**אתי – פגישה מספר 4**

אתי הגיעה לפגישה היום עם רצון שנמשיך לעבוד על אירועי עבר – כי היא מרגישה שזה נכון לה, הבינה שאין אפשרות לתכנן את העתיד ללא יסודות בריאים.

היתה בהרבה מאוד תהליכים בחייה ובאף אחד מהם לא עסקה ממש בילדות.

אתי – עם הרבה מאוד חורים שחורים בזכרונות העבר, וכן עם הבנה שאינה חשה אהבה, האנשים היחידים שלגביהם היא מרגישה הם שלושת הילדים שלה.

לגבי ערן (בעלה) היא מרגישה בפנים ריק.

אתי בורחת לרומנים שגורמים לה תחושות של חופש והתרגשות.

הפעם אתי ספרה לי על הילדות במחיצת אב שחולה במניה דיפרסיה שהתגרש מאימה המאמצת כאשר אתי היתה בת 10.

ומאז אתי הרגישה מחוייבות לטפל באביה, כי הרי הוא אב שאימץ אותי והרגשתי חייבת.

אב, שמאוד התביישה בקיומו, חי לבד בבית מסריח ומלוכלך, מצאה אותו פעם חותך את הוורידים והיא מזעיקה אמבולנס לפנותו, פעם אחרת היא זוכרת שהגיע באמצע הלילה והזעיק אותה לביתו (היא התגוררה עם אמה),

כי לא היה לו כסף לאכול, חזר שכולו עם כינים והבינה שהוא במערכת יחסים הומוסקסואלית.

שאלתי אותה – מה הזכרון או התמונה הכי דומיננטיים מאבא?

התמונה שקפצה לה לראש היתה הכניסה לבית המוזנח, המלוכלך והמסריח.

לאחר מספר נשימות ומשאוב תרגלתי איתה EMDR - .

כאשר בחרנו אירוע ממשאב ראשון – בחרה בביקור בחדר הכושר – עשינו סט קצר של של 14 שניות.

ואז התחלנו עם מספר של סטים של תנועות עייניים לגבי האירוע הטראומתי.

בתחילת התהליך היא אמרה שהתמונה של הבית של אביה מפעיל אותה 80 –

כמו כן היא מרגישה לחץ באזור המצח ולחץ באזור של החזה, ותחושה של חנק בצוואר.

לאחר הסדרה הראשונה – היתה הקלה משמעותית – והתחושות ירדו ל-50 ותחושות הלחץ השתנו לעצבות.

לאחר סדרה נוספת – ירדו התחושות ל- 40, אחר כך 20 והיתה הקלה משמעותית ביותר.

סיימנו עם האירוע הממשאב עם של סקט של 14 שניות.

ואתי הרגישה הקלה מאוד מאוד משמעותית.