

פרק ו'

בעיות רגשיות

פרק ו' - בעיות רגשיות

מבוא לטיפול בבעיות רגשיות

47. הפרעות שינה וקושי להירדם
 48. דיבור תוך כדי שינה או חלימת יתר
 49. סיוטי לילה
 50. הרטבת לילה
 51. אי שליטה ביציאות במשך היום
 52. אי שקט
 53. כעס ואלומות
 54. תסכול והתמרמרות
 55. מצמוץ תכוף בעיניים (טיקים) או תנועות שרירים לא רצוניות
 56. היפר אקטיביות
 57. פחדים, חרדות ובהלה
 58. התקפי חרדה
 59. אדישות, חולמנות
- טבלת השוואה - בעיות רגשיות

מבוא לטיפול בבעיות רגשיות

i. כללי

ii. הרובד הרגשי - עודף מול חוסר

iii. הרובד הרגשי בראי חמשת האלמנטים

iv. איברים מעורבים בחוסר איזון רגשי

v. רוח רגשית (gui) - הקשר בין טראומות ובעיות רגשיות

vi. תגובת יתר בטיפולים רגשיים

vii. קשר עם ההורים

viii. אבחנה

ix. דרכי טיפול

x. נקודות אפשריות לטיפול ברובד הרגשי

xi. תזונה מומלצת למצבים רגשיים

xii. עיסויים מומלצים במצבים רגשיים

בילדים החלק הרגשי חשוף ואינו מוסתר מאחורי חומות הגנה ועכבות. עובדה זו מאפשרת הערכה מדויקת יותר של המצב הרגשי ויכולת לאזן רובד זה יחסית בקלות.

מצבם הרגשי של ילדים סובל מחוסר יציבות מלכתחילה. היאנג והדינמיות מאפיינים גם את המצב הרגשי. הרגשות נעים כמטוטלת מצד לצד. דינמיות זו של הרגשות משפיעה במהירות גם על החלק הפיזי, והגוף כולו עלול לצאת מאיזון בקלות יחסית.

ההגדרות למצבים הרגשיים הן פחות ברורות מההגדרות למצבים הפיזיולוגיים. חרדה, לדוגמה, יכולה להתבטא בחולשה אך גם במופעים של תוקפנות. אבחנת הדופק עושה סדר ועוזרת לנו להבין את חוסר האיזון האנרגטי. ההצעות לטיפול במצבים הרגשיים המוצגות בהמשך צריכות להיות מגובות באבחנת דופק תואמת, בפרט כאשר משתמשים בטכניקת פיזור. כלל זה נכון לכל טיפול, אך שבעתיים ברובד הרגשי.

ii. הרובד הרגשי - עודף מול חוסר

הטיפול ברובד הרגשי מתחלק לשתי קבוצות בסיסיות, מצבי עודף ומצבי חוסר.

מצבי העודף נוטים להתבטא בחום, בכעס, באלימות, בהיפראקטיביות, בחוסר ריכוז, בחוסר סבלנות ועוד. מצבי החוסר מתאפיינים בפסיביות ובחולשה כללית ובאים לידי ביטוי בחוסר ביטחון, במופנמות, בהימנעות, בפחדים ובחרדות.

iii. הרובד הרגשי בראי חמשת האלמנטים

א. אלמנט העץ

היאנגיות, הסקרנות, החקירה, גילוי מחוזות חדשים בעולם הרגשי והתפתחותו של עולם זה קשורים לאלמנט העץ. מרבית הבעיות המאפיינות עודף, יהיו קשורות לעץ בשל הקשר ליאנגיות ולחום המאפיינים את תקופת הילדות. הדינמיות של המצב הרגשי, המעבר מצחוק לבכי בשבריר שנייה, העוצמה של הרגשות והחצנתם, כל אלו מעידים על מעורבותו של אלמנט העץ.

i. כללי

ברפואה הסינית הגוף והנפש שלובים זה בזה ולפיכך גם בעיות פיזיות ורגשיות שלובות אלה באלה. איזון הרובד הרגשי הוא חלק חשוב בכל ריפוי של בעיה מערכתית. כאשר הנפש מאוזנת היא מאזנת את הגוף ולהפך. כאשר ישנה בעיה מערכתית והיא מטופלת באופן סימפטומטי בלבד, ללא איזון הרובד הרגשי, הסימפטומים עלולים לחזור או להופיע באופן שונה. חוסר האיזון הרגשי יהיה בדרך כלל מקור הבעיה, ואילו התסמין הפיזי משקף את הניסיון של הגוף להתאזן.

השאיפה הטיפולית היא לאזן ברמה העמוקה ביותר. הרובד הרגשי משויך לרבדים העמוקים. התסמינים שייכים לרובד הגלוי. טיפול בתסמינים נוטה להתמקד ברמה הערוצית או המקומית, כדי להקל על הסימפטום.

טיפול רגשי מתאפיין ברצון לאזן את המצב הרגשי ופחות את הסימפטומים הפיזיים. בחינת התקדמות הטיפול מול ההורים נבחנת לאור מצבו הרגשי של הילד. כמובן שאם הסימפטומים הם אקוטיים או מאוד מפריעים יש לתת להם מענה, אך ככלל - הטיפול מתמקד במצב הרגשי.

ב. אלמנט האש

אלמנט האש קשור לציר היצירה¹ יחד עם אלמנט המים ולכן הוא מאוד יציב. אלמנט האש אחראי על התפתחות האדם בכל הרבדים: הפיזיים, הרגשיים, המנטליים והרוחניים. התבונה המאפשרת את התפתחות האדם מילד לבוגר משויכת לאלמנט האש. לילדים יש מצפן פנימי שמוביל את התפתחותם הפיזית ואת הרגשות הנלווים להתפתחות זו. תופעות רגשיות שנראות במבט ראשון כבעיה או כחוסר איזון, מתבררות בראיה לאחור כצורך מערכתי המוביל להתפתחות ולעליית מדרגה. גיל שנתיים המאתגר, גיל ההתבגרות ועוד משברים לאורך הדרך מתבררים כהכרחיים להתפתחות בריאה.

ילדים סובלים באופן שכיח מהפרעות שינה. אמנם תהליך השינה משויך לאלמנט האש, אך בילדים חלק גדול מבעיות השינה מקורו בבעיות אחרות המאפיינות את הילדות, החל מכאבי בטן עוויתיים בינקות, כאבים הקשורים לצמיחת שיניים, דלקות אוזניים, קוצר נשימה והפסקות נשימה בשל אדנואידיס מוגדלים. בעיות אלה משבשות את מהלך השינה, אך אינן ביטוי לחוסר איזון באלמנט האש.

בגיל ההתבגרות, במעבר מפאזה העץ לפאזה האש, ישנם שינויים בהרגלי השינה. שעות השינה הרבות המאפיינות את גיל ההתבגרות מאפשרות את ההתפתחות הפיזית והרגשית האופיינית לגיל זה, בדומה לתקופת הינקות שגם בה מתרחשים שינויים פיזיים ורגשיים משמעותיים.

ג. אלמנט האדמה

אלמנט האדמה חלש בילדים. הביטוי לחולשה ברובד הרגשי הוא התלות המוחלטת של הילד באמו בגיל צעיר. עוד בהיותו עובר הוא חווה ביחד איתה כל חוויה רגשית שהיא חווה. חלק גדול מהטראומות אצל ילדים צעירים מקורם בשלב העוברות, בטראומות שחוותה האם. ראה בהמשך: טראומות מן העבר, בעמוד 252.

אלמנט האדמה מהווה את הקרקע אליה מחוברים הרגשות שלנו. יציבות האדמה חיונית לקשר שבין המצב הרגשי והמציאות. חולשה של האדמה גורמת לרגשות לסבול מחוסר יציבות.

1- ראה: ציר החיים וציר היצירה, בעמוד 26.

בספר זה כמעט וכל חוסרי האיזון מוגדרים ברמת האיברים, אך בטיפולים ברובד הרגשי, מתבקש איזון של האדמה בשל הקשר ההדוק שבין יציבות האדמה ויציבות הרובד הרגשי.

ראה: חיזוק האדמה, בעמוד 329.

ד. אלמנט המתכת

אלמנט המתכת הוא אלמנט חלש בתקופת הילדות. הוא חלש כחלק מחוסר האיזון של ציר החיים המתפתח עם השנים. מבחינה רגשית אלמנט המתכת עוזר להפריד בין טפל לעיקר, בין האני והסביבה, הוא מאפשר לרסן ולהפנים במידת הצורך. יכולות אלו עדיין אינן מפותחות בילדים. אלמנט המתכת, נמצא מול אלמנט העץ המתפרץ, הבקרה הטבעית שהמתכת צריכה לבקר את העץ היא חלשה עדיין. בחיי היומיום תפקידם של ההורים הוא להשלים את הבקרה של המתכת על העץ, תפקיד שבא לידי ביטוי בהצבת גבולות לילד שבאופן טבעי מושפע מנטיית העץ להתפרץ.

הרגש המשויך לאלמנט המתכת הוא העצב. בילדים העצב הוא זמני והשמחה סוחפת אותם הלאה, ילדים שנראים עצובים וירודים, סובלים בדרך כלל מחולשה כללית, ופחות מחוסר איזון של אלמנט המתכת.

ה. אלמנט המים

פחדים וחרדות הקשורים לחולשה של אלמנט המים מאוד אופייניים לתקופת הילדות. מרבית הילדים סובלים בשלב זה או אחר של התפתחותם מפחדים ומחרדות, עד כדי כך שפחדים נחשבים כמשהו שמאפיין ילדים באופן טבעי ואינו מצריך טיפול.

אלמנט המים קשור לציר היצירה והוא חזק, יציב ושופע בילדים. לכאורה גם המנעד הכולל ביטחון עצמי מצד אחד ופחד וחוסר ביטחון מן הצד השני אמור להיות יציב, אך בפועל חלק גדול מהבעיות הרגשיות הקשורות לחוסר וחולשה קשורות לאלמנט המים.

האדם הוא חיה שהיצר הבסיסי והראשוני שלה הוא הישרדות. התפיסה הראשונית והבסיסית שלנו היא פחד להיטרף, בדומה למרבית החיות, למעט אולי טורפי העל. ראשית אנחנו דואגים לא להיות בסכנה, ולאחר מכן אנו מתפנים למציאת אוכל והתרבות. הפחד מובנה בתוכנו כיצר הישרדות. מגיל צעיר אנו מפתחים ומשכללים רגש זה ומנסים להביאו לכדי איזון.

iv. איברים המעורבים בחוסר איזון רגשי

- א. LIV
- ב. KID
- ג. HT
- ד. PC
- ה. ST
- ו. SP
- ז. SI
- ח. BL

א. LIV

רגשות באים לידי ביטוי ב-LIV, וילדים נמצאים בפאזת העץ שלהם, לכן ה-LIV - האיבר הייני באלמנט העץ, קשור באופן כללי לאיזון הרובד הרגשי.

חלק גדול מהביטויים של חוסר איזון רגשי קשורים ל-LIV: כעסים, תסכולים, אי שקט, סיוטים וחוסר ריכוז. גם מאפיינים יותר פיזיים, כמו: נזלת, שיעול, קוצר נשימה, דלקות אוזניים ועוד, הם סימפטומים שעלולים להיות תוצר של המצב הרגשי הבא לידי ביטוי ברקמות הריריות¹ הקשורות ל-LIV.

מצבי חוסר האיזון הרגשיים של ה-LIV שייכים ברובם למצבי עודף:

1. חום ב-LIV

מאפיין מצבים פתולוגיים רבים השכיחים אצל ילדים, בשל החום המאפיין ילדים ומאחר וה-LIV מטבעו נוטה לצאת מאיזון במצבי חום. הסימפטומים הרגשיים המאפיינים מצב זה הם נרגנות, כעס, אי שקט, אלימות, חוסר ריכוז, פעלתנות יתר, קושי להירדם ושינה לא רציפה.

זהו חוסר האיזון השכיח בקליניקה והוא גם הקל ביותר לטיפול. ככלל, מצבי עודף מגיבים היטב לדיקור, כי הדיקור מניע, וקל בעזרתו לשחרר עודפים.

ראה: איזון חום ב-LIV, בעמוד 321.

2. רוח רגשית (gui)² ב-LIV

זהו מצב בו צ'י ה-LIV אינו מעוגן ונע באופן לא יציב. ההוויה הכללית היא של אי שקט, חוסר ריכוז ופעלתנות יתרה. במצב זה קשה לילד לפתח יחסים רגשיים יציבים, עולמו הרגשי נסחף בקלות למערבולות חיצוניות והוא מוצא את עצמו נע מעלה ומטה, נתון להשפעת האירועים סביבו עם יכולת מועטה להתאים את עצמו לסביבה. המקור לרוח הרגשית (gui) יהיה בדרך כלל טראומה או משבר רגשי שהחלישו את צ'י האדמה. חולשת האדמה היא פועל יוצא של חוסר היציבות. ההתנהלות הלא יציבה של הרובד הרגשי אינה מאפשרת מנוחה, והילד נלכד במערבולת אינסופית של תנועה רגשית פנימית. התוצאה של פעילות רגשית מתמשכת זו היא יצירת עודפי חום. לכן הסימפטומים של רוח רגשית (gui) ב-LIV כוללים את כל הסימפטומים של חום ב-LIV. סיוטים במהלך השינה או תנועות גוף לא רצוניות כמו טיקים בעיניים הם סימני מפתח לרוח רגשית (gui) ב-LIV. חוסר השליטה בשרירים מקביל לחוסר השליטה של הילד במצבו הרגשי.

