלך כזה אלא שתהיה מוכנה לכך, שנעבוד כדי שתוכל להגיע לכך.

* הקושי להתחבר רגשית הוא עצום ועמוק וזה לא מאפשר לה לחוות בדמיון את הקושי דרך דימוי הסיטואציה. (הבנה שנוצרה בהמשך המפגש, אחרי תרגיל הקולנוע)
* שעליה לפתח כלים ויכולות להשגת מטרתה ללא תלות באביה או בכל גורם חיצוני לה.

באיזה כלי השתמשתם?

חשבתי שמכיוון שהפחד משתק אותה, לעשות איתה את **תרגיל הקולנוע** בהקשר של השניות שאחרי הבליעה.

חשבתי שאם אפחית מעוצמת הפחד אולי נוכל לעבוד עם זה יותר לעומק ולקדם את הסיכוי להתנסות בפועל. הניסיון כשל, בהתחלה היא השתתפה בתרגיל אך כשהגענו לאירוע 1X+ּּ היא עצרה ואמרה שאינה יכולה להתחבר ולחוות את הפחד בדימיון, לא יכולה לדמיין "רק באמיתי".

שאלתי אם עולה לה רעיון שיכול לעזור לה? תשובתה, שאם היתה יכולה להיות בטוחה שזה לא נתקע ונשאר לה בגרון, כי "אני יודעת שזה לא נתקע אבל אני צריכה להיות בטוחה, משום מה נדמה לי שזה עלול להיתקע".

מכיוון שהיא שכלתנית ו"אני צריכה להבין" הוא משפט שגור אצלה, שאלתי אותה אם היא יודעת איך עובדת המערכת באיזור הגרון?

הרעיון שעלה לי באותו רגע- **להגדיל ידע תומך** ברעיון

שאם בלעה אז לא יכול להיתקע.

נכנסתי באותו רגע לגוגל והצגתי את התמונות הבאות

על כל המסך:



החץ האדום מכוון לנקודה הצרה ביותר בדרכו, הסברתי

שזו הנקודה שבה מרגישים את האוכל בזמן

פעולת התנועה שיוצרת את הדחיפה של הבליעה. היא

התבוננה וגילתה סקרנות רבה.

ואחרי התבוננות ושתיקה היא אמרה "אז אחרי הנקודה הזאת של הבליעה זה מתרחב". **וזה אכן היה הרעיון שהיה חשוב לי שתראה.**

היא לא הכירה את המנגנון ולא ידעה איך האוכל נכנס דווקא לוושט ולא לקנה הנשימה.

היא היתה מופתעת מהמנגנון האוטומטי שקיים לצורך כך, כמו כן, הדגשתי שאם בכל זאת קורה כדבר הזה, אז משתעלים. שגם זהו מנגנון הגנה שפועל אוטומטית.

הגוף שלנו חכם, וכדאי להיות קשובים לו- הוא יודע את העבודה שלו, האם את מסכימה איתי? הינהנה בחיוב.

מה קרה בעקבות הטיפול?

"אני, דברים כאלה של דימיון לא עובדים עלי". התייחסתי לכך שתרגיל הקולנוע לא צלח ואין בכך כדי לעשות אותה לא בסדר, זה רק אומר שהתרגיל לא מתאים לה, לכן יש אפשרויות עבודה שונות כי אין תרגיל או כלי שמתאים לכולם, ואני לומדת אותה, וכל תרגיל- גם אם לא השגנו את המטרה, מקדם אותנו בכך שמאפשר לדייק את התהליך עבורה.

אמרה שהיא למדה דברים שלא ידעה וזה הרשים אותה והיא שיתפה בשני מקרים שהיא זוכרת

שהצחיקו אותה בזמן שאכלה וכמעט נחנקה, ואז השעול פלט החוצה את מה שאכלה. עכשיו היא מבינה איך זה עובד, כמו כן, שההבנה שזה לא יכול להיתקע עכשיו ברורה לה יותר ושזה היה טוב בשבילה להבין את זה ולא רק לדעת, "שזה ממש נופל אחרי זה, 2-3 שניות וזה בקיבה". ניכר היה שהיא מתלהבת מהידע שלמדה, והמשפט "שזה ממש נופל ..." הוביל אותי לרעיון, ממש בסוף המפגש, שתבצע את פעולת הבליעה תוך כדי שמניחה את ידה על האיזור בגרון, כשגוש המזון עובר את החלק הצר ביותר בדרכו לקיבה, ואחרי 2-3 שניות שתניח יד על איזור הקיבה ותגיד לעצמה "בליפ"- הגוש נפל ל"בריכת הקיבה". הרעיון מצא חן בעיניה, במיוחד כי היא תהיה מקור העוצמה שלה, ואמרה שמעוניינת לבחון אותו.

גם על מפגש זה קבלתי ממך משוב טלפונית, בו ציינת כי תרגיל הקולנוע לא מתאים במצב זה, למרות שעובד על חרדה.

שעלי לבדוק איתה את אמונות הליבה, ולמשאב אותה.

הצעת מישאוב ע"י התרגיל "לידה מחדש".

לבדוק מדרג של מזונות ולנסות שתערוך טבלת אכילה.