**דוח מספר 10 – נטע כהן (טיפול בקליניקה 1/2/2019– מטופלת א')**

דוח המשך לדוח מספר 2 ו-6

1. מטופלת בת 47, נשואה עם ילדים, נמצאת ברומן סודי עם גבר בן 60

מרגישה מאוד מבולבלת כי:

* מצד אחד הזוגיות שלה בבית כבויה, הרבה שתיקות בקשר (של שבועות), תחושת מתח ותקשורת פוגעת. טוענת שבעלה על הספקטרום (לא מאובחן אבל לה זה ברור)
* מצד שני חשוב לה לשמור על התא המשפחתי עבור הילדים, כמו כן יש לה חמלה כלפי בעלה והיא חוששת שאם תעלה אפשרות לגירושים בעלה יישבר וינקוט במהלכים קשים (דכאון, התאבדות) ובנוסף, היא חוששת להיות לבד (דימוי עצמי נמוך ותחושת תלות).
* מצד שלישי יש לה רומן כבר מספר שנים, ששומר עליה חיונית ומסופקת והיא חיה חיים כפולים (כנגד ערכים שחשובים לה בחיים – אהבה, חברות, אוטנטיות, נאמנות).
1. הגיעה לטיפול כדי לקבל החלטה בנושא הזוגיות – **מה לעשות בתחום הזוגיות** (עם הבעל ועם המאהב).
2. המטופלת שיתפה שעברה טלטלה אחרי המפגש האחרון שבאה לידי ביטוי בסיטואציות מורכבות מול בעלה.
3. בנוסף, אמרה שהתחילה למלא את עולמה הפנימי כדי להרגיש פחות תלויה ולבדוק "גבולות":
	1. התחילה לעשות צעידת בוקר מידי בוקר ב-6:00 (כדי להתאוורר וגם כדי לא לראות את בעלה בבוקר)
	2. ישנה במשך 3 לילות במיטה נפרדת (ובעלה לא שאל כלום)
4. שיקפתי למטופלת משפטים סותרים שנאמרו במהלך המפגשים האחרונים ושיקפתי לה שזה מייצג חלקים שונים בתוכה:

|  |  |
| --- | --- |
| אנחנו לא מתאימים אין בנינו חברות, אנחנו מתנהלים כמו שני שותפים בחמ"ל | אני רוצה שיהיו לנו יותר תחומי עניין משותפים ולצחוק ביחד |
| אני לא רוצה להישאר הזוגיות מתוך רחמים | אני מרחמת על בעלי |
| משהו בנינו מתאני לא אוהבת אותואני לא יכולה לסבול את הנוכחות שלואני רוצה כבר להיות רגע אחרי הטלת הפצצה | אני עדיין נמשכת אליואני שוקלת ללכת לטיפול זוגי – כדי לתת צ'אנס לקשר |
| בעלי אדם מוזר מאוד, לא מתקשר, לדעתי על הספקטרום, חדרתי ודכאוני | בעלי אדם מדהים, אדם טוב ונאמן, חרוץ וחכם |
| בעלי לא רואה אותי ואת הצרכים שלי, מתייחס אליי כאל מובנת מאליהרוב הזמן אנחנו לא מדברים ויש כעס ומרמור בנינו – אי אפשר לדבר איתו | בעלי מאוד משתדלכשקשה לי ואני מתמוטטת, בעלי ול תומך בי |
| בעלי מקטין אותי ומבייש אותי מול הבנות – תחושה של השפלה מרוב השקטאנחנו נותנים דוגמא אישית לא טובה | חשוב לי להציג מודל זוגיות טוב לבנות שלי |
| יש לי חמלה כלפיו | אני מרחמת עליו |

1. ביקשתי שהיא תחשוב על ייצוג ויזואלי לכל חלק (היה לה קשה מאוד) ומה שעלה בסוף זה:
	* "מלכה" - לחלק שמייצג את העמודה הראשונה
	* לכלוכית - לחלק שמייצג את העמודה השנייה
2. החלק של **המלכה** אומר לה "שימי זין על העולם, שהכל יתפוצץ ואסתדר עם מה שיהיה כי אני חזקה ושלמה"
3. החלק של **לכלוכית** אומר לה "תישארי עם בעלך, זה ייתן לך רוגע ובטחון כלכלי, תחשבי על עצמך, אכלת מספיק קש, למה שתוותרי על הבטחון הכלכלי עכשיו ובנוסף, ככה את מצטיירת טוב בעיני ילדייך וזה מנקה לך את המצפון (אם תעזבי אותו אולי הוא יעשה נזק לעצמו וזה יהיה על מצפונך כל החיים"
4. שיקפתי לה ששני החלקים רוצים אותו דבר - לשמור עליה
5. המטופלת לא הצליחה למצוא הרמוניה או חיבור אמיתי בין שני החלקים

**סוף פגישה –**

המטופלת שיתפה שהשיח עם החלקים הוציא אותה מחוזקת כי היא מבינה שזה לא שהיא מבולבלת אלא שיש בה כמה חלקים. ומיד אח"כ טענה שהיא מרגישה כאילו היא מוותרת על עצמה, שהיא יפה מבחוץ וקרובה מבפנים...

**שאלה** – אשמח להכוונה איך מומלץ להמשיך, אני מרגישה שכל מה שהמטופלת רוצה זה לפרוק ולהכניס אותי לתוך הבלבול שלה. היא מאוד מתקשה לענות על שאלות שאני שואלת ומנהלת מונולוג בלתי נגמר בכל פגישה.