**אתי – פגישה מספר 5**

אתי היתה מאוד נסערת, אמה הגיעה בבוקר היום שהילדים התחפשו – אתי התעוררה מוקדם על מנת לחפש את 3 ילדיה הקטנים. אמה שמגיעה בכל בוקר של פורים – הגיעה הפעם עם הילדה הקטנה שהיא מטפלת בה.

הילדה שאמה הביאה איתה היתה מאוד קולנית ודרשה הרבה מאוד תשומת לב, דבר שמאוד הלחיץ את אתי. כמו כן אמה הביאה מצד אחד משלוח מנות אך מצד שני לא הגיעה רק כדי לראות את הילדים אלא באה להעביר זמן עם התינוקת שהיא שומרת עלייה.

לאחר שאתי בקשה מאמה בעדינות שתרגיע את התינוקת, האם עשתה פרצוף של "מה הסיפור שלך"?

מצד אחד לפי תפיסתה של אתי היא מביאה משלוח מנות אך גם בו בזמן היא ממש לא מבינה את הצרכים ואת הרצונות של אתי.

הסערה שאתי היתה מצויה בה לא אפשרה לה לראות את ההתנהגות הנוכחית של אמה בדיוק כפי שחוותה את אימה בילדות – חשוב היה לה שהיא תאכל ותמיד היה אוכל בבית – אבל אף פעם לא קיבלה תשומת לב או הבנה לצרכים ולרצונות שלה.

הסערה וההצפה לא אפשרו לאתי לחזור ללמוד למבחן שהיה אמור להיות באותו יום אחר הצהריים.

גם עתה שסיפרה את הסיפור – היתה מאוד מאוד נסערת.

בקשתי ממנה לקחת מספר נשימות עמוקות ושתרגיש שהיא יכולה להתבונן על סיטואציה בצורה יותר רגועה שתגיד לי.

לאחר המישאוב – ביקשתי ממנה להכנס למיינדפולנס ולהאט, מה התחושות, הזכרונות שעולות לה עכשיו כשהיא מספרת על הביקור של אמה הבוקר בביתה?

אני מרגישה שקופה – בלתי נראית – היא מספקת לי צרכים (משלוח מנות) בדיוק כפי שהיא היתה מכינה אוכל, אבל לא היתה באמת נוכחת ורגישה אליי.

שימי לב מה הדבר הבא שקורה? (מחשבות, רגשות, תמונות)

שאני לגמרי לבד בעולם הזה

בואי תשארי מעט עם התחושה הזו – מה עוד עולה?

ואז אתי אמרה שהיא מרגישה שהיא הולכת על ביצים – הן בביתה עם בעלה (שמזכיר לה כל הזמן את הבגידה) וגם אמה, שמשתדלת לא לפגוע בה....

הוספתי אמרה חוקרת – "אני ערה לכל הרצונות והצרכים שלך"

מה עולה? כאשר אני אומרת לך את המשפט הזה? "אני רואה את כל הרצונות שלך"

אתי פרצה בבכי, ואמרה, בטח את, אבל לא בעלי ולא אמא שלי הם כאלו, אבל בכל זאת אני מרגישה סוג של הקלה, איני יודעת להגיד אם זה הבכי או ההכלה שלך אותי.

מרגישה הקלה בבטן ובבית החזה.

לסיום עשינו שוב משאוב ושאלתי את אתי מה היא הולכת לעשות שונה השבוע?

היא אמרה שלא תאפשר לאף אחד לקלקל לה את שקט ללמוד . (יש לה עוד 2 מבחנים הסימסטר)