דו"ח מס' 2 IEMT

ר.א. בת 45, אחות + מורה בסיעוד, נשואה + 2 (בן 23, בת 16).

בת להורים מסורתיים. גם בעלה שומר מצוות.

היא התרחקה מהדת.

בעלה, אדם פעיל בעבודתו ובקהילה בשנות החמישים. סובל ממספר מחלות כרוניות. היא סועדת אותו כשצריך, מלווה אותו בכל טיפול שהוא עובר.

1. הסוגיה לסשן : כל השבוע הייתה בחרדה ופחד שבעלה יחלה. מרגישה אחראיות על כל המשפחה ואשמה על כך שלא יכולה לשלוט במצב. היא מבקשת לטפל בחרדה .
2. זיהיתי שמאחורי החרדה קיים רגש של אשמה. זה כנראה הוא מנגנון ההישרדות שלה. היא מתארת את האשמה כרגש שמופיע אצלה כאשר אמונה שלילית מתעוררת . למשל באמונה שהיא לא אשה ראויה לבעלה. בזמן השיחה המקדימה, היא יושבת דרוכה בכל הגוף. הידיים שלובות חזק. את האשמה היא חשה בתחושה כללית של תשישות ועייפות , כתפיים כבדות ,כאב חזק ברכות.
3. משאוב ( הסתכלות בנקודה בקיר). השתמשתי בהסבר על עמודי הדיכאון ע"מ שהיא תמצא את הרגש הקשה. לאחר מכן השתמשתי בפרוטוקול הבסיסי של IEMT תוך שימוש של התבנית המכיילת.
4. הגירוי הבילטרלי בצורה של שמיניות. מהפעם הראשונה נוכחתי ל2 חריגות. בכל חריגה הגבתי . כאשר סיימנו את הפעם השלישית היה שינוי במרחק ובפוקוס. התחלנו את הגירוי הבילטראלי ( בשמיניות)בעוצמה 10, לאחר גירוי ראשון ירד ל 8, לאחר גירוי שני : 5, לאחר גירוי שלישי 3.
5. היה לה קשה לתרגם את החרדה לרגש שעליו היא תעבוד. היו לי ספקות האם נכון באמת לתרגם את החרדה לרגש אמיתי כפי שמופיע בעמודי הדיכאון.

מצד שני ,בסוף התהליך, הרגשתי שאכן היא עשתה דרך ועבודה עמוקה. אני מצפה לפגוש אותה אחרי סוף חול המועד . מצפה למשוב שלה.