**פגישה מספר 7 – דניאלה**

דניאלה הגיעה לפגישה היום עם עייניים אדומות ועם תחושות קשות לגבי מערכת היחסים המאוד מורכבת עם אימה, שזרקה אותה מהבית מספר רב של פעמים בתור ילדה.

עתה לקראת חג הפסח – דניאלה הודיעה לאמה שהיא מתכוננת לחגוג את ערב החג עם הורי בעלה, יש לציין שהוחלט ששנה היא חוגגת עם אמה ושנה עם הורי בן זוגה ואכן גם בשנה שעברה חגגה עם בן זוגה.

אלא שהשנה – יגיעו לחגוג את ליל הסדר אחיו של בעלה מארצות הברית – היא אינה מכירה אותם וכן כל המשפחה המורחבת של האחים.

לכשהודיעה לאמה שאין בכוונה להגיע, וכמובן הסבירה את הנסיבות – אמה, קפצה ואמרה לה "אי אפשר לסמוך עלייך, ולא אכפת לך כלל וכלל מהמשפחה שלך"

דניאלה היתה באותו יום מאוד מאוד רגישה אור לעובדה שבאותו יום קבלה מחזור, והיתה לה תקרית לא נעימה עם מהחברות שלה, ורק המשפט הזה של אמה, הצליח להצית את הכעסים שחשבה שהצליחה לעבד במשך תקופות הטיפולים שעברה.

היא צרחה על אמה – "היה לי הכי טוב בתקופה שלא דברנו – הייתי הכי מאוזנת בעולם, בואי נפסיק ברגע זה את השיחה ואני מעדיפה שתעופי לי מהחיים".

ברגעים שאחרי השיחה דניאלה חשה הקלה מאוד משמעותית, היא מאוד טעונה על אמה, אבל היתה מאוכזבת מעצמה שהיא כבר מזמן "סלחה" לה והיא לגמרי במקום אחר במערכת היחסים שלה מול אמה.

היה נראה לי נכון לעבוד איתה בתהליך של ניקוי החרטה – כי דניאלה היתה מאוד מאוד נסערת.

ההחלטה להפסיק את הקשר עם אמה היה כבר לפני 6 ימים – וככל שהימים נמשכים היא מרגישה רגשות של חרטה על המשפטים הקשים שאמרה.

הזמנתי אותה למשאב את עצמה – היא בחרה במספר נשימות עמוקות וכן בקרקוע.

הזמנתי אותה לחשוב על ייצוג שעולה לה כשהיא חושבת על השיחה הקשה הזו – היא ענתה אני רואה קצר בתקשורת שיצר שריפה – תמונה מאוד מאוד ברורה.

הזמנתי אותה לשים לרגע את הייצוג הזה בצד.

בקשתי ממנה לחשוב על 5 החלטות שהיא מאוד מרוצה מהן, היא מנתה על ההחלטה להינשא לכפיר, על ההחלטה ללמוד בשנקר, על ההחלטה לעבוד במשרה חלקית כרגע – כל עוד היא מקבלת דמי אבטלה, היא העלתה עוד שני אירועים – והיא מאוד ויזואלית – ולכל אחת מההחלטות היתה לה תמונה מאוד ברורה וכמו כן הזמנתי אותה לחוש את התחושות החיוביות לגבי אותן החלטות.

הזמנתי אותה לשים את התמונות במעגל לפנייה ובאמצע להשאיר מעגל ריק.

ועתה הזמנתי אותה לשים במרכז המעגל רת תמונת החרטה ולהסתכל על כל ההחלטות.

הדבר הראשון שעלה לדניאלה היה שהיא קובעת עם אמה שיחת הסברה לא טלפונית אלא פנים מול פנים – ומסבירה לה את הטריגרים שהפעילו אותה באותה יום – וכמו כן מלבנת עם אמה גם את נושא השליפות של אמה שלא רואה אותה ואת הצרכים והרצונות שלה.

בחדות חושים יכולתי לראות – כיצד שפת הגוף, האינטונציה והבעות הפנים השתנו, היא אכן הצליחה לחוות חרטה ולתקן את הסיטואציה – היא אכן אינה רוצה לשחזר שוב את הנתק הארוך.

היה מאוד מעצים.