פירוט והסבר על רוח רגשית (gui) מופיע בהמשך, בחלק הדן בקשר שבין טראומות ורוח רגשית (gui), בעמוד 252.

ראה גם: איזון רוח רגשית (gui) ב-LIV, בעמוד 328.

3. עודף מתכת ב-LIV

מצב המאפיין מבוגרים שנוטים להדחיק רגשות, אך יכול להופיע גם אצל ילדים. התנועה האנרגטית של העודפים שמייצר ה-LIV מודחקים פנימה במקום החוצה ויוצרים עודף רב ומרוכז. הסימפטומים האופייניים הם: כעס, תסכול, מרירות ומופנמות. באבחנת גוף שכיח לראות התנהלות נוקשה של הגוף, שפתיים קפוצות וצרות, גבות מכווצות כלפי פנים והבעה כללית של כעס ועצירה.

ראה: פיזור עודף מתכת מה-LIV, בעמוד 328.

2- ראה: רוח רגשית (gui), בעמוד 252.

1- ראה: הרקמה הרירית, בעמוד 30.

4. חולשת LIV

פחות מאפיינת ילדים. לעתים היא חלק מחולשה כללית או חולשה של ה-KID. החולשה באה לידי ביטוי בקושי להתחיל באופן כללי, קושי להתעורר בבוקר, קושי להתרכז בלימודים, רביצה מול הטלוויזיה וחוסר חשק למאמץ או פעילות חברתית.

ראה: איזון ותמיכה ב-LIV, בעמוד 324.

ב. KID

חוסרי האיזון הקשורים לאספקט הרגשי של ה-KID באים לידי ביטוי בבעיות המתאפיינות בחולשה ופסיביות, בניגוד לבעיות הרגשיות הקשורות ל-LIV שבאות לידי ביטוי בעודף ובאקטיביות. המופע השכיח בחוסר איזון של ה-KID הוא פחדים וחרדות.

ילדים רבים סובלים מפחד. צ'י המים וצ'י ה-KID חזקים אצל ילדים, ולכאורה הם אינם אמורים לסבול מפחדים. אך בפועל פחד מאפיין את תקופת הילדות (עניין זה כבר הוזכר בפרק זה בחלק הדן באלמנטים (ראה: אלמנט המים, בעמוד 248).

תחושת פחד שאינה מרפה קשורה בדרך כלל לאירוע מהעבר. עוצמת הפחד תלויה בעוצמת האירוע, ומנגד בחוסנו של הילד. ילדים יכולים להיפגע מאירוע שבעולם המבוגרים יכול להיחשב שולי וחסר השפעה. כאשר הפחד מגיע למימדים של טראומה הוא משאיר חותם בגוף והופך לחלק מההוויה היומיומית.

פחד הוא מצב בו מפחדים ממהו מוגדר כמו חושך, חיות או זרים. חרדה היא מצב בו יש הרגשת פחד שיכולה להופיע במצבים שונים ללא קשר לאירוע מסוים. יש הרגשה כללית שמהו לא בסדר, שמהו רע עומד לקרות. מצב זה מאוד מחליש כי אין גורם שאפשר להתעמת מולו - הפחד נמצא בכל מקום. הורים רבים מתייחסים אל פחד או חרדה כאל "פחד של ילדים", תופעה שהיא חלק הכרחי מהתפתחותו של הילד ושאינו צורך לטפל בה. גישה זו אינה נכונה כי הפחד והחרדה מחלישים ומעכבים ויש לטפל בהם ובעדיפות ראשונה. חרדה שאינה מטופלת בגיל צעיר הופכת להיות נדבך בבסיס הרובד הרגשי של הילד, בסיס שעליו מתפתחת אישיותו. הפחד והצורך להדחיק את הפחד, הופכים להיות חלק מאישיותו של הבוגר לעתיד.

בקליניקה - הילדים עם פחדים בדרך כלל יציגו דופק חלש או רוח רגשית (*gui*)¹ בעמדת ה-KID. כאשר מורגשת חולשה בדופק של ה-KID מתבקש לברר אם הילד סובל מפחדים. הקשר בין תמונת הדופק והמצב הרגשי הוא הדוק. כאמור, רבים מן ההורים אינם מגדירים פחדים כבעיה שיש לטפל בה. לנו כמטפלים, הטיפול בפחדים אם ישנם, יהיה המפתח לאיזון.

מצבי חוסר האיזון הרגשיים של ה-KID:

1. חולשת KID

מאפיינת את המקרים הקלים של פחדים. בדרך כלל הגוף מתגבר על חולשה זמנית זו והתופעות הרגשיות חולפות. לדוגמא, חולשה שלאחר מחלה יכולה לבוא לידי ביטוי בפחדים ובחוסר ביטחון, אך היא חולפת לאחר זמן קצר. חולשה של ה-KID יכולה להופיע גם כאשר יש אתגר גדול שהילד מתקשה להתמודד איתו כמו מבחן או תחרות, או בשל חוסר וודאות כמו שינוי במקום מגורים או מעבר לבית ספר אחר.

ראה: איזון חיזוק KID, בעמוד 335.

2. רוח רגשית (*gui*) ב-KID

זהו מצב בו הילד סובל מפחדים וחרדות לאחר טראומה הקשורה לפחד. ההתמודדות עם תחושת הפחד יכולה להתבטא בשתי צורות בסיסיות, בהתאמה עם המערכת הסימפתטית והמערכת הפאראסימפתטית. כאשר יש פעילות של המערכת הפאראסימפתטית הילד יסבול מפסיביות ויתנהל מתוך חשש וחרדה. כאשר תהיה מעורבות של המערכת הסימפתטית הילד יפעל באקטיביות וינהג באלימות ותוקפנות. בראי האנרגטיקה של חמשת האלמנטים הרוח הרגשית (*gui*) ב-KID ממשיכה עם מעגל ההזנה וגורמת גם לרוח רגשית (*gui*) ב-LIV. הילד יציג סימפטומים של רוח רגשית ב-KID במקביל לסימפטומים של רוח רגשית ב-LIV. לדוגמא: לעתים הילד האלים, שהוא אימת הכיתה, יפחד לחזור הביתה בחושך.

ראה: איזון רוח רגשית (*gui*) ב-KID, בעמוד 336.

1- ראה: רוח רגשית (*gui*), בעמוד 252.

ג. HT

ה- HT אחראי על ה- *shen*, הוא שייך לציר היצירה ונהנה משפע ויציבות. בילדים ה- HT מוגן ושומר היטב, לכן נדיר למצוא חוסר איזון בעמדת הדופק של ה- HT. בעיות שינה קשורות ל- HT, אך בילדים בעיות השינה משקפות בד"כ קשיים מקומיים סימפטומטיים, כמו: כאבי בטן, הנצת שיניים, ליחה וחולי.

מצבי חוסר האיזון הרגשיים של ה- HT:

רוח רגשית (gui) ב- HT

זהו מצב נדיר, בו רוח רגשית (*gui*) מצליחה לחדור את כל ההגנות ולהגיע אל ה- HT. בד"כ יהיה מדובר בטראומה משמעותית. הסימפטומים לא ממוקדים אך השפעתם תהיה מערכתית וחזקה. האבחנה המבדלת תיסמך בעיקר על הדופק. גמגום משקף טראומה שפגעה ב- HT, הלשון היא הניצן של ה- HT. טראומה הפוגעת ב- HT יכולה להיות על רקע של פגיעה מינית, או אהבה נכזבת בגיל הנעורים.

ראה: איזון רוח רגשית (*gui*) ב- HT, בעמוד 336.

ד. PC

צ'י ה- PC מקשר בין הילד לסביבתו. תפקוד זה מתפתח עם השנים ומהווה מרכיב חשוב בהשתלבות עם הסביבה. צ'י ה- PC הופך פעיל יותר עם השינוי ההורמונלי והבגרות המינית. באופן מטאפורי, צ'י ה- PC הוא החלון לעולם הרגשי שסביבנו. אם יש משהו מאוד חשוב לאדם ברמה הרגשית (התאהבות, דאגה, מבחן, משפט, סכסוך עם חבר ועוד...) האדם פותח את החלון הרגשי כי תשומת הלב הרגשית מופנית החוצה, זהו מצב של עודף. אם האדם נפגע מבחינה רגשית (נטישה, אכזבה, פרידה, פגיעה ועוד...) הוא סוגר את החלון הרגשי כדי לא להיפגע שוב, זהו מצב של חוסר. מצבי העודף באים לידי ביטוי בדופק גבוה והודף בעמדת הדופק של ה- PC, מצבי החוסר באים לידי ביטוי בדופק חלש.

מצבי חוסר האיזון הרגשיים של ה- PC:

1. עודף ב- PC

מצב זה משקף מתח רגשי הקשור לסביבה.

ראה: איזון PC, בעמוד 336.

2. חולשת PC

מצב זה משקף הסתגרות ומופנמות בשל פגיעה רגשית בעבר.

ראה: איזון ה- PC, בעמוד 336.

ה. ST

ה- ST קשור לאדמה ברמת האלמנט וברמת האנרגיות העונתיות¹. בעיות רגשיות נוטות להתבטא בקיבה ובמערכת העיכול.

רוח רגשית (gui) ב- ST

זהו מצב בו טראומה גרמה לרוח רגשית במערכת העיכול. המופע יהיה של כאבי בטן כרוניים.

ראה: רוח רגשית (*gui*) ב- SP/ST, בעמוד 332.

ו. SP

בהיותו האיבר הייני של אלמנט האדמה, ל- SP חשיבות באיזון כללי וייצוב של הרובד הרגשי.

מצבי חוסר האיזון הרגשיים של ה- SP:

1. חולשת SP

בהיבט הרגשי, חולשה של ה- SP יכולה לבוא לידי ביטוי בקושי להתרכז, בפזיזות נפש ובחוסר מוטיבציה כללי.

2. רוח רגשית (gui) ב- SP

זהו מצב בו טראומה גרמה לרוח רגשית במערכת העיכול. המופע יהיה של כאבי בטן כרוניים.

ראה: רוח רגשית (*gui*) ב- SP/ST, בעמוד 332.

ז. SI

ה- SI הוא בן הזוג ל- HT באלמנט האש ושייך לאדמה ברמת האנרגיות העונתיות.

האם תומכת ומזינה את צ'י ה- SI של הילד.

ראה: ה- SI, בעמוד 29.

ח. BL

האב מזין ותומך בצ'י ה- BL של הילד.

ראה: ה- BL, בעמוד 29.

1- ראה: אנרגיות עונתיות, בעמוד 49.

v. רוח רגשית (gui) - הקשר בין

טראומות ובעיות רגשיות

במקרים היותר קשים, או במקרים בהם הטראומה התרחשה בגיל צעיר מאוד. הילד מתקשה להתמודד עם הטראומה והוא נאלץ להדחיקה. בילדים קל מאוד לזהות את חוסר האיזון. הוא מופיע בדרכים שונות ומשתקף היטב באיכות השינה. השינה משקפת את המצב הרגשי. מצב בו הגוף חווה רטט מתמשך של חוסר איזון מודחק, מתבטא כרוח רגשית (gui).

ראה: הפרעות שינה וקושי להירדם, בעמוד 260.

ב. טראומות מן העבר

טראומות מן העבר עוברות במשפחה ולפיכך מקורן אף לפני שלב העוברות. הטראומה יכולה לעבור ברמה התאית. כל תא מתאי הגוף חווה את הטראומה, גם הזרע או הביצית נושאים את תדר הטראומה ומעבירים אותו הלאה לדור הבא. דרך נוספת בה עוברת טראומה מן העבר היא בהקרנה שמקרינים הורים מעצם היותם קרובים לילד.

במהלך ההריון העובר חשוף למצבה הרגשי של האם. כאשר האם חווה טראומה, הילד חווה את הטראומה איתה, אך כאשר היא נרגעת בעזרת ההבנה, אין לעובר את היכולת להבין. ההבנה שאפשר להירגע כי הסכנה חלפה מגיעה מהרובד השכלתני, ההגיוני, זה המבוסס על ניסיון העבר, ואילו העובר חסר יכולת זו לחלוטין.

לדוגמא: אישה בהריון הולכת ברחוב ומחליקה על המדרכה, הבטן שלה נחבטת בזווית המדרכה והיא נכנסת לחרדה והיסטריה מחשש שהעובר נפגע. העובר חווה את הפחד ביחד עם האם. לאחר מספר דקות, העובר מתחיל לנוע והאישה מרגישה שהתנועות רגילות, היא נרגעת - מבינה שהעובר לא נפגע, קמה, מאבקת את בגדיה וממשיכה בדרכה, שמחה שלא קרה כלום. העובר חווה עם האם את הפניאקה והחרדה, אך תדר החרדה ממשיך להדהד. בדומה לכלבלב שילדים התעללו בו, וגם לאחר שנים רבות עם משפחה אוהבת, הוא מרכין ראש בפחד בכל פעם שניגשים ללטף אותו - הטראומה נחרטה, הכלבלב לא הצליח לעבד את הטראומה והפחד ממשיך ללוות אותו.

