רחלי אישה צעירה בהריון רביעי נשואה לבעל שתומך בה ויש לה ילדים בריאים וחמודים לרחלי אין עבודה מסודרת ועל כן רוב היום בבית דבר המקשה עליה מאד. רחלי סיימה לימודים עם תואר ראשון בחינוך. כשהיא הגיע לא היה לה ברור למה היא לא מסתדרת בעבודה היו לה כמה והיא עזבה אותם מחוסר סיפוק וקושי במשמעת וכאשר הציעו לה עבודות כמו מטפלת היא הרגישה בושות

אמא של רחלי סבלה מדיכאון אחרי לידתה רחלי היא ה10 במשפחה

רחלי כבר הרבה זמן מטפלת בעצמה כבר היתה אצל כמה מטפלות. היא הגיע כאשר היא היתה מאד מתוסכלת , כועסת על העולם (וגם על ההריון שלא בא לה בזמן ולא תוכנן) במהלך הפגישות רחלי הגיע ליותר שלווה למרות שגם בפגישות עצמם היא לפעמים נשמעת התקפית.

לרחלי התברר יש קושי בנתינה וחלוקה סיפרה סיפורים על כך שבעבר היתה מחלקת דברים שלה אבל מגדירה את עצמה קמצנית בדברים שהיא מתאמצת עליהם ומתברר שבעבר כאשר היתה מחלקת משלה כנראה אביה הוא שנתן לה את הדברים.

סוגיה קשה נוספת שעלתה הרבה חוסר הידיעה מה היא באמת רוצה מעצמה איפה היא רואה את עצמה בעוד שלוש חמש שנים מכאן ובהמשך בעוד 10 הגילוי הזה של רחלי היה מרתק התברר שהיא רוצה להיות מדריכת חדר כושר ומנחת אירובי ומחול וכאשר היא גילתה את זה זו היתה הערה ענקית לרחלי שבאמת התחילה לפעול ולהתעניין בכיוון ונתן לה כיוון בחיים

נפגשנו כ8 מפגשים לפני הקיץ ואז יצאנו לחופשה ואחר כך הסגרים החגים היא היתה עם קורונה פגשתי את רחלי שבוע שעבר (ביצענו שתי שיחות טלפוניות בזמן הזה)היא עשתה פריצת דרך פנתה לווינגייט כבר היו לה תשובות כבר גייסה את בעלה. למרות ההסתייגות שלו ונתיה שלו שהיא תוציא תואר בהוראת ספורט גם בגלל השעות היותר נוחות וגם העלויות רחלי כעסה עליו עבדנו על זה בררנו מה הכוונה החיובית שלה מה קורה אם משבשים לה או אומרים לה אחרת ממה שהיא חשבה ובאמת יום למחרת רחלי דיווחה שהיא בדקה ונרשמה למסגרת הכשרה לבעלי תעודת הוראה להכשרה בתחום הספורט. רחלי דיווחה לי שהיא מאושרת מרגישה עם עצמה שהיא מתקדמת ולא נותנת לעצמה לשקוע בדכדוך שמלווה אותה לעיתים.

רחלי ביקשה שבפעם הבאה נעבוד על הקושי שיש לה עם חברה שגרה בעבר בסמיכות אליהם והיתה (כדבריה מנצלת אותה ומשתמשת בדברים שלה כולל ביגוד) נעזרת מידי הרבה בחפצים שלהם מה שהביא אותה להתעמת עם עצמה כל פעם עם הקושי בנתינה ובשיתוף . מה גם שהנושא שנוי במחלוקת בינה לבין בעלה שהוא לא מבין מה הבעיה לתת ולא ממש מבין מה קשה לה בזה והאמת שגם רחלי וגם אני לא הצלחתי עדיין להבין. (במקרה של השכנה החברה הדבר היחיד שקפץ לי שהיא מפחד על המקום שלה מול בעלה ... ניסיתי פעם לבדוק את זה ורחלי בינתיים דחתה אבל כילדה חוץ ממגע וקשר עם אמא שהיתה רוב הזמן במיטה ולעיתים במצב טוב יותר ולעיתים במצב ממש דיכאוני בחומר לא חסר לרחלי כלום.

מפגש

רחלי הגיע שוב נסערת היא די מתפזרת במפגשים קצת אסוציאטיבית ואני תמיד צריכה לרכז אותה ואז היא עושה נשימה ארוכה מוציאה אויר נאטה אומרת תודה שהחזרתי אותה לכאן ומסתערת מחדש

רחלי הביאה תסכול על הרבה דברים אבל הדבר שכרגע מציק לה שהיא מרגישה תקועה בבית עם הילדים בשלב מתקדם מאד של הריון שלא היה מאד רצוי היא שמחה אבל מרגישה תקועה מאד דיברנו על מה היא רוצה להיות כשתהיה גדולה לימדתי אותה כיצד מציבים אאוטקאם ועשיתי איתה פיצול קו הזמן איך היא תראה בעוד... לרחלי יש חלום לפתוח מכון כושר אין לה הכשרה גבוה בתחום אבל היא נמשכת לזה בדקנו עוד בסוף היא סגרה עם עצמה שהיא הולכת ללמוד התעמלות בצורה מקצועית הוראת ההתעמלות בדקתי עם רחלי אם זה נכון כרגע בגלל הלידה וכו ואולי מספיק שתלמד ארובי או זומבה או לא משנה מה ותפתח קבוצות אבל רחלי התלהבה מנקודת הסיום של פיצול קו הזמן ולא רצתה לברר

רחלי יצאה מהמפגש חדורת מוטיבציה עם תוכנית ברורה לעצמה מה היא עושה מחר...

לאחר כמה ימים רחלי התקשרה שהיא התקדמה עשתה ברור בוינגייט והחליטה ללכת על זה אבל היה לה דחוף להפגש מהר

נפגשנו וכשבדקתי עם רחלי מה בעצם כרגע עדיין מטריד אותה התברר שהרעיון של וינגייט לא היה מאד אקולוגי כי בעלה לא ממש התלהב לאחר עבודה על החלק של להתגמש ולהאזין לצרכים של האחר והאם היא מכירה את המקום הזה אצלה רחלי דיברה על בילבול ושוב איבוד הדרך אבל בסיום הפגישה רחלי ידעה מה היא הולכת לעשות מחר.... מה היא בעצם צריכה לברר

לאחר יומיים רחלי דיווחה לי שהיא נרשמה באחד הסמינרים ללימודי הוראת התעמלות שכוללל דברים שהיא אוהבת ומתחשב במצבה. רחלי היתה מאושרת כי בעלה היה תומך נלהב של השינוי והכיוון וזה עזר לה מאד

רחלי התחילה הנסיון שהיא לקחה על עצמה לא פשוט לנסוע לירושלים (אני המלצתי משהו במרכז פעם בשבוע אבל היא בחרה במשהו יותר מאתגר) יותר מפעם בשבוע אני מקווה בשבילה שהיא תעמוד בכך היה לה חשוב להתחיל עוד לפני הלידה

רחלי ילדה בשעה טובה בן חמוד ויצאנו לסגרים לפני כמה ימים רחלי התקשרה ראשית לספר כמה היא מאושרת כי היא צריכה לתרגל לקראת המבחן שעומד להיות היא רוקדת כל ערב ומזמינה נערות או ילדות על מנת לתרגל ובכל זאת רוצה שוב מפגש היא צריכה תמיכה וליווי תמידי. (אני יודעת שלרחלי אין כסף בטח לא עכשיו שהם לקחו על עצמם את עלות הלימוד שבהחלט יקר להם.)