

לכידות והסתגלות אולסון





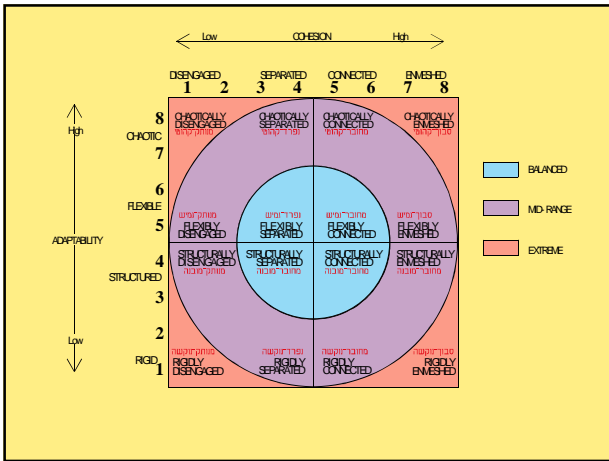
מטרות המודל

- גישור הפער הקיים בין תיאוריה, מחקר ופרקטיקה בטיפול משפחתי.
- יצירת אמות מידה לזוגות ומשפחות לגבי:
 - אבחנה
 - קביעת תוכנית התערבות.



מה זה המודל

כשמרכיבים את שני המימדים לכידות והסתגלות למודל סירקומפלקס, נוצרים 16 טיפוסים משפחות – מערכות משפחתיות.

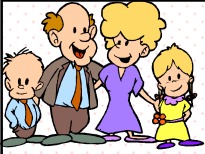


מודל דינאמי

הנחת היסוד : שינויים יכולים לקרות במשפחה לאורך ציר הזמן, בגבולות סבירים.

לכידות

- הקשר הרגשי בין חברי המשפחה.
- מידת האוטונומיה האינדיבידואלית שחווה היחיד, בתוך המערכת המשפחתית.



רמות לכידות

רמת הלכידות המשפחתית מתייחסת לרצף שבין שתי קצוות:

- רמת נפרדות גבוהה: קשר מינימלי ומהווה בין בני המשפחה. **Disengagement**
- רמת נפרדות נמוכה, העדר אינדידואליזציה. לבני המשפחה יש קושי לבדלות בשל טשטוש בין מחשבות הפרט, רגשותיו ותפקידיו לבין אלה של יתר בני המשפחה. **(enmeshed)**

רמת לכידות

הנחת היסוד:

רמת לכידות מאוזנת מובילה לתפקוד אפקטיבי ולהתפתחות אופטימאלית של חברי המשפחה.

סוגים של לכידות משפחתית:

- לכידות נמוכה מאוד- משפחות מנותקות **Disengagement**
- לכידות נמוכה עד בינונית- משפחות נפרדות **Seperated**
- לכידות בינונית עד גבוהה- משפחות מחוברות **Connected**
- לכידות גבוהה מאד- מעורבות יתר **Enmeshed**



מדדי הלכידות

- **עצמאות** – תלות בני המשפחה זה בזה, נאמנות וקירבה (רמת הקירבה בין בני הזוג)
- **גבולות במשפחה** – מרחק רגשי בין חברי המשפחה מוקד הפעילות - בתוך/מחוץ למשפחה
- **קואליציות** – הקשרים הקבועים בין בני המשפחה
- **זמן** – מידת הזמן שבני המשפחה נמצאים ביחד ולחוד



מדדי הלכידות

- **מרחב** – המרחק הפיזי והרגשי – חדירות הגבולות.
- **חברים** – משותפים/נפרדים.
- **קבלת החלטות** – האופן בו מתקבלות החלטות במשפחה.
- **תחומי עניין** – משותפים/נפרדים

דרכי התמודדות ברמות השונות של לכידות

- למשפחות בקצוות יש קושי בהתמודדות עם שינויים ויכולת נמוכה של פתרון בעיות.
- משפחות אלה מאופיינות גם בקשיים בתקשורת:
- נפרדות גבוהה – בגלל המרחק.
- נפרדות נמוכה – בגלל הקרבה וחוסר ההגדרה של בני המשפחה כפרטים.
- "משפחה תקינה" מסוגלת לשמור על איזון עדין בין קרבה ומרחק.



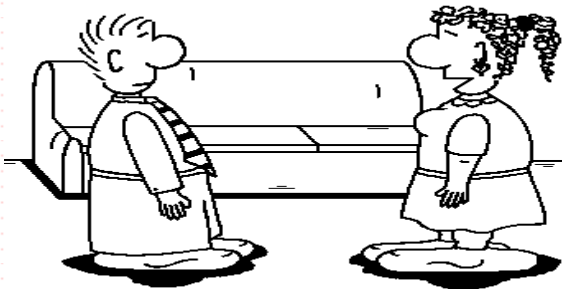
לכידות בתוך זוגיות

- ככל שתהליכי האינדוידואציה ותחושת הערך היו תקינים במשפחת המקור : בני הזוג יצליחו להשיג אוטונומיה ממשפחת המקור על מנת לבסס זוגיות חדשה.
- בני הזוג יצליחו להגיע לאיזון בין הצרכים הזוגיים לצרכים האישיים.
- הזוגיות נמצאת בקונפליקט מתמשך בין שאיפה לסימביוזה לבין הצורך בנפרדות.

סמביוזה
תלות

נפרדות
עצמאות

Daily 'Toons



"Don't worry dear, I have faith in you. You can't be wrong EVERY time, even if you try."

ההסתגלות

היכולת של המערכת הזוגית והמשפחתית לשנות:

- מבנה הכוח
 - התפקידים
 - החוקים
- כתגובה ללחצים סביבתיים והתפתחותיים.

רמות הסתגלות

- **Structure** – הסתגלות מובנית
- **Flexible** – הסתגלות גמישה
- **Rigid** – הסתגלות נוקשה
- **Chaotic** – הסתגלות קהוטית

מדדי ההסתגלות

- שליטה - מנהיגות והררכיה
- משמעת – הדרך בה מיישמים את הסדרים במשפחה.
- משא ומתן – הדרך בה מתקבלות החלטות
- תפקידים – הגדרת תחומי אחריות במשפחה
- חוקים – כללים לפיהם פועלים בני המשפחה
- מערכת משוב – סגנון מתן המשוב במשפחה

מערכות פתוחות

- מובחנת ביכולת של היחידים שלה לחוות ולאזן את הקצוות על ידי כך שהם עצמאיים וקשורים למשפחותיהם.
- ליחידים במשפחה יש החופש להיות יותר לבד או מחוברים זה לזה , לפי רצונם.
- 4 סוגי המשפחות במעגל הפנימי הנ "משפחות מתפקדות"

4 סוגי משפחות קיצוניות

- משפחה כאוטית – בעלת נפרדות גבוהה
Chaotically Disengaged
- משפחה כאוטית – בעלת נפרדות נמוכה
Chaotically Enmeshed
- משפחה נוקשה בעלת נפרדות גבוהה
Rigidly Disengaged
- משפחה נוקשה בעלת נפרדות נמוכה
Rigidly Enmeshed

במצבי לחץ ומשבר

- משפחות לא מתפקדות, משפחות "שוליים" תצמדנה למצב הקיים, או שתעבורנה לדפוס התמודדות, המצוי בקצה הרצף.
- משפחות מתפקדות ינועו לרמה סמוכה

תודה