טראומה יכולה להתרחש בכל גיל, אך ככל שהילד צעיר יותר, כך הוא חשוף יותר מבחינה רגשית והטראומה יכולה לחדור לרבידים עמוקים יותר ולתפוס שם מקום של קבע.

א. טראומה

ב. טראומות מן העבר

ג. טראומה מתמשכת

ד. רוח רגשית (gui)

ה. האם כל טראומה בעבר יוצרת רוח

רגשית (gui)?

ו. מה מקורו של המונח רוח רגשית (gui)?

ז. הקשר בין טראומה ורוח רגשית (gui)

ח. סיבות שכיחות להתפתחות רוח רגשית (gui)

ט. אבחנה של רוח רגשית (gui)

י. תיאור המונח רוח רגשית (gui) להורים

יא. מה המשמעות של טיפול לאיזון רוח

רגשית (gui)?

יב. טיפול לאיזון רוח רגשית (gui)

יג. דגשים ואזהרות לטיפול בטכניקת איזון רוח

רגשית (gui)

א. טראומה

טראומה היא אירוע בו הילד נמצא במצוקה עד כדי איבוד המרכז של עצמו וניתוק חלקי מהאדמה - מהמציאות. כשאנחנו הולכים ברחוב עם גביע גלידה ופתאום קופץ עלינו כלב גדול ושחור, אנחנו נבהלים, עובר בנו רעד, הבהלה משתקת אותנו. לאחר מספר שניות אנחנו מבחינים שהכלב אומנם גדול ושחור אך הוא ידידותי ורק רוצה לק מהגלידה. ייקח לנו עוד דקה להירגע. בזמן הרגיעה עוד אפשר להרגיש את רטט גלי הפחד שהכה בנו שוכך אט אט. הרגליים שנחלשו באופן מידי וקצת רועדות, מתחילות להתייבב. הבהלה אחזה בנו ועכשיו היא מרפה. אנשים רגישים יהיו דרוכים גם כמה ימים אחר אירוע כזה וכל תנועה פתאומית עלולה להחריד אותם.

זוהי טראומה מאוד קלה, וברוב המקרים הגוף מצליח להתאזן לאחר זמן קצר. אך אם האירוע קשה יותר, או שהילד מאוד רגיש, או חלש, הטראומה יכולה לאחוז למשך זמן רב יותר, ובמקרים קיצוניים אף יכולה להשאיר את אותותיה לשנים רבות.

ג. טראומה מתמשכת

טראומה מתמשכת היא מצב בו הילד סובל באופן רציף מלחץ רגשי. הלחץ יכול להיות קשור למסגרת שבה נמצא הילד במשך היום, ללחצים בתא המשפחה, או למתח ממקור אחר הממשיך להיות פעיל בהווה. במקרים אלו של טראומה מתמשכת, הטיפול עוזר בדרך כלל לתקופה קצרה שלאחריה הסימפטומים חוזרים מאחר והמקור לבעיה ממשיך להיות פעיל. אם הילד טופל ומצבו הוטב לזמן קצר, מספר פעמים, הרי שכיוון הטיפול נכון, אך כנראה שיש גורם שמעמיס על הילד את חוסר האיזון באופן פעיל ומתמשך. במקרה כזה אין טעם לטפל בילד שוב ושוב אלא יש לתת את הדעת על מקור הבעיה.

ד. רוח רגשית (gui)

רוח היא סמל המייצג דינמיות, חוסר יציבות, הפכפכות, ניתוק מהקרקע, תנועה כאוטית ללא מרכז, לעתים לולאתית - חוזרת על עצמה ללא תכלית.

המושג "רוח רגשית" מתאר חוסר יציבות ברובד הרגשי. הרגשות אינם מעוגנים לקרקע ומתקשים להסתנכרן עם המציאות. מתחולל שינוי תדיר במצב הרגשי, הוא לא יציב ומוסט בקלות מהשפעות חיצוניות, בשל החיבור הקלוש לקרקע המציאות. המנעד יכול לנוע מחוסר ריכוז ועד להפרעות התנהגותיות אובססיביות.

חוסר היציבות מושרש כחלק מהתנהלות הגוף. לגוף קשה להתאזן ללא עזרה, כי חוסר האיזון הופך להיות חלק ממנו.

ה. האם כל טראומה בעבר יוצרת רוח רגשית (gui)?

בהחלט לא. לילד יכולת טבעית לעבד את הטראומה בכוחות עצמו ולהתאזן, אך במרבית מהמקרים המגיעים לקליניקה ומאובחנים כרוח רגשית (gui) אפשר להצביע על טראומה משמעותית בעבר.

ו. מה מקורו של המונח רוח רגשית?

רוח רגשית הוא מונח המקביל למושג gui בסנינית או Ghost באנגלית. השימוש במונח gui הוא בעייתי כאשר צריך להסביר אותו למטופלים.

מקורו של המונח gui הוא בסין העתיקה. כדי להבין יותר את משמעותן של רוחות בתרבות הסינית צריך לחזור אחורה לסין העתיקה, שם שלטה "מסורת האבות". בסדר החברתי הסיני, יש מקום של כבוד לאבות המתים שלהם תפקיד חשוב בשמירה על ההרמוניה ועל האיזון עם העולמות שמעבר. בסין העתיקה ישובים רבים היו מעין חמולה גדולה עם קשרי דם. המבוגרים נהנו מכבוד רב, וכך גם המתים. האבות המתים היו חשובים כי הם איזנו את הכפר ברמה השמימית. לזכר האבות היה בכל בית מקדש קטן בו היו מאכילים את האבות מדי יום בפנכת אורז, מקטירים קטורת ומתפללים לשלומם. הטקסים היו מדוקדקים, וטעות או הזנחה בעריכת הטקסים הייתה יכולה להיות עילה לפורענות מצד האבות המתים - כך האמינו החיים. כאשר משהו היה משתבש, שטפון, בצורת, שריפה, או מחלה של אחד מבני המשפחה. הסברה הייתה, שהקשר עם הצי השמימי לא תקין. משהו לא כשורה מרגיז את האבות והם מביעים את מורת רוחם בכך שהם מענישים את בני המשפחה החיים. כאשר החולי היה רגשי או מנטלי אפשר היה להניח שאחת הרוחות, שלא מצאה מנוחה, חדרה לגופו של החולה והיא משבשת את דעתו. הטיפול באדם שרוח חדרה לגופו הייתה על ידי גירוש הרוח במגוון טקסים. גם בדיקור נמצאו הכלים לצורך זה.

סן סימיו (Sun Simiao - 581-682 AD) - מטפל מהמאה השישית לספירה, ריכז לראשונה את הנקודות לטיפול ב-gui. המילה gui מופיעה בשמן של כל הנקודות.

ז. הקשר בין טראומה ורוח רגשית (gui)

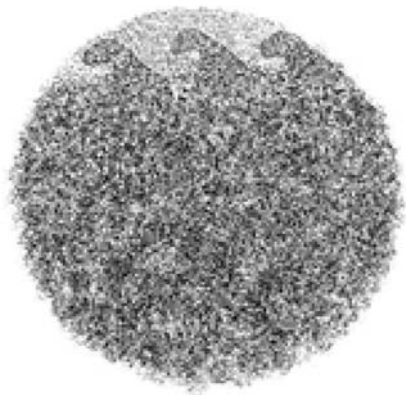
המונח gui בא לתאר מצב בו הרובד הרגשי סובל מחוסר יציבות. טראומה גם היא גורמת למצב בו הרובד הרגשי סובל מחוסר יציבות.

ראה: נספח י' - "על שדים רוחות וילדים", בעמוד 412

ח. סיבות שכחות להתפתחות רוח רגשית (gui)

בשלב העוברות

מצבה הרגשי של האם בעקבות משבר או טראומה הוא המקור הישיר לטראומה של העובר: תאונת דרכים או כמעט תאונת דרכים, בחינות באוניברסיטה, ריב עם בן הזוג, הריון לא רצוי, חשש לבריאות העובר, מתח בעבודה, מתח כלכלי ועוד...



השתקפות של (gui) בדופק

במהלך הלידה

לידה היא תהליך דרמטי ומשופע בתקלות. ירידת דופק משמעותית, היתקעות בתעלת הלידה, לידת מלקחים, לידת ואקום, בליעה של מי שפיר ועוד... למרות שניתוח קיסרי יכול להיחשב טראומטי, מאחר והוא לא טבעי, בקליניקה אין מתאם גבוה בין ניתוח קיסרי לבין תסמינים של טראומה.

בגיל צעיר

בגיל צעיר הטראומות השכיחות יהיו קשורות לבית הספר ולתא המשפחתי. מתח בין ההורים, גירושין, מחלה או מוות של אחד מבני המשפחה הגרעינית או הרחבה, קושי חברתי של הילד או אפילו של אחד האחים, קושי כלכלי, נפילה או תאונה, אשפוז בבית חולים, הליכים רפואיים קשים, סרט מפחיד, פריצה לבית ועוד...

ט. אבחנה של רוח רגשית (gui)

המופע ההתנהגותי מתאפיין בדרך כלל בסימפטומים שאינם ניתנים לשליטה בקלות או בכלל. טיקים בעיניים, תנועות גוף לא רצוניות, קולות וכחוכחים לא רצוניים, סיוטים ופחדים בשינה או ערות, אובססיות שונות ועוד תופעות שהשותף להן הוא חוסר איזון הקשור לרוב עם מאפיינים של חוסר שליטה.

כאשר מביטים בעיניים רואים את הבהלה, הפחד, הכעס או הבלבול המאפיינים את המצב בו נמצא האדם. מצב של gui הוא מצב שבו הפנים מקרינות עוד משהו מעבר לאבחנה הברורה, כאילו כפל תמונה, משהו שהוא חמקמק, לרגע ברור ולרגע איננו.

הדופק הוא המאפיין השלישי והוא נדבך חשוב, כי בדופק אפשר לחוש את ה- gui בצורה ברורה. תמונת הדופק האופיינית ל- gui היא שונה מהדפקים האחרים. בדופק רגיל אנו חשים את תנועת הדופק מעלה ומטה, ואילו במצב של gui ההרגשה היא כאילו הדופק נע גם הצידה, כמו גלים הנעים בכיוון הדיסטלי, מעמדת הדופק לכיוון האגודל. ההרגשה היא של רוח או גלים הנעים לרוחב. לעתים דופק של רוח רגשית (gui) מופיע גם בצורות אחרות, כמו הרגשת זרם, כאב שחודר לאצבע, חספוס חזק ועוד מגוון של תיאורים שהמוטיב המרכזי בהם הוא תנועה חזקה וחוסר יציבות.

י. תיאור המונח "רוח רגשית" להורים

השימוש במונח gui הוא בעייתי, כי הוא מיד מעלה תהיות והרמות גבה. המונח "רוח רגשית" יכול להיות תחליף ראוי כי הוא משקף את מהות חוסר האיזון. על מנת לעזור להורים להבין מונח מופשט זה, אפשר להשתמש במטפורות.

להלן שלושה הסברים אפשריים לתיאור המינוח רוח רגשית להורים:

הסבר ראשון

רוח היא מצב בו הגוף משתמש בצ'י בצורה לא יעילה, לא ממוקדת ולאורך זמן. כמו אדם ששוחה לא ממש טוב. הוא משתמש בהרבה כוח, תנועות ידיים חזקות ולא מדויקות, הראש נע מצד לצד בפראות, הנשימה מהירה ושטחית, ולמרות כל המאמץ הוא כמעט לא מתקדם, מה שרק מגביר את התסכול, החשש והפאניקה.

הסבר שני

תאר לעצמך שאתה צף מעל הרצפה, כמו בלון, כל רוח רגשית, ואפילו קלה, מטלטלת אותך כי אתה לא מחובר לקרקע. אתה כל הזמן מסתובב בשל הריחוף ומתקשה למקם את עצמך מבחינה רגשית.

הסבר שלישי

כאשר סביבון מסתובב במהירות הוא יציב וכמעט לא זז ממקומו. כאשר כוח חיצוני (טראומה) פוגע בו ומסיט אותו מן המרכז, הוא מתחיל לנוע סביב המרכז במעגלים הולכים וגדלים, ומהר מאוד הוא מאבד כוח ונופל.

ישנו מתאם גבוה בין הימצאותה של רוח רגשית (*gui*) לבין טראומה מהעבר. ההבנה של הקשר בין הטראומה בעבר לבין המצב היום מאפשרת התחלה של החלמה. כאשר ההורים מבינים את המצב כפי שהוא מוצג בפניהם ומקבלים אותו, הם נרגעים. כי אם יש סיבה אז מן הסתם יהיה גם פתרון. אי ודאות הוא מצב מאוד מחליש. כאשר יש ודאות, גם אם המצב קשה, אפשר להתמודד. מצב של אי ודאות לא מאפשר התמודדות, לכן הוא כל כך מחליש.

