**דוח מספר 2 – נטע כהן (טיפול בקליניקה – מטופלת א')**

1. מטופלת בת 47, נשואה עם ילדים, נמצאת ברומן סודי עם גבר בן 60.

מרגישה מאוד מבולבלת כי:

* מצד אחד הזוגיות שלה בבית כבויה, הרבה שתיקות בקשר (של שבועות), תחושת מתח ותקשורת פוגעת. טוענת שבעלה על הספקטרום (לא מאובחן אבל לה זה ברור)
* מצד שני חשוב לה לשמור על התא המשפחתי עבור הילדים, כמו כן יש לה חמלה כלפי בעלה והיא חוששת שאם תעלה אפשרות לגירושים בעלה יישבר וינקוט במהלכים קשים (דכאון, התאבדות) ובנוסף, היא חוששת להיות לבד (דימוי עצמי נמוך ותחושת תלות).
* מצד שלישי יש לה רומן כבר מספר שנים, ששומר עליה חיונית ומסופקת והיא חיה חיים כפולים.

1. הגיעה לטיפול כדי לקבל החלטה בנושא הזוגיות – **מה לעשות בתחום הזוגיות** (עם הבעל ועם המאהב).
2. קיימתי שאלון **תוצאה מעצימה**:

* לגבי השאלה הראשונה – "מה רוצה להשיג" – היה קושי גדול להבין מה התשובה, המטופלת לא יודעת מה היא רוצה, היא חווה בלבול וקושי בקבלת החלטה.
* במהלך התשאול המטופלת הגדירה את המצב הנוכחי "חרא" ואת המצב הרצוי "חברות ואהבה"
* תיארה את המצב הרצוי כחוויה שהיא עושה דברים מתוך שלמות, מבלי לרצות או לחשבן לכולם. שהיא חופשיה להיות היא.
* טענה שהשגת המטרה תלויה בה אבל אין לה מושג מה לעשות
* המשאבים שעומדים לרשותה הם:
  + תחושת סיפוק לגבי האמא שהיא
  + תמיכה של חלק מהילדים לגבי כל החלטה שתקבל על הזוגיות
  + תשוקה וריגושים עם "המאהב" שנותנים לה כוח לתפקד במצב הנוכחי
* המשאבים שחסרים לה:
  + עצמאות כלכלית – כיום מרוויחה מעט כסף יחסית לבעל וטוענת שלא תוכל להחזיק את עצמה ולכן רוצה לחפש אפשרויות להגדלת השכר שלה.
* כשהיא תשיג את המטרה היא תוכל לתת מודל חיובי לילדים שלה לגבי זוגיות ועוצמה פנימית. היא תהיה נאמנה כלפי עצמה ושלמה עם עצמה.
* מה שעוצר אותה כרגע מלקבל החלטה זה פחד, בטחון כלכלי, תקווה שאולי אפשר לשקם את הזוגיות הנוכחית, חוסר אמונה שהמאהב יסכים להתמסר לזוגיות מסודרת איתה (חשש להישאר "קירחת"), קושי מול אחד הילדים שנראה שלא יקבל החלטה של גירושים בהבנה.
* הרווחים משימור הבעיה – בטחון כלכלי, תחושת עוגן משפחתי, תקווה שישתפר בעתיד, שימור תא משפחתי.
* מה עלייך לעשות כדי להשיג את המטרה – "לא יודעת..."
* מה תהיה הפעולה הראשונה שתעשי – "אני באה אלייך לקבל עזרה ביצירת סדר עם עצמי".

1. במהלך התשאול חשתי הרבה בלבול בתשובות, תשובות סותרות (כמו - "אין בבעלי כלום, זה פשוט זוועה לחיות איתו" / "בעלי אדם מדהים, חרוץ, איש משפחה")
2. אשמח להכוונה איך להתקדם מול הבלבול של המטופלת:
   1. חשבתי לעבוד איתה על נושא ערכים כמצפן לקבלת החלטות
   2. או על מודל BE, DO, HAVA – כי נראה שהיא לא יודעת מי היא כרגע
   3. או על עבודת חלקים – החלק שרוצה להתגרש מול החלק שרוצה להישאר