

לאיה ואבישי היקרים,

ברצוני להודות לכם מקרב לב על הטיפול המקצועי ששיפר את איכות חיי בצורה משמעותית ביותר.

הגעתי אליכם לאחר שסבלתי מ"חרדת נהיגה".

עקב מאורע שהיה לי לפני כ-3 שנים (על הכביש) התחלתי לפחד ממצבים שונים ומשתנים שפקדו אותי על הכביש תוך כדי נהיגה.

חרדה זו נתנה את אותותיה בעיקר בכבישים בין עירוניים, מהירים, במצבים של השתלבות בתנועה מהירה ועמוסת תנועה. במצבים אלו הייתי נתקף חרדה שהייתה מלווה בקוצר נשימה, הזעה ופאניקה שגרמה לי לעצור בשוליים, לנהוג באיטיות יתרה, ולהיות במצב לחץ ו-stress קשים. כל נהיגה מתוכננת, בין אם לעבודה או לטיול משפחתי גרמה לי אי נוחות. ככל שיכולתי נמנעתי מנהיגה ובהיעדר היכולת להימנע תכננתי את המסלולים ליעדים בדרכים צדדיות ואיטיות. מיותר לציין כי מצב חדש זה השפיע לרעה על כל אורח חיי.

לאחר מפגשים עם פסיכולוגים וניסיונות של טיפולים בשיטות שונות שלא הועילו שוחחתי על הנושא עם אבישי, מכר ותיק. שמחתי לשמוע מאבישי, בביטחון, כי הבעיה ניתנת לפתרון באמצעות שיטת אייפק וככל הנראה תוך מספר טיפולים מועט.

אני מודה שהייתי מאד ספקן לגבי השיטה, אך במצב שהייתי בו הסכמתי לנסות.

מיד לאחר המפגש הראשון, תוך נהיגה חזרה לביתי, חשתי בהבדל על כביש – הרגשתי טוב יותר, בטוח יותר, ממוקד ובעיקר נינוח יותר.

לאחר 4 מפגשים בלבד (2 עם אבישי ו-2 עם איה) נעלמו החרדות וחזר לי הביטחון על הכביש. כיום הבעיה נראית כהיסטוריה רחוקה. אני נוהג שוב בהנאה, בביטחון ומשחרר מלחצים.

אבישי ואיה, אני רוצה שוב להודות לכם על שהכרתם לי את השיטה ולשבח את היכולות המקצועיות המיוחדות שלכם לנהוג באמפטיה כלפי המטופל, להבין אותו ולטפל בו בשיטה יעילה ונעימה.

התוצאות מדברות בעד עצמן.

תודה מקרב לב,
מיכאל
קרית אונו.

30.6.2011