יא. מה המשמעות של טיפול לאיזון רוח רגשית (*gui*)?

כאשר אדם חווה טראומה, יש שתי אפשרויות. באחת - הוא מצליח להתאזן ולחזור לעצמו, במקרה זה הטראומה הופכת לזיכרון נשכח. בשנייה - הטראומה הייתה חזקה ואין לו את היכולת להתאזן ולחזור לעצמו. במקרה כזה אין לו ברירה, אלא להדחיק את הטראומה ולהקטינה ככל האפשר כדי להמשיך ולחיות את חיי היומיום. הרגשות המודחקים מוכנסים באופן מטאפורי לארון כדי שלא יפריעו, אך את הארון אי אפשר לנעול, צריך כל הזמן לשמור אותו סגור. אם נפתחת הזית נוספת של התמודדות בדמות מחלה, משבר או בעיה, הגוף מתקשה לשמור את הארון סגור וחוסר האיזון מופיע מחדש.

יב. טיפול לאיזון רוח רגשית (*gui*)

בטיפול לאיזון רוח רגשית (*gui*), אנו פותחים באופן יזום את הארון מתוך מטרה להציף את הטראומה, לעבד אותה מחדש ולהוציאה מתוך הגוף. זהו מהלך שהגוף לא מסוגל לעשות ללא עזרה כי הוא נוגד את המהלך הטבעי של הגוף. זהו גם כוחן של הנקודות לאיזון רוח רגשית - היכולת להציף את הטראומה ולעבד אותה מחדש. התגובה היא דרמטית. הטיפול גורם לתגובת יתר לטיפול בשל הצפת הטראומה מחדש אך גם איזון שהוא משמעותי ביותר.

הטיפול הוא בעזרת הנקודות לאיזון רוח - *gui points* המיוחסות ל-Sun Simiao. בכתביו של סן סימיו נאמר שגברים יש לדקור קודם ביד שמאל, אין מעבר לכך הנחיה איך להשתמש בנקודות ה-*gui*. מניסיוני לאורך 15 השנים האחרונות, טיפול בטכניקת פיזור מפיק את התוצאות הברורות ביותר.

Gui Points Sun Simiao (581 - 682 AD)	
GALLBLADDER	GV-23
LIVER	GV-16
LUNG	GV-26
COLON	CV-24
STOMACH	ST-6
SPLEEN	MHN-37*
HEART	LU-11
SMALL INTESTINE	PC-8
BLADDER	PC-7
KIDNEY	CO-11
PERICARDIUM	BL-62
TRIPLE HEATER	SP-1

* נקודת אקסטרה במרכז שני כלי הדם הכהים הנמצאים מתחת ללשון - הטיפול נעשה בטכניקת דימום.

יג. דגשים ואזהרות לטיפול בטכניקת איזון רוח רגשית (*gui*)

- אלו טיפולי המתבצעים בטכניקת פיזור.
- ראה: דגשים ואזהרות לטיפול פיזור, בעמוד 53.
- יש לעדכן את ההורים לגבי תגובת היתר העלולה להתפתח לאחר הטיפול. ראה בעמוד הבא.

vi. תגובת יתר בטיפולים רגשיים

בחלק גדול מהטיפולים ברובד הרגשי אנו נעזרים בטיפולי פיזור או בטיפולי איזון רוח רגשית (gui). טיפולים אלו משחררים את הצ'י הפתולוגי מן הרובד הרגשי העמוק וגורמים להצפה של הרגשות המודחקים. ההצפה הרגשית גורמת במוצע לשניים מכל שלושה מטופלים לסבול מרגסיה זמנית. תופעות הלוואי כוללות והחמרה של הסימפטומים מהם סובל הילד ויכולות להימשך עד שלושה ימים. בזמן זה מתבצע תהליך ההתמודדות המחודש של הילד. יש לברר עם ההורים אם התזמון מתאים. התמודדות מחודשת זו דורשת מהילד לעמוד בטלטלה לא פשוטה ויש להימנע ממנה אם הילד חלש.

ראה: תגובת יתר לטיפולי פיזור, בעמוד 52.

vii. קשר עם ההורים

א. הילד כחלק ממשפחה

ב. התייחסות ההורים לחוסר איזון רגשי

ג. שילוב ההורים

ד. ניסיון לקשור בין המצב הרגשי לטראומה בעבר
ה. ניסיון לברר אם הילד סובל מטראומה רגשית מתמשכת

א. הילד כחלק ממשפחה

בטיפול בילד יש להסב את תשומת לב ההורים להשפעה הרבה שיש לסביבה המשפחתית על הילד ועל מצבו הרגשי והבריאותי. למרות שקשר זה ברור לחלק מההורים, יש הורים המתייחסים לילד כאל ישות עצמאית שאינה מושפעת מהסביבה. הדבר בולט במקרים בהם ההורים מתגרשים. ההורים עסוקים בדרמה המטלטלת ובמצוקה האישית שלהם ופחות במצב הרגשי של הילדים.

מרתק לראות באיזו מהירות שינויים רגשיים ופיזיים מתחוללים כאשר ההורים מבינים את חלקם בבעייתו של הילד. לעתים רק ההבנה עצמה מחוללת שינוי עוד לפני העבודה שעושים ההורים כדי לשנות את המצב. בימינו ההורים מגיעים לקליניקה פתוחים להקשרים מעין אלו. יש להסב את תשומת לבם בעדינות רבה אם אנו מזהים תבנית התנהגות היכולה לרמוז על בעיה כלשהי. חשוב לבדוק אם ההורים מביעים נכונות

ועניין. הורים רבים מאוד רגישים, באם משהו באופן התייחסותו של המטפל יעורר אצלם רגשות אשמה, עלולה להתעורר בהם התנגדות.

ב. התייחסות ההורים לחוסר איזון רגשי

לעתים הורים מתקשים למצוא מענה לבעיות הרגשיות של ילדם. הם משלימים עם המצב ומשייכים אותו לגחמות של תקופת הילדות שאינן זקוקות לטיפול והן תעבורנה עם הזמן. מצבים כמו כעס או חרדה מתמשכים אינם מטופלים, אלא אם המצב מאוד קשה, ואז הטיפול הוא פסיכולוגי או תרופתי. הורים רבים מגיעים לטיפול בשל דלקות אוזניים או בעיות נשימה ואינם מודעים לאפשרות של הטיפול לאזן את המצב הרגשי של ילדם או לקשר בין מצבו הרגשי ומצבו הבריאותי.

ג. שילוב ההורים

בכל טיפול בילדים על ההורים להיות פעילים במהלך הטיפול בילדם, על אחת כמה וכמה בטיפולים בעלי מאפיינים רגשיים. על המטפל להסביר להורים שאין מדובר בריפוי דוגמת הריפוי המערבי, בו ההורים מביאים את הילד לרופא ולא נדרשת מהם מעורבות פעילה למעט מתן התרופות במקרה הצורך, אלא בטיפול בו הם לוקחים חלק פעיל בתמיכה הרגשית לה זקוק הילד.

בחלק גדול מהמקרים מצבו הרגשי של הילד הוא השתקפות של המצב הרגשי השורר בבית או השתקפות של מצבו הרגשי של אחד ההורים ולכן מעורבות והבנה של ההורים היא הכרחית.

ד. ניסיון לקשור בין המצב הרגשי

לטראומה בעבר

כל הטראומות שמקורן בעבר דומות מבחינה קלינית ואין חשיבות למקורה של הטראומה או לזמן שבה היא התרחשה. אופן ההתייחסות והטיפול דומים בין אם הילד סובל מטראומה שחוותה אמו בהריון, ובין אם הוא סבל ממצוקה בלידה. למרות זאת חשוב לנסות לברר ביחד עם ההורים אם אכן הייתה טראומה בעבר ומתי היא התרחשה. הדבר המטריד ביותר הוא חוסר ודאות. כאשר ההורים מבינים ומקבלים שיש סיבה לבעיה ממנה סובל ילדם, הם נרגעים ונרגע גם הילד. לעתים זהו הצעד הראשון בדרך לריפוי.

ה. ניסיון לברר אם הילד סובל מטראומה רגשית מתמשכת

viii. אבחנה א. כללי

ב. חשיבות אבחנת הדופק בטיפולים ברובד הרגשי ג. טיפול בבעיות רגשיות ללא אבחנת דופק מדויקת

א. כללי

האבחנה בבעיות רגשיות מורכבת מתסמינים גלויים ומהמצב הרגשי. המצבים הרגשיים לעתים שלובים בתסמינים. לדוגמא, חרדה ותוקפנות יכולים להופיע לסירוגין. גם הקשר המילולי עם ההורים זרוע מוקשים שעלולים לשבש את האבחנה. החל מאי הבנה בשל בעיות תקשורת וכלה במעורבות הרגשית של ההורים המקשה עליהם לראות דברים כהווייתם. במצב זה, בו האבחנה התסמינית בעייתית, אבחנת הדופק מקבלת משנה תוקף וחלקה בסך הכולל של מרכיבי האבחנה עולה.

ב. חשיבות אבחנת הדופק בטיפולים ברובד הרגשי

אבחנת דופק מדויקת מאפשרת טיפולים מדויקים. במצבים הרגשיים הסימפטומים לא מצביעים במדויק על מקור הבעיה. אבחנת הדופק עושה זאת במדויק ומקצרת את התהליך. לדוגמא, אי שקט גדול מאוד וסיוטים בלילה מכוונים לאבחנה של רוח רגשית (*gui*) ב- LIV. לא מפתיע למצוא ילדים שבבדיקת הדופק מסתבר שהם אכן סובלים מרוח רגשית (*gui*) ב- LIV אך גם מרוח רגשית ב- KID. הסימפטומים הגלויים משקפים רוח רגשית ב- LIV, אך המקור הוא ב- KID. החרדות מהן סובל הילד מקבלות ביטוי בכעס, תוקפנות ואלימות. הטיפול יהיה כמובן ב- KID, שלא בהתאם לסימפטום הגלוי.

ג. טיפול בבעיות רגשיות ללא אבחנת דופק מדויקת

במקרה שבו המטפל לא למד עדיין איך לזהות רוח רגשית (*gui*) או עודף פתולוגי בעזרת אבחנת הדופק, מוטב לטפל בטכניקת חיזוק בלבד. ראה: טיפול בבעיות רגשיות בטכניקת חיזוק בלבד, בעמוד הבא.

כאשר הטיפול בבעיה רגשית עוזר רק לזמן קצוב, המשמעות היא שהגורם לבעיה עדיין פעיל. עלינו להציג תפיסה זו להורים ולהמתין להסכמתם שאכן נראה שיש סיכוי שהילד סובל מעומס או לחץ רגשי. במקרה זה אפשר לנסות לזהות את מקור הבעיה ביחד איתם. זהו מצב מאוד עדין ויש לנקוט משנה זהירות בשיחה עם ההורים, חלקם סובלים מרגשי אשם בכל הקשור לילד והם עלולים להרגיש מצוקה, במיוחד נשים לאחר לידה. בחלק מהמקרים הורים הם מקור הבעיה ולא קל להם לראות זאת. זהו שדה מוקשים והמטפל צריך להיות אמפתי, עדין וזהיר.

בבירור עם ההורים השאלות המנחות צריכות להיות עדינות ולא אישיות: האם יש משהו במעגלי החיים של הילד שיכול לגרום למצוקה רגשית? האם הילד נמצא בלחץ חברתי או לחץ מתמשך במסגרת החינוכית שלו? האם יש משהו קרוב לילד שסובל בעצמו ממצוקה ואולי הילד משקף מצוקה זו? אולי הסבא חולה? האם יש מתח בין ההורים? האם יש קשיים כלכליים שבאים לידי ביטוי בחרדה של ההורים? האם אחד ההורים חרד לילד באופן חריג?

מרגע שהוסכם עם ההורים שיש לחפש את המקור לבעיה ואין טעם להמשיך לטפל בילד ללא טיפול בשורש הבעיה, חשוב לנקוט עמדה פאסיבית בכל הקשור להמשך התהליך. ייתכן שההורים יבקשו עזרה או ייעוץ לגבי ההמשך, ייתכן שאחד ההורים יבקש לטפל בעצמו מתוך הבנה שהדבר קשור אליו, וייתכן גם שהטיפול ייפסק בנקודה זו.

יש להציג סוגיות אלו בעדינות ואהבה. הורה שירגיש שמוכיחים אותו, לא ישתף פעולה והטיפול יסתיים מהר מאוד. כמובן שאין להציע להורים להיות מטופלים גם אם הם הגיעו למסקנה ששורש הבעיה הוא אצלם. יש להתמין שהם יבחרו באפשרות זו בעצמם.

ראה: נספח ז', טיפול בהורים כחלק מהטיפול בילד, בעמוד 403.

ix. דרכי טיפול

א. טכניקות דיקור לטיפול במצבים רגשיים

ב. טיפול בבעיות רגשיות בטכניקת חיזוק בלבד

א. טכניקות דיקור לטיפול במצבים רגשיים

בחזוק

⊗ שימוש בנקודות מקור ואדמה - לחיזוק והרגעה.

