בס"ד

דוח טיפול 1

רקע: המטופלת רינת בת 43 , הגיעה אליי לטיפול בעקבות התפרצות של מחלת קרהון, שלטענתה הופיעה עקב לחץ בחייה.

רינת מורה, מחנכת כיתה ה בנים, בית ספר עם אוכלוסייה מאתגרת. נשואה עם 7 ילדים. מצב כלכלי לא טוב. הבעל ללא מקצוע, מחליף עבודות שונות, לא מתמיד. כשיש תקופת לחץ בעבודה הוא מתפטר מעבודתו ומחפש עבודה אחרת.

נטל הבית גם הכלכלי, ניקיונות וטיפול בילדים על כתפיה בלבד.

רינת נמצאת בקשר טוב עם אחיה ושכנותיה.

עם הוריה היחסים מורכבים מאוד, בעיקר עם אביה. רינת מלאת ייסורי מצפון על כך, מצד אחד היא מרגישה כי היא "שק חבטות" של אביה ומאידך זקוקה לאישורו ולאהבתו.

כיום רינת לומדת ל ואר שני, אם כי לא נהנית מהלימודים, "לומדת כי צריך" ויש מימון של משרד החינוך.

פנתה אליי בעקבות "מריבה" עם אביה. אביה בן 75 אושפז לפני מספר ימים. רינת הגיעה לבקרו בבית החולים באותו היום, ואף הביאה איתה אוכל לכל האחים. ביום השחרור של אביה לא התקשרה לשאול לשלומו ועל כן הוא כועס. לא עונה לה לטלפונים, כשהיגעה לבקר לא פתחו לה את הדלת. רינת נעלבה מאוד, כועסת על אמה שמשתפת פעולה (אם כי טוענת כי אין לאמא ברירה והיא נשלטת ע"י האב)

בעקבות כך ובעקבות לחיצים בעבודה (לחץ מהמנהלת לקראת מיצב ) רינת מרגישה שהיא זקוקה לשינויי. מרגישה כי כל החיים היא מרצה את כולם ולא נותנת זמן לעצמה לטענתה התפרצות מחלת הקרהון היא ביטוי פיזי לכך.

רינת דיברה במפגש הזה בשטף, היה נראה כי היא מחפשת "אוזן קשבת" ורצון לפרוק.

חלק גדול מהמפגש נועד לאינטק זה. רינת בעיקר דיברה. עצרתי מידי פעם לשיקוף, הדהוד ושאלות הבהרה. הרגשתי שכך נכון לה.

לקראת סיום עברתי לפרוטוקול מקוצר של IEMT

1. כשאת חושבת על אבא שלך איזה רגש עולה בך?

ת. מרגישה זעם, מרגישה מנוצלת

2. מיקדתי אותה בתחושה. תחושת המנצלת עלתה החזק

3. עוצמת הרגש בין 1 ל10 . עד כמה חזק הרגש

ת. 10

4. עד כמה מוכר הרגש הזה

ת. מאוד מוכר

5. מתי היית הפעם הראשונה שאת זוכרת שהרגשת את זה? יכול להיות שזו לא הפעם הראשונה אי פעם, אלא הפעם הראשונה שאת זוכרת כרגע

ת. רינת סיפרה כי היא זוכרת בגיל 16 עבדה בקיץ בחנות ירקות. ולקראת סוף הקיץ, אבא שלה התקשר ואמר לה לקנות מכספה ציוד לבית הספר לאחיה הקטנים

6. עד כמה הזיכרון הזה צולל?

ת. מאוד

ביקשתי מרינת להחזיק את הזיכרון בראש, והתחלתי לעשות עבודה עם העניים.

לאחר מספר סטים שאלתי איך מרגישה בנוגע לזיכרון.

ת. הזיכרון עדין צלול, אך נראה כי אני מסתכלת עליו מבחוץ.

7. איזו תחושה עולה בך כשאת מסתכלת עליו

ת. כועסת, רוצה למר לה להתעורר

8. עד כמה הכעס חזק מ1-10

ת. 10

9. עד כמה מוכר

ת. מאוד

שוב עבודה עם עיניים

10. עד כמה הכעס חזק עכשיו

ת. 7

11. כשאת חושבת על "מנוצלת", עד כמה זה חזק 7

12. מה היית רוצה להרגיש במקום?

ת. אהובה, שמעניקה חזרה כי היא רוצה

13. יש מקום בו את מרגישה כך?

ת. לפעמים מול הילדים שלי

14. מתי הרגשת כך?

ת. יום הולדת שלי. הילדים הפתיעו אותי עם עוגה, בלונים וסרטון

15. מה את מרגישה שאת נזכרת בכך?

ת. (מחייכת, תנוחת הגוף משתנה) מרגישה אהובה שבא לי לחבק אותם...

עבודה עם העיניים על "אהובה".

נראה כי רינת משתפת פעולה עם הטיפול, השיטה בהחלט מועילה לה.

יש מקום להתייחס לעוד נקודות שעלו, להתייחס לכעס, לתחושת הניצול, וכיצד תחושות אלו מלוות אותה בחיי היום יום מול הסובבים אותה.

לא פתחתי זאת באותו מפגש, מפאת קוצר הזמן. אך הסברתי לה כי כל סיפור וזיכרון משפיעים על הווייתה כיום. וננסה במפגשים הבאים לעבוד על כך.

היה לי חשוב שתצא ממושאבת ולכן סיימתי את המפגש בעבודת עיניים על נקודה חיובית.

קבענו מפגש נוסף לשבוע הבא. שם אעבור לפרוטוקול IMDR וניגע באמונות ליבה וזהויות