**דוח מספר 3 – נטע כהן (תרגול סשיין עם רותי)**

1. מטרת הסשיין – קבלת החלטה האם לצאת לפנסיה או להמשיך לעבוד בבית חולים כמיילדת עוד כמה שנים.
2. רקע: רותי בת 61, עובדת כמיילדת בבית חולים שנים רבות. לא מסתדרת עם האחראית, חווה עייפות ועצבים מול המערכת.
3. כמה רוצה לעזוב? 9
4. קיימתי שאלון **תוצאה מעצימה**:

* לגבי השאלה הראשונה – "מה רוצה להשיג" – לקבל החלטה אם לפרוש לפנסיה כרגע או לחכות.
* למה לפרוש – כי מרגישה עצבנית, עייפה ושחוקה מעבודה במשמרות, לא נעים לי בסביבת העבודה וגם רוצה להתפתח בתחום הטיפולי ולעבוד עם נשים שחוו טראומה בלידה.
* למה לא לפרוש – כי יש לי כרגע שקט כלכלי ופרישה תקטין משמעותית את ההכנסה ולא תאפשר לי לשמור על אותה רמת חיים ואותה יכולת לעזור לילדי כלכלית. כי אוהבת את מקצוע המיילדות וחווה שליחות בעיסוק.
* המשאבים שעומדים לרשותה הם:
  + אפשרות לעבוד במשרה חלקית להשלמת הכנסה
  + רצון לחזק צד טיפולי – לטפל בטראומות לידה
* המשאבים החסרים:
  + עצמאות כלכלית – כיום מרוויחה מעט כסף יחסית לבעל וטוענת שלא תוכל להחזיק את עצמה ולכן רוצה לחפש אפשרויות להגדלת השכר שלה.
  + אומץ לעשות שינוי, להתקדם בתחום הטיפולי ולשווק את עצמי.
* כשהיא תשיג את המטרה ותתפתח כמטפלת עצמאית יהיה לה סיפוק עצום, יותר זמן פנוי, רוגע, סדר יום (ללא משמרות לילה).
* מה שעוצר אותה כרגע מלקבל החלטה זה בטחון כלכלי והיכולת שהעבודה מאפשרת לה לתמוך בילדים ולנהל שגרת חיים מפנקת (טיסות לחו"ל, מתנות לנכדים וכו').

1. עברנו **לעבודת חלקים**:
   * דיברנו על החלק בה שרוצה להישאר בעבודה – שהכוונה החיובית שלו היא נתינה, שפע ובטחון כלכלי. ייצוג ויזואלי – מדי מיילדת
   * ועל החלק שרוצה לצאת לפנסיה שהכוונה החיובית שלו היא התפתחות אישית, רוגע, שלווה ונתינה. ייצוג ויזואלי – חדר טיפולים (קליניקה)
   * ראינו שהכוונות של שני החלקים דומות וניהלנו שיחה בין שני החלקים.
   * בשיחה מדי המיילדת אמרו "שימי אותי בצד" והקלינקה אמרה "הסיפוק איתי יהיה גדול יותר כי תגיעי לנשים שחשוב שתגיעי אליהן ותעזרי להן.
   * המסקנה שרותי קיבלה מהשיחה בין שני החלקים היתה "תקפצי למים"