⊗ חיזוק האדמה - לייצוב, הרגעה ואיזון.

⊗ נקודות ה- BL החיצוניות - לטיפול באספקט הרגשי של האיבר.

בפיזור

⊗ טיפולי פיזור - לאיזון צ'י פתולוגי הקשור לבעיות רגשיות.

⊗ חיזוק נקודת חיבור (luo) ופיזור של נקודת הבאר (jing) - לניקוי האיבר והרובד הרגשי.

⊗ נקודות לאיזון רוח רגשית (gui)

ב. טיפול בבעיות רגשיות בטכניקת חיזוק בלבד

שימוש בטכניקות חיזוק בלבד יכול להידרש במספר מצבים: או שהורים, לאחר שהבינו את משמעות תגובת היתר לטיפול, מחליטים לבחור בדרך עדינה יותר. או לחליפין, כאשר המטפל מרגיש לא בטוח וחושש מטיפול חזק. הטיפול בטכניקת חיזוק יתמקד באיזון האיברים המעורבים. השימוש יהיה בטכניקות החיזוק המצוינות מעלה, ללא טיפולי פיזור.

הטיפול ללא שימוש בטכניקות פיזור מניב תוצאות חיוביות, אך התהליך הוא ארוך יותר וכמות הטיפולים הנדרשת היא רבה יותר באופן משמעותי.

x. נקודות שכיחות לטיפול ברובד הרגשי

GB-34 - נקודת האדמה של ה- GB. מניעה, מרגיעה ומייצבת את צ'י ה- LIV.

GB-37 - נקודת החיבור (luo) של ה- GB מעבירה צ'י אל ה- LIV ומחזקת אותו.

GB-43 - נקודת המים של ה- GB מקררת ומרגיעה את צ'י ה- LIV.

LIV-1° בפיזור - נקודת העץ והבאר (jing) של ה- LIV. כנקודת באר מאפשרת ניקוז המרידיאן. מניעה את ה- LIV בחזקה בטכניקת חיזוק. ראה: הערות ואזהרות לטיפול פיזור, בעמוד 53.

LIV-2° בפיזור - כנקודת האש של ה- LIV פיזורה מביא לניקוז החום העודף. מרגיעה כעס, איש שקט אלימות, קושי להירדם והפרעות שינה. ראה: הערות ואזהרות לטיפול פיזור, בעמוד 53.

LIV-3 - נקודת המקור (yuan) והאדמה של ה- LIV. מסדירה, מניעה ומרגיעה את ה- LIV ואת הרגשות מעגנת את ה- hun.

LIV-4° בפיזור - נקודת המתכת של ה- LIV. פיזורה מפחית יובש. מוציאה חום ומרגיעה מצבים רגשיים עם מאפיינים של עודף המלווה במופנמות, הדחקה, מרמור ותסכול. ראה: הערות ואזהרות לטיפול פיזור, בעמוד 53.

LIV-5 - נקודת החיבור (luo) של ה- LIV. שולחת ענף לאיבר ולפיכך מהווה ערוץ לרובד הרגשי.

טיפול ב- LIV-5 בחיזוק ביחד עם LIV-1° בפיזור מאפשר ניקוי האספקט הרגשי של ה- LIV. ראה:

- ⊗ ניקוי בעזרת נקודת חיבור ונקודת באר, בעמוד 52.
- ⊗ הערות ואזהרות לטיפול פיזור, בעמוד 53.

ST-36 - הנקודה האדמתית ביותר בגוף, אדמה ברמת האלמנט, אדמה ברמת האנרגיות העונתיות וגם נקודת אדמה. מייצבת, מעגנת ומרגיעה את האדמה והנפש. לא מומלצת לילדים שאינם סובלים מעודף מאחר והוא עלולה לעגן ולפגוע בצמיחה של האינג. טובה להיפראקטיביות.

ST-40 - מרגיעה את הנפש. טובה למצבים שדורשים הוצאת ליחה וגם הרגעה. ! - זהירות בילדים עם אסטמה ברקע.

ST-44 - מקררת את כל הגוף ולפיכך משמשת להרגעה.

SP-3 - נקודת האדמה, מחזקת אדמה, ומרגיעה נפש.

SP-4 - מחזקת אדמה, מייצבת את ה- LIV - כנקודת הפתיחה של ה- *chong mai*.

HT-7 - נקודת האדמה והמקור (*yuan*) של ה- HT, מרגיעה נפש וטובה לבעיות שינה.

SI-7 - נקודת חיבור (*luo*), מחזקת את ה- HT.

נקודות ה- Back shu החיצוניות של ה- BL - כל נקודות ה- *Back shu* החיצוניות של ה- BL מאפשרות איזון רגשי של האיבר התואם.

BL-23 - מחזקת KID ומרגיעה פחדים.

KID-3 - נקודת המקור (*yuan*) והאדמה של ה- KID. מחזקת את ה- KID ותומכת ב- LIV בהתאם למעגל ההזנה. מטפלת בפחדים וחרדות.

PC-6 - נקודת השער הפנימי (Inner Gate). נקודת החיבור (*luo*) של ה- PC. מרגיעה את העץ, פותרת מועקה, משחררת את החזה, מחזקת ומסדירה את ה- PC ואת היכולת לתקשר ברמה הרגשית.

נקודות *gui* – לאיזון רוח רגשית.
ראה: נקודות *gui*, בעמוד 255.

xi. תזונה מומלצת למצבים רגשיים

- ⊗ אכילת ירקות כתומים מבושלים לחיזוק האדמה וייצוב המצב הרגשי - בטטה, גזר, דלעת, דלורית.
- ⊗ אורז - ניטרלי מבחינה אנרגטית, מהרמן, מרגיע נפש.
- ⊗ שיבולת שועל - מרגיעת נפש.
- ⊗ תה קמומיל - מרגיע.

xii. עיסויים מומלצים במצבים רגשיים

- עיסוי בד"כ מועיל במצבי חוסר איזון רגשי. המגע ההורי מחזק את צ'י האדמה ואת בטחונו העצמי של הילד.
- ⊗ במצבי עודף וחום יש לפזר את העודף מפלג הגוף העליון ולחזק את פלג הגוף התחתון.
- ראה: עיסויים להורדת חום והרגעה, בעמוד 59.
- ⊗ במצבי חוסר יש לחזק את פלג הגוף התחתון.
- ⊗ עיסוי באזור הבטן מחזק אדמה ומרגיע באופן כללי.

47. הפרעות שינה וקושי להירדם

תיאור סיני

הרדמות היא מצב של איזון בין יין ויאנג. אם היין בעודף הילד לא יהיה מספיק עייף ולא יירדם, ואם היאנג בעודף הילד יתקשה להירדם כי היין לא יצליח לעגן את היאנג.

מצבי העודף קשורים בד"כ לילד הסובל מעודף חום ומתקשה להרגיע את עודף היאנג. הקושי להרגיע את היאנג אינו מאפשר מעבר למצב ייני - מצב של שינה. גם לאחר שהילד נרדם, הוא לא רגוע לחלוטין והיאנג עדיין פעיל, הילד זז במשך הלילה ומתעורר לעתים תכופות.

מצבי החוסר קשורים לפחד שמכתיב צורך בשליטה וקושי להרפות על מנת להירדם. גם כאשר הילד נרדם, הוא מתעורר בלילה ושוב מתקשה להירדם מאותה סיבה. הוא מתקשה להרפות ולחזור לשינה. במקרים אלו הילדים יזדקקו לנוכחות ההורים כדי לחזור לשינה.

השינה קשורה מבחינה אנרגטית לאלמנט האש ולצ'י ה-HT, אך מרבית בעיות השינה אינן קשורות לחוסר איזון של ה-HT, אלא לבעיות אחרות המופיעות בלילה.

ה-LIV קשור לבעיות השינה וההרדמות כי בעיות רגשיות משתקפות בשינה. בלילה ה-LIV עסוק בתהליכים פנימיים ואיזון האספקט הרגשי. אם יש בעיות רגשיות הן בד"כ תקבלנה ביטוי בזמן השינה.

ה-KID קשור לבעיות השינה כי חלק גדול מבעיות השינה, במיוחד אצל ילדים שאינם תינוקות, הוא פחדים.

אנרגיות מעורבות

צ'י ה-LIV - קשור לעודף יאנג שאינו מאפשר איזון בין יין ויאנג ומעבר למצב של שינה. חוסר איזון של ה-LIV יכול לגרום לקשיים רגשיים הבאים לידי ביטוי בלילה בזמן שה-LIV מעבד רגשות.

צ'י ה-KID - קשור לפחד ולביטחון עצמי. הפחד לא מאפשר את ההרפיה הנחוצה על מנת להיכנס למצב של שינה.

צ'י האדמה - כאשר האדמה חלשה היאנג עולה והגוף מתקשה לאזן בין יין ויאנג כדי לאפשר מעבר למצב של שינה.

כללי

זוהי אחת התלונות הנפוצות בקליניקת ילדים. מעטים ההורים שחושבים שילדם ישן טוב. ככל שהילד צעיר יותר כך ההפרעות והקשיים רבים יותר. בחודשים הראשונים לחייו הילד מחובר לאימו, ההבדל בין יום ולילה, כמעט חסר משמעות בשבילו.

הסיבות להפרעות השינה הן רבות. כמעט כל בעיה שמציקה לילד הופכת בלילה להפרעת שינה: רעב, צמא, כאב בטן, חולי, פחד, הנצת שיניים ועוד. אחת הבעיות המרכזיות שגורמות לילד להתעורר היא פחדים. כאשר הילד סובל מפחדים, אם הוא מתעורר, הוא חווה את הריקנות והשקט של הלילה ולא מצליח להירדם שוב. סיבה נוספת היא אי שקט הגורם לילד לישון שינה קלה ולהתעורר מכל הפרעה. סיבות אלו הן גם הסיבות לקושי בהרדמות. הפחד לא מאפשר לילד להרפות ולגלוש לשינה, אי השקט לא מאפשר לו להירגע ולהירדם. לפעמים הקושי להירדם קשור לעודף מדומה. ילד שהיה פעיל כל היום, אכל ממתקים שהמריצו אותו ולא ישן בצהריים, לא מצליח להירדם, דווקא בגלל שהוא כל כך עייף. החולשה אינה מאפשרת לו להירגע, להתאזן ולהיכנס למצב של שינה.

חלק מהפרעות השינה. ובעיקר הקושי להירדם, קשורים לאינטראקציה שבין ההורים לבין הילד. כיצד מתבצע תהליך ההרדמות, האם האווירה רגועה, האם ההורים עוזרים לילד להירדם אך לא יוצרים אצלו תלות בתהליך ההרדמות?

בדרך כלל תלונות על קושי להירדם והפרעות בשינה יהיו תלונות משניות. כאשר הפרעות שינה הן התלונה העיקרית, אלה יהיו בדרך כלל המקרים הקשים, מקרים בהם ההורים כבר ניסו הכול. יש לא מעט מקרים שבהם רק הזמן עוזר והטיפול לא מצליח לגעת בשורש הבעיה.

בגילאי הנעורים הפרעות שינה הן משהו שחשוב לטפל בו כי הן מעידות על חוסר איזון ברובד הרגשי. מאחר שהרובד הרגשי מאוד מתפתח בגיל זה, חשוב לאזנו. ברפואה המערבית יש מתאם בין הפרעות שינה בגיל הנעורים לבין התפתחות בעיות נפשיות.

צ'י ה- HT - השינה היא תהליך מנטלי הנשלט על ידי ה- HT.

שונות

יש לבדוק עם ההורים מה הדרך בה הם נוהגים כדי לעזור לילדם להירדם ולנסות להציע להם נקודות התייחסות שאינן מוכרות להם. מיקום המיטה בחדר - האם הוא מיטבי? האם ניסו לשנות את המיקום? מה הדרך בה הם נפרדים מהילד? מה ההתייחסות שלהם כאשר הילד מבטא פחד? האם הם מבינים מדוע קשה לילד להירדם?

דגשים לטיפול

הטיפולים מתרכזים בזיהוי הגורם לבעיה וטיפול בו, במקביל לחיזוק האדמה.

