

מהו "טיפול משפחתי"?

טיפול משפחתי (Family Therapy) הינו צורת פסיכותרפיה המתייחסת לבעיות משפחתיות, לרוב בין-דוריות, והרואה את קשיי הפרט כנובעים ומושפעים מהמערכת המשפחתית, חלקה או כולה.

גישת הטיפול המשפחתי מבוססת על ההנחה, שרוב הבעיות הפסיכולוגיות נוצרות על רקע הקשר המשפחתי והחברתי של האדם, ולכן תוכלנה למצוא את פתרונן על-ידי שינוי היחסים וההתנהגות של בני המשפחה. גישת היעוץ המשפחתי רואה את המשפחה כמערכת המשפיעה על כל אחד מחבריה, ומושפעת הדדית על ידי כל אחד ממרכיביה.

כוחה של המשפחה הוא ביחסים רגשיים משמעותיים המתקיימים בין חבריה. היחסים הרגשיים עשויים להיטיב על קושי של אחד מבני המשפחה, או, חלילה, להרע אותו. לעיתים מתקשים בני המשפחה להתמודד עם קונפליקטים בצורה עניינית בגלל התייחסות רגשית מוגזמת. פיטורין, מחלה, ליקוי או קושי אצל אחד מבני המשפחה, משפיעים על כל בני המשפחה האחרים, על האווירה המשפחתית, ועל היחסים המשפחתיים והזוגיים.

הטיפול המשפחתי מנסה לשקף לבני המשפחה את תפקידו של כל אחד מהם, את היחסים ההדדיים והאווירה המשפחתית, ולבחון מתוך כך, את החלקים הבריאים והלא בריאים במשפחה, על מנת לאפשר תפקוד תקין גם בתנאי לחץ ומשבר.

ביטוי קיצוני להשלכות ההדדיות בתוך המערכת המשפחתית, מתגלה כאשר דפוס יחסים פתולוגי לא פתור בין ההורים, עלול להפוך את אחד הילדים ל"בעיה", ל"שעיר לעזאזל" או ל"נושא הסימפטום": הילד עלול לפתח בעיה פיזית או נפשית, כדי למקד בו את תשומת הלב של ההורים, ובכך להסיט את תשומת ליבם מהבעיות ביניהם- לבעיות שלו. כאשר ילד במשפחה מגלה צרכים מיוחדים, ההורים מתגייסים, ובצדק, לעשות כל מה שניתן על מנת לטפל בבעיה. אולם, מי מטפל בהורים? מי מקשיב לתסכוליהם ולקשייהם? מי נותן מקום לתחושת האשמה (הבלתי מוצדקת) שחש הורה הכועס על כך שחייו הפרטיים נלקחו ממנו? כיצד ניתן לקיים אוירה משפחתית תקינה נוכח קשיים של אחד מבני המשפחה? על סוגיות אלו ורבות אחרות נותן מענה הטיפול המשפחתי, המייחס לכל בני המשפחה חשיבות שקולה. בטיפול, גם הילד ה"מוצלח" של המשפחה, יקבל מקום מרכזי לא פחות מזה של הילד ה"בעייתי", שממילא גוזל את מירב תשומת הלב המשפחתית.

הטיפול המשפחתי הינו שיטת הטיפול הננקטת בהקשר לנושאים הבאים:



- קשיים בתפקוד המשפחתי וביחסים בין הורים וילדים
- בעיות בין חמיות וכלות
- התמודדות עם משבר בריאותי של אחד מבני המשפחה (פיזי או נפשי)
- בעיות הקשורות לשלבי מעבר התפתחותיים של המשפחה וחבריה
- פתרון קונפליקטים משפחתיים
- תהליכי פירוד וגירושין

המטפל המשפחתי מתמקד בהבנת עולמו של המטופל ביחסים המשפחתיים, ובהבנת דפוס הקשרים הרגשיים וההתנהגותיים של המשפחה כולה. בטיפול משפחתי מוזמנים למפגשים כל בני משפחה הקשורים לבעייה המוצגת. עם זאת, תיתכנה פגישות בהן יוזמנו רק חלק מבני המשפחה, או אחד מהם, לפי העניין.

הגישה הטיפולית המשפחתית מציעה, אם כן, מענה התנהגותי, קוגניטיבי ורגשי בצורת טיפול פרטנית, זוגית, משפחתית או קבוצתית, לאתגרים השונים שהמשפחה עומדת בפניהם.