

Stress-udbrændthed-depression.

En kvinde midt i halvtredserne henvendte sig til mig, fordi hun gennem 5 uger havde været sygemeldt fra sit job, hvorefter hun langsomt var startet igen, men hun var ikke helt på toppen og kunne ikke klare en hel arbejdsdag, og hun havde behov for at sove hver eftermiddag.

Hun havde fået antidepressiva fra sin læge, som mente, at hun havde fået en depression. Hun var dog selv noget tvivlende over for denne diagnose, for hun følte sig mere stresset og udbrændt end deprimeret. Der havde været mange omstruktureringer på arbejdspladsen, og der havde været meget overarbejde forbundet med dette. Hun havde desuden oplevet nøjagtig det samme for et par år siden. Hun ville nu gerne prøve noget andet for at få noget mere energi til at klare hverdagen.

Det blev også hendes mål - mere energi og mere livsglæde. Den første gang blev der arbejdet med muskelkredsløb, og der var flere blokerede muskler, der skulle rettes, så energien igen kunne flyde frit.

Da hun kom næste gang, havde hun fået mere energi og var ikke længere så træt og kunne arbejde i længere tid ad gangen. Den anden afbalancering kom til at dreje sig om to områder i hjernen, nemlig pinealkirtlen og amygdala. Der var meget stress på disse to områder, og det drejede sig om at få fjernet dette stress, så hjernen igen kunne blive helt afbalanceret og integreret, og klienten kunne bevare psykisk skarphed. Desuden dukkede en gammel ubalance op, og den blev følgelig også korrigeret.

Efter endnu fire uger kom klienten igen. Hun kunne fortælle, at hun havde haft det dårligt den første dag efter afbalanceringen, men derefter var det bare gået fremad, hvilket stressprocenten kunne bevidne. Der var igen forsvundet en tredjedel stress, og hun var kommet et skridt nærmere til sit mål.

Der var behov for i alt 5 afbalanceringer, og så var klienten helt på toppen igen og kunne igen klare en hel arbejdsdag. Det ord fra Adfærdsbarometeret, som hun landede på til sidst, var "fuldkommen", og hun var virkelig fuldkommen, da hun var færdig. Hun kunne klare jobbet perfekt, være anset på arbejdspladsen, kunne se sig selv an og være tilfreds med sin egen indsats, og hun var igen den friske pige, som hun havde været tidligere.

[Tilbage til oversigten](#)