הפרעות שינה וקושי להירדם - חוסרי איזון שכיחים - מצבי עודף

רוח רגשית (gui) ב- KID	רוח רגשית (gui) ב- LIV	חום ב- LIV	
מתח ☹ טראומה ☹ משבר רגשי ☹		יתר חום ☹ מתח ☹ חולי קל או לאחר מחלה ☹ חיסונים ☹	גורמי מחלה שכיחים
התעוררות בלילה ומעבר למיטת ההורים ☹ פחד ☹ בהלה מרעשים ☹ נטייה לפחדים וחרדה ☹	סיוטים	תנועתיות בזמן שינה ☹ הזעות לילה ☹ סירוב להתכסות בזמן שינה ☹	תסמינים שכיחים
איזון רוח רגשית (gui) ב- KID - עמוד 336	איזון רוח רגשית (gui) ב- LIV - עמוד 328	איזון חום ב- LIV עמוד 321	טיפול

הפרעות שינה וקושי להירדם - חוסרי איזון שכיחים - מצבי חוסר

עודף יאנג בשל חולשה	חולשת - KID	
חולשה לאחר מחלה ☹ התרגשות רבה ☹	נטייה מולדת ☹ לאחר מחלה קשה או ממושכת ☹	גורמי מחלה שכיחים
אי שקט ☹ חוסר ריכוז ☹	פחדים ☹ התעוררות בלילה ומעבר למיטת ההורים ☹	תסמינים שכיחים
חיזוק אדמה עמוד 329	חיזוק KID עמוד 335	טיפול

48. דיבור תוך כדי שינה או חלימת יתר

תיאור סיני

עיבוד הרגשות הוא תפקיד שקשור ל- LIV. לפיכך חלימת יתר קשורה לתפקוד ה- LIV ובדרך כלל מאפיינת עודף ב- LIV. סוגי העודף ב- LIV במצב של חלימת יתר יכולים לנוע מחום קל ב- LIV במקרים הפשוטים, ועד לרוח רגשית (gui)¹ ב- LIV במקרים היותר כרוניים.

אופי הדיבור בזמן השינה יכול לעזור להבין מהו חוסר האיזון הרגשי ובאיזה הקשר הילד מתוח. האם הוא נאבק בזמן החלום? האם הוא צועק? האם הוא משדר מצוקה?

אנרגיות מעורבות

צ'י ה- LIV - תהליך עיבוד הרגשות הוא בתחום אחריותו של ה- LIV.

צ'י ה- HT - אחראי על השינה.

צ'י האדמה - משקף באופן כללי את הרובד הרגשי.

1- ראה: רוח רגשית (gui), בעמוד 252.

כללי

הלילה הוא הזמן בו הגוף מעבד את הרגשות ומתאזן לקראת היום הבא. כאשר העומס הרגשי הוא רב יהיה לכך ביטוי בזמן השינה. ישנם שלושה סימפטומים המשקפים את המצב הרגשי בזמן השינה:

1. שינה המאופיינת בתנועות רבה - מצב זה משקף אי שקט קל.
2. חריקת שיניים, מלמול או דיבור תוך כדי שינה וחלימת יתר - משקפים אי שקט יותר משמעותי.
3. סיוטים או בכי תוך כדי שינה - משקפים מצב מתקדם של אי שקט.

חלימת יתר או דיבור תוך כדי שינה באופן זמני מבטאים בדרך כלל עומס רגשי שהילד חווה. אם חלימת היתר או הדיבור תוך כדי השינה מאפיינים תקופת זמן ארוכה (שבועות), אפשר להניח שישנו עומס רגשי מתמשך, מעבר לעומס היומיומי.

דיבור תוך כדי שינה או חלימת יתר - חוסרי איזון שכוחים

רוח רגשית (gui) ב- LIV	חום ב- LIV	
<ul style="list-style-type: none"> ☉ טראומה ☉ משבר רגשי 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ מתח ☉ עומס בחיי היומיום 	גורמי מחלה שכוחים
<ul style="list-style-type: none"> ☉ תנועות בזמן שינה ☉ אי שקט ☉ חוסר ריכוז 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ תנועות בזמן שינה ☉ הזעות לילה ☉ סירוב להתכסות בזמן שינה 	תסמינים שכוחים
איזון רוח רגשית (gui) ב- LIV עמוד 328	איזון חום ב- LIV עמוד 321	טיפול

49. סיוטי לילה

טיפול

איזון רוח רגשית (*gui*) ב-LIV - עמוד 328.

כללי

זהו מצב בו הילד מתעורר מחלום רע ואינו מתקשר עם הסביבה לזמן מה. סיוטי לילה משקפים התמודדות רגשית קשה ההופכת ליאנגית עד כדי התעוררות באמצע תהליך עיבוד הרגשות. סיוט שהוא חד פעמי הוא שכיח ואינו מצריך התייחסות טיפולית, אך אם מדובר בתופעה קבועה חשוב לטפל ולאזן.

גורמי מחלה שכיחים

מתח רב

טראומה

משבר רגשי

תסמינים שכיחים

אי שקט

חוסר ריכוז

תנועתיות בזמן שינה

דיבור תוך כדי שינה

תיאור סיני

בדרך כלל מדובר ברוח רגשית (*gui*)¹ ב-LIV, שהיא תוצאה של טראומה בעבר או משבר רגשי.

אנרגיות מעורבות

צ'י ה-LIV - עיבוד רגשות הוא בתחום אחריותו של ה-LIV.

צ'י ה-HT - אחראי על תהליך השינה ועל מצבו הנפשי של הילד.

צ'י האדמה - משקף באופן כללי את הרובד הרגשי.

חוסר האיזון השכיח

רוח רגשית (*gui*) ב-LIV

1- ראה: רוח רגשית (*gui*), בעמוד 252.

50. הרטבת לילה

כללי

תופעה שכיחה המאפיינת יותר בנות מבנים. חשוב לוודא עם ההורים שנשללה בעיה פיזיולוגית. לאחר שלילת כל האפשרויות לבעיה פיזיולוגית ההורים חסרי אונים, כי אין מענה פשוט לבעיה.

כאשר יש מתח, כל השרירים בגוף מתכווצים. שרירי הסוגרים הם הגמישים ביותר ולכן הם מגיבים בחוזקה לכיווץ.

בדרך כלל ילדים הסובלים מהרטבת לילה ישנים שינה עמוקה וגופם רפוי כפיצוי על המתח הרב והכיווץ שהגוף חווה במהלך שעות הערות. שרירי הסוגרים, שהיו מכווצים במשך היום, נרפים.

ישנם ברפואה המערבית מספר מכשירים ושיטות כדי להתמודד עם הבעיה, אך הטיפול המוצע הוא ברמה התסמינית, החל ממכשירים המעירים את הילד עם תחילת ההרטבה ועד לטיפול תרופתי. אין ניסיון להתמודד ברמה הרגשית כי הרפואה המערבית לא מתייחסת להקשר הרגשי של הבעיה.

הרפואה הסינית קושרת בין המצב הרגשי ובין התופעה ולכן מציעה טיפול משולב. הטיפול הוא ממושך ולא פשוט, בשל המעורבות הרגשית.

תיאור סיני

בדרך כלל מתח הבא לידי ביטוי ב-LIV - במרבית המקרים חום ב-LIV.

תיכון חולשה של ה-KID ברקע. ה-KID כאיבר הייני של אלמנט המים מזין את ה-BL.

הרטבות לילה משקפות בדרך כלל צבירת מתח רגשי במשך היום והשתחררותו לצורך איזון בלילה.

במסגרת ההזנה האנרגטית של ההורים, האבא אחראי על ה'צ'י האינני, והאימא על ה'צ'י הייני. ה'צ'י המתווך בין ה'צ'י האימא והילד הוא ה-SI וה'צ'י המתווך בין האב ובין הילד הוא ה-BL, שניהם משלימים את שכבת ה-tai yang החיצונית והמוגנת מהסביבה. כאשר יש בעיות בהזנה האנרגטית של ההורים את

הילד, הביטוי יכול להיות קשור ל'צ'י המתווך. בחלק מהמקרים של הרטבת הלילה ייתכן שיש קשר לחוסר זמינות אנרגטי או פיזי של האב. כאשר ההורים נפרדים, בדרך כלל הילד נשאר למרבית הזמן עם האם, הנתק מהאב והמתח סביב המצב הלא פשוט של תהליך הפרידה, מגביר את הסבירות להרטבת לילה.

אנרגיות מעורבות

צ'י ה-LIV - המתח הרב במשך היום משתקף בחוסר איזון של ה-LIV. שרירי הסוגרים קשורים ל'צ'י ה-LIV מהיותם שרירים.

צ'י ה-KID - חוסר האיזון של שלפוחית השתן קשור ל'צ'י ה-KID המזין את ה-BL.

צ'י ה-BL - משקף את תפקודה של שלפוחית השתן.

דגשים לטיפול

הטיפול מתמקד בחוסר האיזון הרגשי במקביל לחיזוק צ'י ה-KID.

אפשר לשלב במקביל לאיזון בדיקור מספר טכניקות שיכולות לעזור לילד.

⊗ טבלה שבה נרשם כל יום אם הילד עבר את הלילה ללא הרטבה. הטבלה נועדה ליצור מוטיבציה חיובית של הילד והאתגר צריך להיבנות כך שהילד יחווה הצלחה בכל מקרה.

⊗ שתייה מועטה כלל האפשר לאחר ארוחת הערב.

⊗ רצוי להעיר את הילד באמצע הלילה להתרוקן, חשוב שההתעוררות תהיה מלאה על מנת שההתרוקנות תהיה מתוך מודעות ולא מתוך שינה.

נקודות ייחודיות לטיפול

CV-3 - נקודת ההתראה (mu) של שלפוחית השתן, מחזקת ומסדירה את פעילות שלפוחית השתן.

GV-20 - הנקודה הגבוהה בגוף מגבירה את המודעות, גם בזמן השינה.

LU-8 - נקודת המתכת של ה-LU. משקפת הרבה מתכת, כי ה-LU שייך למתכת ברמת האלמנטים. המתכת הרבה מחזקת את יכולת הכיווץ של השלפוחית.

הרטבת לילה - חוסרי איזון שכיהים

חולשת KID	רוח רגשית (gui) ב- KID	רוח רגשית (gui) ב- LIV	חום ב- LIV	
<ul style="list-style-type: none"> ☉ מולד ☉ לאחר מחלה ממושכת 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ טראומה ☉ משבר רגשי 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ טראומה ☉ משבר רגשי 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ מתח ☉ עומס 	<p>גורמי מחלה שכיהים</p>
<ul style="list-style-type: none"> ☉ עייפות ☉ תיאבון ירוד ☉ נטייה לפחדים ☉ תחושת קור 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ אי שקט ☉ פחדים וחרדות 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ אי שקט ☉ חוסר ריכוז 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ סימני חום ☉ אי שקט ☉ כעסים 	<p>תסמינים שכיהים</p>
<p>KID חיזוק עמוד 335</p>	<p>איזון רוח רגשית KID (gui) ב- עמוד 336</p>	<p>איזון רוח רגשית LIV (gui) ב- עמוד 328</p>	<p>LIV איזון חום ב- עמוד 321</p>	<p>טיפול</p>

51. אי שליטה בצרכים במשך היום

כללי

אי שליטה ביציאות במשך היום, באם היא לא תוצאה של בעיה פיזיולוגית, היא בדרך כלל תוצר של מתח רב. בדרך כלל המתח שלוב בתסכול ובמחאה מול מצב שאינו נוח לילד ואינו בשליטתו. המתח והכיווץ בשל התסכול גורמים לסגירה חזקה של שרירי הסוגרים. שרירי הסוגרים כה מכווצים עד שלילד אין שליטה בהם, וכאשר יש צורך להתרוקן הוא מיידי ולא נשלט.

בחלק מהמקרים הילד מאוד מרוכז במשחק או בצפייה בטלוויזיה והוא דוחה את ההתפנות עד לרגע שבו כבר אין שליטה בגלל הלחץ הרב על הסוגרים. שחרור הסוגרים מחייב רגיעה ואפילו זמנית, לפעמים ילדים נמצאים במתח מתמיד וככל שמתגבר הצורך להתרוקנות כך גם מתגבר הלחץ של הסוגר המונע את היציאה, עד לשחרור הבלתי מבוקר והבלתי נמנע.

הכיווץ של שרירי הסוגרים משקף את המתח והתסכול בו נמצא הילד. השליטה ביציאות הופכת באופן לא מודע למופע של תסכול ומחאה כנגד משהו שמפריע לילד ואין ביכולתו לשנות. האפקט החזק שיש לעניין ההיגיינה וההתרוקנות בעיני המבוגרים רק מעצים את המתח סביב היציאות.

אי שליטה בצואה משקפת בדרך כלל הרבה מתח, או קושי של הילד סביב היציאה. לעתים גמילה מוקדמת מטיטולים, או גמילה כפויה יכולים למקד את המתח של הילד סביב שליטה ביציאות.

תיאור סיני

מבחינה אנרגטית המצב דומה במהותו להרטבות לילה, כי המקור לבעיה הוא מתח רב, אך אי שליטה ביציאות במשך היום משקפת מצוקה רגשית אף יותר קשה.

המתח בדרך כלל ייתן את אותותיו ב-LIV, כך גם הכעס, התסכול והמחאה. הילד נמצא בסד, מצד אחד חוסר רצון להיכנע ומן הצד השני עול המציאות. החסימה הרגשית תגרום לעודף שיכול לנוע מחום ועד לרוח רגשית (*gui*)¹ ב-LIV בהתאם לעוצמת המאבק.

1- ראה: רוח רגשית (*gui*), בעמוד 252.

טיפול בתנאים אלו הוא קשה, כי שורש הבעיה טמון ביחסים שבין הילד לבין סביבתו ועליהם אין למטפל השפעה ישירה, אך אפשר להאיר את עיניהם של ההורים בעדינות.

