

*Мадар Галина Геннадиевна*

студентка

ФГБОУ ВО «Донской государственный  
технический университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

## **РОЛЬ СЕМЕЙНОГО ПСИХОЛОГА В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ**

***Аннотация:** статья посвящена роли семейного психолога в условиях современного общества, выделяются основные аспекты профессиональной деятельности специалиста при работе с семьей. Рассматриваются ключевые направления психологической поддержки: развитие коммуникативных навыков, стратегии совместного принятия решений, подходы к управлению кризисными ситуациями, укрепление родительской компетентности, техники снижения стресса и методы поддержания крепких брачных отношений. Автор подчеркивает значимость психологической помощи в укреплении внутрисемейных отношений и поддержании психологического благополучия всех членов семьи в контексте изменчивого и многогранного современного мира.*

***Ключевые слова:** семейный психолог, взаимопонимание, кризис, родительская компетентность, брак, психологическое благополучие, принятие решений, эмоциональная поддержка, благополучие семьи, современное общество, семейные отношения.*

В современном мире, наполненном быстро меняющимися реалиями и высоким уровнем стресса, роль психолога в семейной жизни становится всё более значимой. Профессионалы, специализирующиеся на семейной психотерапии, направлены на укрепление отношений между членами семьи и поддержание её благополучия.

Взаимопонимание и коммуникация.

Эффективная коммуникация является краеугольным камнем здоровых семейных отношений. Психолог помогает членам семьи развивать навыки активного слушания и конструктивного выражения собственных эмоций и

потребностей. Процесс включает в себя обучение уважению к границам других и понимание, что каждый член семьи имеет свои уникальные чувства и взгляды.

Совместное принятие решений.

Принятие решений в семье должно базироваться на уважении и взаимопонимании. Психолог обучает семью техникам коллективного принятия решений, чтобы каждый член семьи мог высказать свое мнение и почувствовать, что его голос учитывается.

Работа с кризисными ситуациями.

Кризисные ситуации требуют особого внимания и поддержки. Семейный психолог предоставляет инструменты и стратегии, которые помогут семье объединиться и преодолеть трудные времена, сосредотачиваясь на укреплении отношений и совместном поиске решений проблем.

Родительская компетентность.

Родительство – сложный процесс, требующий от взрослых развития определенных навыков и знаний. Психолог помогает родителям разрабатывать стратегии воспитания, которые учитывают индивидуальные особенности ребенка и способствуют его здоровому развитию.

Борьба со стрессом и усталостью.

Психолог помогает семье идентифицировать источники стресса и предлагает эффективные стратегии его снижения. Это может включать в себя различные техники релаксации, управления временем и развития положительного отношения к жизни.

Поддержка в браке.

Отношения между партнерами могут сталкиваться с различными трудностями и испытаниями. Психолог помогает партнерам работать над своими отношениями, развивать эмоциональную близость и решать конфликты конструктивным образом, чтобы поддерживать счастливый и здоровый брак.

Работа семейного психолога включает в себя интеграцию различных методов и подходов, чтобы обеспечивать поддержку и развитие каждого члена семьи, а также семейного коллектива в целом. Этот процесс может адаптироваться и

изменяться в зависимости от уникальных потребностей и вызовов, с которыми сталкивается семья.

Семейный психолог стоит на переднем крае поддержки и развития отношений в самой ядерной и важной социальной единице – семье. Работа специалиста направлена не только на разрешение возникающих конфликтов и трудностей, но и на профилактику возможных проблем, укрепление взаимопонимания и создание благоприятной атмосферы для роста и развития каждого ее члена. Учитывая социокультурные изменения и новые вызовы современного общества, роль психолога в семейной динамике приобретает особую значимость, поддерживая адаптацию семьи к меняющимся условиям жизни и помогая сохранить гармонию и психологическое благополучие. Всесторонняя и целенаправленная работа психолога с семьей способствует построению здоровых, счастливых отношений, что, в свою очередь, положительно сказывается на обществе в целом.

### *Список литературы*

1. Алексеева Л.В. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования / Л.В. Алексеева. – М.: Юрайт, 2016. – С. 142–145.
2. Лебедева А.М. Психология брака и семейных отношений / А.М. Лебедева. – М.: Перспектива, 2018. – С. 76–77.
3. Черкасова С.Г. Консультативная психология и психотерапия / С.Г. Черкасова. – М.: Академический Проект, 2015. – С. 34–35.