אנרגיות מעורבות

צ'י ה-LIV - קשור למתח הרב והתסכול המאפיינים את הבעיה. שרירי הסוגרים ככל השרירים נשלטים על ידי ה-LIV ומגיבים לחוסר איזון ברובד הרגשי.

צ'י ה-CO - אחראי על תפקוד המעי הגס.

צ'י ה-KID - מזין את שלפוחית השתן.

צ'י האדמה - משקף באופן כללי את הרובד הרגשי.

דגשים לטיפול

הטיפול מתמקד במצבו הרגשי של הילד, תוך ניסיון לעזור להורים להבין את המצוקה שבה נמצא ילדם.

אי שליטה ביציאות במשך היום - חוסרי איזון שכיחים

חולשת KID	רוח רגשית (gui) ב-KID	רוח רגשית (gui) ב-LIV	חום ב-LIV	
פחדים	<ul style="list-style-type: none"> ☯ טראומה ☯ משבר רגשי 	<ul style="list-style-type: none"> ☯ טראומה ☯ משבר רגשי 	<ul style="list-style-type: none"> ☯ מתח ☯ עומס 	גורמי מחלה שכיחים
<ul style="list-style-type: none"> ☯ עייפות ☯ תיאבון ירוד ☯ נטייה לפחדים ☯ תחושת קור 	פחדים וחרדות	<ul style="list-style-type: none"> ☯ אי שקט ☯ חוסר ריכוז 	<ul style="list-style-type: none"> ☯ סימני חום ☯ אי שקט ☯ כעסים 	תסמינים שכיחים
KID חיזוק עמוד 335	איזון רוח רגשית ב-KID (gui) עמוד 336	איזון רוח רגשית ב-LIV (gui) עמוד 328	איזון חום ב-LIV עמוד 321	טיפול

צ'י ה- LIV - התזזיתיות וחוסר המנוחה מאפיינים את אנרגיית העץ וצ'י ה- LIV שיצאו מאיזון.

כללי

צ'י ה- KID - מאפיין מצבים בהם אי השקט משקף עודף מדומה. העודף משקף את מצבו של ה- LIV אך החולשה מקורה ב- KID.

זהו מצב קל יחסית שמאפיין כמעט כל ילד בשלב זה או אחר של חייו. אי השקט יכול להופיע בגלל בעיה פיזיולוגית כמו מחלה או הנצת שיניים, ויכול להופיע גם לאחר חיסון או כתגובה למתח הקשור לסביבה, תלוי בגיל ובנסיבות.

צ'י האדמה - חולשת אדמה אופיינית לבעיות רגשיות המתאפיינות בעודף.

תיאור סיני

תזונה

יש להימנע ממאכלים מחממים.

אי שקט הוא מצב של עודף, בדרך כלל יתר חום. הסיבות למצב של אי שקט ויתר חום יכולות לנבוע משלל מקורות ולהתבטא בצורות רבות. בעבר הילדים חלו במחלות ילדות¹ וניתנה להם האפשרות לאזן את עודף החום בעזרת החום הרב שנפלט מהגוף במחלות אלו. בעידן הנוכחי הילדים לא חולים במחלות ילדות ולכן סובלים מלכתחילה מיתר חום. החום משתקף ב- LIV.

שוניות

במצב של אי שקט, הילד מעדיף לצפות בטלוויזיה או לשחק במחשב, פעילויות אלו אכן גורמות לילד להיות פחות פעלתן באותו הרגע ולכאורה מרגיעות אותו, אך מבחינה אנרגטית צפייה בטלוויזיה ובילוי מול המחשב מגבירים את הצ'י בחלק הגוף העליון ומחלישים את פלג הגוף התחתון שנמצא בחוסר פעילות. מצב זה של עודף בפלג הגוף העליון וחוסר יחסי בפלג הגוף התחתון, הוא מצב הבסיס ממנו מתפתח אי שקט.

ייתכנו מקרים בהם אי השקט יהיה תוצר של עודף מדומה. בדרך כלל לאחר מחלה או פעלתנות רבה מדי ללא מנוחה.

דגשים לטיפול

הטיפול מתמקד באיזון ה- LIV, חיזוק האדמה וה- KID. מאחר שתזונה משפיעה מאוד על אי שקט, יש להתחיל כבר בתחילת הטיפול בשינוי תזונתי הדרגתי. השינוי צריך לכלול הפחתה ככל האפשר של סוכר מעובד וממתקים, כמו גם שימוש בחומרי טעם, חומרים משמרים וצבעי מאכל.

אי שקט קשור בדרך כלל לחום ב- LIV. החום גורם לעודף בפלג הגוף העליון ולחולשה יחסית בפלג הגוף התחתון. מצב זה גורם לחוסר איזון פיזי ורגשי. הילד לא מצליח להירגע או להתרכז בקלות בגלל חוסר האיזון בין שני פלגי הגוף. קושי להירדם יכול להיות נלווה לאי שקט. המעבר בין ערות לשינה מתבצע כהלכה כאשר יש איזון נאות בין פלג הגוף העליון והתחתון.

במקרים הכרוניים ייתכן שחוסר איזון הוא עמוק יותר והילד סובל מרוח רגשית (*gui*) ב- LIV². מצב זה קשור לטראומה מהעבר או למשבר רגשי מתמשך.

1- ראה: מחלות ילדות, בעמוד 78.

2- ראה: רוח רגשית (*gui*) ב- LIV, בעמוד 302.

אי שקט - חוסרי איזון שכיחים

רוח רגשית (gui) ב- LIV	חום ב- LIV	
<p align="center">  טראומה  משבר רגשי </p>	<p align="center">  מתח  תזונה מחממת  עומס בחיי היומיום  חיסונים </p>	<p align="center">גורמי מחלה שכיחים</p>
<p align="center">  סימני יתר חום  חוסר ריכוז </p>	<p align="center">סימני יתר חום</p>	<p align="center">תסמינים שכיחים</p>
<p align="center"> איזון רוח רגשית (gui) ב- LIV עמוד 328 </p>	<p align="center"> איזון חום ב- LIV עמוד 321 </p>	<p align="center">טיפול</p>

53. כעס ואלומות

כללי

כעס ואלומות דומים מבחינה אנרגטית למצב של אי שקט. ההבדל הוא בעוצמה. כאשר מעורבים אלומות וכעס רב ולא רק אי שקט, נראה שהגוף מנסה לאזן את המתחים הפנימיים על ידי תיעול מכוון של הצ'י העודף החוצה. מופעים של כעס ואלומות גורמים לבעיות חברתיות ותגובה קשה מהסביבה.

אנרגיות מעורבות

צ'י ה-LIV - התזזיתיות וחוסר המנוחה מאפיינים את צ'י העץ וצ'י ה-LIV שיצאו מאיזון.

צ'י ה-KID - כאשר צ'י ה-KID אינו מאוזן, ייתכן שהילד ינסה לשאוב כוח מפגיעה באחרים.

תזונה

יש להימנע ממאכלים מחממים כי כעס מאופיין ביתר חום.

תיאור סיני

זהו מצב בו יש עודף גדול בצ'י ה-LIV שאינו מודחק פנימה אלא מופנה החוצה. סיבה נוספת לכעס ואלומות יכולה להיות רוח רגשית (gui) ב-KID. החרדה וחוסר הביטחון מתעלים את הילד להתנהגות של ריכוז כוח במצבי קונפליקט כדי לשמור על יציבות. גם רוח רגשית (gui) ב-LIV היא חוסר איזון אופייני מאחר שהיא משקפת אי יציבות וחולשת אדמה.

דגשים לטיפול

עזרה להורים כיצד להתמודד עם מצבים בהם הילד מבטא כעס ואלומות היא חשובה. אם ההורים מבינים שחלק מהביטויים ההתנהגותיים אינם נשלטים, והם מקבלים כלים איך להרגיע את הילד ולהימנע מלהיכנס איתו למעגל של כעסים ואלומות הדדית, ישנו שיפור מיידי במצבו של הילד. בחלק גדול מהמקרים תגובת ההורים מעצימה את הכעס והאלומות. אם נראה שלהורים יש קושי בהתמודדות חשוב להפנותם לקבלת עזרה והנחייה מקצועית.

כעס ואלומות - חוסרי איזון שכיחים

רוח רגשית (gui) ב-KID	רוח רגשית (gui) ב-LIV	חום ב-LIV	
טראומה ☯ משבר רגשי ☯	טראומה ☯ משבר רגשי ☯	יתר חום ☯ מתח ☯ חיסונים ☯	גורמי מחלה שכיחים
פחד וחרדה ☯ קושי להירדם ☯ רתיעה מקור ☯ תיאבון ירוד ☯	הפרעות שינה ☯ סיוטים ☯	סימני יתר חום ☯ הפרעות שינה ☯	תסמינים שכיחים
איזון רוח רגשית (gui) ב-KID - עמוד 336	איזון רוח רגשית (gui) ב-LIV - עמוד 328	איזון חום ב-LIV עמוד 321	טיפול

54. תסכול והתמרמרות

תזונה

יש להפחית במאכלים מחממים.

כללי

דגשים לטיפול

חסימה או עודף מתכת בצי' ה-LIV הם מצבים דומים, כי הם משקפים תנועות נמוכה. חסימה בצי' ה-LIV היא מצב יותר קל מאשר עודף מתכת ב-LIV. האבחנה בין שני המצבים תתבסס בעיקר על אבחנת הדופק. במצב של עודף מתכת, הדופק בעמדת ה-LIV חסום, מרוכז והתנועה שלו נעדרת גמישות.

בכל המקרים רצוי להתחיל בהנעה של צי' ה-LIV. במקרים שאינם מגיבים להנעה אפשר לפזר את עודף המתכת מה-LIV.

את השינוי במצבו של הילד אפשר יהיה לראות בהתרככות מתח השרירים בפנים. ההורים לא תמיד מודעים לשינויים קלים אלו ואפשר להסב את תשומת לבם לשינוי.

חשוב לברר אם המקור לתסכול עדיין פעיל.

זהו מצב דומה לשני המצבים הקודמים - אי שקט, כעס ואלימות. מדובר במצב המשקף עודף ב-LIV, אך במקרה זה יש הדחקה של העודף פנימה במקום הוצאה החוצה. זהו מצב פחות שכיח אצל ילדים כי הם יאנגים ונוטים להחזין את רגשותיהם. הבעת הפנים יכולה להעיד על כעס עצור: פה קפוף, מצח וגבות מכווצים.

תיאור סיני

מבחינה אנרגטית מצב זה של הדחקה פנימה גורם לריכוז רב של עודפים. התמונה השכיחה במצב זה תהיה של עודף מתכת ב-LIV.

אנרגיה מעורבת

צי' ה-LIV - חוסר שביעות הרצון וחוסר היכולת לפתור את הבעיה שעומדת מול הילד, מאלצים אותו להדחיק את רגשותיו. הדחקת הרגשות גורמת לעצירה וחסימה של צי' ה-LIV. החסימה וחוסר התנועה משתקפים כיתר מתכת ב-LIV.

תסכול והתמרמרות - חוסרי איזון שכיחים

עודף מתכת ב-LIV	חסימה של צי' ה-LIV	
		גורמי מחלה שכיחים
		מרח ועומס
		סימני יתר חום
		שפתיים, גבות ומצח מכווצים
		נטייה לעצירות
		סימני יתר חום
		נטייה לעצירות
פיזור עודף מתכת מה-LIV עמוד 328	הנעת LIV עמוד 326	טיפול

55. מצמוץ תכוף בעיניים (טיקים) או תנועות שרירים לא רצוניות

אפשרויות טיפול

⊗ איזון רוח רגשית (*gui*) ב-LIV, בעמוד 328.

⊗ חיזוק האדמה, בעמוד 329.

כללי

זוהי תופעה המשקפת תנועת שרירים לא רצונית בשל מתח רב המודחק פנימה. התופעה יכולה להופיע במגוון צורות: מצמוץ תכוף, כחכוה כרוני, משיכה של הצוואר, תנועות פנים לא רצוניות ועוד. לרפואה המערבית אין דרך לטיפול בבעיה והיא מוגדרת כסימפטום למתח.

דגשים לטיפול

יש לשלב חיזוק אדמה ברובד הרגשי לאחר איזון הרוח הרגשית (*gui*) ב-LIV.

תיאור סיני

זהו סימפטום גלוי של רוח רגשית (*gui*). חוסר היציבות של צ'י ה-LIV בא לידי ביטוי בשרירים שנעים באופן בלתי רצוני. העיניים קשורות אנרגטית ל-LIV, אך תנועות לא רצוניות אחרות של שרירים בגוף, כמו משיכה של הצוואר או הכתף הם סימפטום דומה לאותו חוסר איזון - רוח רגשית (*gui*)¹ ב-LIV.

אנרגיה מעורבת

צ'י ה-LIV - אחראי על התנועה החלקה של השרירים. מצב של תנועת שרירים לא רצונית לאורך זמן, מבטא חוסר זרימה, או זרימה לא חלקה של צ'י ה-LIV.

חוסר האיזון השכיח

רוח רגשית (*gui*) ב-LIV

גורמי מחלה שכיחים

⊗ טראומה

⊗ משבר רגשי

תזונה

יש להפחית באכילת ממאכלים מחממים.

1- ראה: רוח רגשית (*gui*), בעמוד 252.

56. היפר אקטיביות

כללי

להיפר אקטיביות שני מקורות עיקריים. האחד הוא חוסר איזון אורגני הקשור לפעילות העצבית במוח, לעתים עם נטייה משפחתית. המקור השני הוא חוסר איזון רגשי הגורם לאי שקט ולתסמינים דומים להיפר אקטיביות.

כאשר מדובר באי שקט רב על רקע של חוסר איזון רגשי, הרי שטיפולי הדיקור יכולים להטיב ואף לאזן את הילד. במקרה שמדובר בבעיה אורגנית, הרי שטיפולי הדיקור יכולים לתמוך במצב הרגשי אך אינם מטפלים במקור לבעיה, שהוא אורגני ולא רגשי. הטיפול בדיקור יכול לתמוך בילד ולעזור לו בתסכול הרב שהוא חווה בשל חוסר ההתאמה לסביבה, אך רק לזמן קצוב, כי חוסר האיזון ממשיך להיות פעיל.

עם הסבר זה אני פותח את השיחה עם הורים שמבררים את האפשרות לטפל בילדם בעזרת דיקור. מרבית ההורים שילדם הוא היפר אקטיבי על רקע אורגני, מעדיפים טיפול תרופתי. במקרים שהילד סובל מבעיה רגשית וההורים חדורי מוטיבציה ומבינים שטיפולי הדיקור הם רק חלק ממכלול שלם של תמיכה בילד, יש תוצאות טובות לטיפול.

אין אבחנה מדויקת בין ילדים שסובלים מבעיה אורגנית לעומת חוסר איזון רגשי, אך ישנם הבדלים אופייניים:

היפר אקטיביות אורגנית	אי שקט בגלל חוסר איזון רגשי
מקרים קשים יחסית	מקרים קלים יחסית
יש נטייה משפחתית	אין נטייה משפחתית
אין בעיות רגשיות בולטות	יש בעיות רגשיות בולטות
אין טראומה בעבר	יש טראומה בעבר

תיאור סיני

התזזיתיות, חוסר הריכוז, אי השקט, חוסר המנוחה והפעלתנות היתרה הם כולם סימפטומים המשקפים חוסר איזון של העץ. האדמה שתפקידה לייצב ולהרגיע, לא מצליחה לעגן את העודף והיאנג.

אנרגיות מעורבות

צ'י ה-LIV - הדינמיות הרבה, הפעלתנות, אי השקט, חוסר הריכוז - כולם מאפיינים מובהקים של חוסר איזון של העץ. ה-LIV משקף חוסר איזון זה והוא בא לידי ביטוי בדרך כלל ברוח רגשית (*gui*) ב-LIV.

צ'י האדמה - היאנג, הדינמיות וחוסר השליטה משקפים קשר רופף לאדמה.

תזונה

יש להימנע ממאכלים מחממים.

שונות

חיזוק האדמה הוא מרכיב חשוב בתמיכה הרצופה לה זקוק הילד. החיזוק יכול לבוא במגוון צורות: תזונה, עיסויים, צמחי מרפא, דיקור, טיפול רגשי, גידול חיית מחמד, עבודה בגינה, ספורט המשולב בטבע: גלישת גלים, סקי, רכיבה על סוסים; טיפולים רגשיים כגון תרפיה באומנות, במוזיקה, בדרמה ועוד תרפיות אחרות. כל אלו עוזרים לילד להתבונן פנימה ולהתחבר לעצמו בעזרת הסביבה ובכך מחזקים את צ'י האדמה.

חוסר האיזון השכיח

רוח רגשית (*gui*) ב-LIV

גורמי מחלה שכיחים

⊗ בעיה מולדת

⊗ חוסר איזון רגשי

אפשרויות טיפול

⊗ איזון רוח רגשית (*gui*) ב-LIV, בעמוד 328.

⊗ חיזוק האדמה, בעמוד 329.

דגשים לטיפול

⊗ יש לתאם ציפיות עם ההורים כי הטיפול בדרך כלל מתמשך.

⊗ יש לאזן את הרוח הרגשית (*gui*) ב-LIV.

⊗ יש לשלב חיזוק אדמה ברובד הרגשי לאורך כל הטיפול.

57. פחדים, חרדות ובהלה

תיאור סיני

המנעד של ביטחון עצמי ומנגד פחדים וחרדה שייך לאלמנט המים ולצ'י ה-KID. חולשה בצ'י ה-KID יכולה להשתקף בפחדים. חרדה היא מצב מתקדם יותר ובדרך כלל יכולול רוח רגשית (gui) ב-KID.

אנרגיות מעורבות

צ'י ה-KID - פחדים וחרדות קשורים לצ'י ה-KID.

צ'י האדמה - חולשה של צ'י האדמה קשורה לחוסר היציבות המאפיין מצב של רוח רגשית (gui). חלק מהטיפול בייצוב הרוח יהיה על ידי חיזוק האדמה.

כללי

ההגדרה לפחד, היא חשש ממשוהו מוגדר, כמו חושך או הכלב של השכנים. חרדה היא מצב מתקדם יותר, זהו מצב בו יש הרגשת פחד אך לא ממשוהו מסוים, אלא הרגשת פחד כללית ללא סיבה ידועה או ברורה. זהו מצב מתיש ומכלה אנרגטית ופיזית ומחליש את הגוף בכל הרבדים. פחד הוא חוסר האיזון הקל יותר, לעומת חרדה. חרדה בדרך כלל קשורה לטראומה בעבר או למשבר רגשי מתמשך.

פחדים, חרדות ובהלה - חוסרי איזון שכיחים

רוח רגשית (gui) ב-KID	חולשה ב-KID	
טראומה	<ul style="list-style-type: none"> ☉ מולד ☉ חולשה בגלל מחלה כרונית או מתמשכת 	גורמי מחלה שכיחים
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חרדה ☉ ייתכנו כל המאפיינים של חולשה ב-KID אך באופן בולט ומובהק 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ חולשה כללית ☉ רתיעה מקור ☉ מופנמות ☉ פחד מחושך, חיות, זרים ☉ בהלה מרעשים ☉ קושי להירדם ☉ התעוררויות בלילה 	תסמינים שכיחים
<ul style="list-style-type: none"> ☉ איזון רוח רגשית (gui) ב-KID עמוד 336 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ חיזוק KID עמוד 335 	טיפול

58. התקפי חרדה

אפשרויות טיפול

• במצב האקוטי - עיגון היאנג בעזרת ST-36.

• בין אפיזודות:

- איזון רוח רגשית (gui) ב-KID, בעמוד 336.
- חיזוק האדמה, בעמוד 329.

כללי

זהו מצב המשלב חרדה וחולשה. ההתקפים מופיעים ברמות שונות של חומרה. התסמינים המאפיינים הם: פלפיטציות, קושי בנשימה, חולשה וסחרחורת.

תיאור סיני

התקפי החרדה הם שילוב של פחד המחליש את הגוף בשילוב חולשה של האדמה. היאנג עולה בגלל חולשת היין וגורם לעודף ולפלפיטציות במחמם העליון, לעומת חולשה במחמם התחתון. חוסר האיזון בין היין והיאנג גורם להפרדה רגעית ולתחושה של איבוד שליטה.

אנרגיות מעורבות

צ'י ה-KID - פחד וחרדה מתאפיינים בחולשה או חוסר איזון של צ'י ה-KID.

צ'י האדמה - חוסר היציבות המאפיין התקפי חרדה קשור לחולשה של האדמה וחוסר היכולת שלה לייצב את הרובד הרגשי.

חוסר האיזון השכיח

רוח רגשית (gui)¹ ב-KID

גורמי מחלה שכיחים

• פחד

• בהלה

• התרגשות

דגשים לטיפול

• בשלב האקוטי יש לעגן את היאנג על ידי חיזוק האדמה.

• יש להנחות את ההורים לעסות את כפות הרגליים עיסוי עמוק בזמן ההתקף כדי לעגן את היאנג.

• בטיפול בין אפיזודות יש לאזן את הרוח הרגשית (gui) ב-KID ולחזק את האדמה.

1- ראה: רוח רגשית (gui), בעמוד 252.

5.9. אדישות, חולמנות

כללי

אין מדובר במקרים בהם מופנמות וביישנות הן תכונות אופי, אלא במקרים בהם יש חולמנות ואדישות כלפי הסביבה. הילד שקוע בעצמו ומתנתק מהסביבה, תחושת הריחוק מוקרנת מהעיניים. הילד נראה כאילו הוא נמצא בבועה משל עצמו. העיניים אינן חדות ומבט של רוך ובהייה נסוך על פניו.

התופעה שכיחה לאחר ניתוח בהרדמה מלאה. במרבית המקרים התופעה מתפוגגת תוך ימים עד שבועות, אך לעתים הילד לא מצליח לחזור לקרקע המציאות באופן מלא.

מצב זה יכול להיגרם מטראומה בעבר הגורמת לניתוק מהאדמה ללא יכולת להתקרקע בחזרה. סיבה נוספת יכולה להיות קשורה לקונפליקט בחייו של הילד. הילד צריך אך לא מצליח לבחור בין מספר חלופות. חוסר היכולת להחליט שומט את הקרקע מתחת לרגליו והוא נכנס למצב של חוסר וודאות וניתוק.

תיאור סיני

ייתכנו שני מצבים. האחד אופייני לזמן שלאחר ניתוח בהרדמה מלאה ומתאפיין בחוסר עיגון של ה- *hun*¹.

1- *hun* - האספקט הרוחני של ה- LIV.

האסטרטגיה הטיפולית במקרה זה תהיה עיגון ה- *hun* בעזרת חיזוק האספקט האדמתי של ה- LIV.

המצב השני קשור לעודף יאנג ולחולשה של האדמה והוא שכיח במצבי חולשה הקשורים לטראומה, משבר רגשי מתמשך או לחוסר יכולת להחליט.

אנרגיות מעורבות

צ'י ה- LIV - ה- *hun* משויך ל- LIV.

צ'י האדמה - הניתוק משקף ריחוק מהאדמה - מהמציאות.

אפשרויות טיפול

עיגון ה- *hun* בעזרת LIV-3.

קרקוע יאנג בעזרת ST-36 וחיזוק אדמה - ע' 329.

דגשים לטיפול

אם מדובר בטראומה או משבר רגשי מתמשך יש לטפל בהם. בדרך כלל תמונת הדופק במצב זה תהיה של יאנג בכל העמדות. משמע, הדופק חסר שורש בכל העמדות ואין יכולת לאבחן בצורה מדויקת. במקרה כזה אין בריה אלא לקרקע את הצ'י ולעשות אבחנה יותר מדויקת בטיפול הבא.

אדישות, חולמנות

יאנג לא מעוגן	<i>hun</i> לא מעוגן	
דופק יאנגי וחסר שורש אופייני בכל העמדות	דופק יאנגי וחסר שורש אופייני בעמדת הדופק של ה- LIV	הערות
<ul style="list-style-type: none"> ☯ טראומה ☯ משבר רגשי ☯ חוסר יכולת להחליט 	ניתוח בהרדמה מלאה	גורמי מחלה שכיחים
ST-36	LIV-3	טיפול

בעיות רגשיות - טבלת השוואה

חוסרי איזון שכיחים	סימפטום
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חום ב- LIV ☉ רוח רגשית (gui) ב- LIV ☉ חולשת KID ☉ רוח רגשית (gui) ב- KID ☉ עודף יאנג בגלל חולשת אדמה 	הפרעות שינה וקושי להירדם
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חום ב- LIV ☉ רוח רגשית (gui) ב- LIV 	דיבור תוך כדי שינה או חלימת יתר
<ul style="list-style-type: none"> ☉ רוח רגשית (gui) ב- LIV 	סיוטי לילה
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חום ב- LIV ☉ רוח רגשית (gui) ב- LIV ☉ חולשת KID ☉ רוח רגשית (gui) ב- KID 	הרטבות לילה
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חום ב- LIV ☉ רוח רגשית (gui) ב- LIV ☉ חולשת KID ☉ רוח רגשית (gui) ב- KID 	אי שליטה ביציאות במשך היום
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חום ב- LIV ☉ רוח רגשית (gui) ב- LIV 	אי שקט
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חום ב- LIV ☉ רוח רגשית (gui) ב- LIV 	כעס ואלומות
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חסימה של צי' ה- LIV ☉ עודף מתכת ב- LIV 	תסכול והתמרמרות
<ul style="list-style-type: none"> ☉ רוח רגשית (gui) ב- LIV 	מצמוץ תכוף בעיניים (טיקים) או תנועות שרירים לא רצוניות
<ul style="list-style-type: none"> ☉ רוח רגשית (gui) ב- LIV 	היפר אקטיביות
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חולשת KID ☉ רוח רגשית (gui) ב- KID 	פחדים, חרדות ובהלה
<ul style="list-style-type: none"> ☉ רוח רגשית (gui) ב- KID 	התקפי חרדה
<ul style="list-style-type: none"> ☉ חולשת hun ☉ יאנג לא מעוגן 	אדישות, חולמנות