

Дяченко Богдан Валерьевич

студент

ФГБОУ ВО «Донской государственный
технический университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОЙ СЕМЬИ

***Аннотация:** в статье освещаются актуальные проблемы психологической безопасности семьи в современном обществе, акцентируется внимание на пяти ключевых аспектах: экономической стабильности, совмещении трудовых и семейных ролей, вызовах технологической эры, генерационных различиях и ролевых стереотипах. Автор рассматривает, как указанные факторы воздействуют на взаимоотношения внутри семьи и психологическое благополучие каждого ее члена, предлагая возможные стратегии совместной работы и поддержки. Целью статьи является выявление проблемных зон семейных отношений с учетом влияния макро- и микрофакторов, а также поиске путей оптимизации условий для формирования психологически устойчивой и благоприятной среды для развития и самореализации каждого индивида. Работа может быть полезна для специалистов в области психологии, социологии, педагогики, а также для всех, кто интересуется вопросами укрепления семейных отношений и повышения качества семейной жизни.*

***Ключевые слова:** психологическая безопасность, семейные отношения, экономическая стабильность, ролевые ожидания, технологические вызовы, генерационные различия, взаимопонимание, стратегии совмещения, социокультурные стереотипы, поддержка, коммуникация, стресс, конфликты, решение проблем, семейные ценности, психологическое благополучие, самореализация, социализация, воспитание, устойчивость семьи, качество жизни.*

В эпоху ускоренного темпа жизни, технологического бума и социокультурных трансформаций, психологическая безопасность семьи заслуживает особого

внимания и анализа. Семья, олицетворяющая собой первоначальную социальную единицу, становится платформой для первичных взаимоотношений, формирования мировоззрения и психологического благополучия каждого индивида. Однако, ряд вызовов и проблем современности может подорвать устойчивость и гармоничность семейных отношений, порождая напряжение и дискомфорт в сердце домашнего очага. Вопросы экономической стабильности, совмещение трудовых и семейных ролей, технологическое вмешательство, генерационные различия, а также стереотипные ролевые ожидания часто становятся центральными точками проблематики, требующими детального рассмотрения и комплексных решений. Текущая статья нацелена на осветление этих проблем и поиск путей оптимизации взаимоотношений внутри семьи с целью формирования психологически благополучной и поддерживающей среды для каждого ее члена.

1. Экономическая нестабильность.

Экономический стресс часто становится катализатором для множества проблем в семейной жизни. Неуверенность и страх перед будущим, связанными с нестабильностью работы и доходов, могут породить чрезмерное напряжение и конфликты между членами семьи. Партнеры могут переносить свою обеспокоенность и стресс на отношения, что снижает качество их взаимодействия и психологическую безопасность. Дети, в свою очередь, чувствуют эту напряженность и могут страдать от тревожности и страхов. Таким образом, создание стратегий семейного бюджетирования, открытое обсуждение финансовых вопросов и поиск путей совместного преодоления экономических трудностей могут стать ключевыми в поддержании психологической устойчивости семьи.

2. Совмещение труда и семейных обязанностей.

Загруженность на работе и дома часто ставит родителей перед сложным выбором между карьерой и семьей. Исчерпывающий рабочий день может уменьшить количество качественного времени, проведенного с детьми и другими членами семьи. В результате, дети могут чувствовать себя забытыми или менее важными, а партнеры – обделенными вниманием. Разработка гибкого графика работы,

установление приоритетов и создание моментов для совместного времяпрепровождения становятся центральными моментами в укреплении семейных уз.

3. Технологическое вмешательство.

Технологии, несмотря на их возможности по связыванию людей, также могут создавать барьеры внутри семьи. Переизбыток экранного времени у родителей и детей часто приводит к снижению количества взаимодействия лицом к лицу и общения. Это может привести к чувству одиночества, недооцененности и отчуждения в рамках семьи. Ограничение использования гаджетов, проведение «цифровых детоксов» и осознанное уделение времени друг другу без технологического вмешательства обеспечивают психологическую безопасность и укрепляют семейные связи.

4. Взаимоотношения между поколениями.

Конфликты между поколениями в семье – распространенная проблема, влияющая на психологическую атмосферу. Разногласия в воспитании, столкновение ценностей и понимания современного мира между родителями и детьми могут вызывать напряжение и даже долгосрочные раздоры. Разрешение конфликтов и нахождение компромиссов, учет индивидуальности и генерационных особенностей являются важными инструментами для поддержания гармонии и уважения в семье.

5. Ролевые ожидания и стереотипы.

Ролевые ожидания в семье, основанные на общественных и культурных стереотипах, могут создать дополнительное давление и конфликты. Например, ожидания, связанные с гендерными ролями, могут воздействовать на личностное развитие и профессиональные стремления членов семьи, особенно если они не соответствуют их убеждениям и целям. Обсуждение и переосмысление ролей и ожиданий внутри семьи, а также поддержка индивидуальности и свободы выбора каждого члена семьи, способствуют созданию здоровой и поддерживающей среды.

В заключение, нельзя переоценить значение психологической безопасности в семье как фундамента, на котором строится устойчивость и благополучие каждого ее члена. Актуальные проблемы, затрагиваемые в данной статье, отражают лишь вершину айсберга в обширном океане семейных отношений и их

сложностей. Экономическая стабильность, совмещение ролей в труде и семье, технологические вызовы, генерационные различия и ролевые стереотипы – все эти аспекты требуют глубокого понимания и стратегического подхода для построения сильных, здоровых и счастливых семей. Разработка решений, направленных на поддержку и укрепление семейных отношений, включает в себя не только активное и осознанное участие членов семьи, но и поддержку со стороны общества, профессионалов и государственных структур. Только совместными усилиями мы можем создать условия, в которых каждая семья сможет процветать, несмотря на вызовы современности, обеспечивая тем самым благополучное будущее следующим поколениям.

Список литературы

1. Лидерман Н.К. Семейная психотерапия / Н.К. Лидерман. – М.: Академия, 2015. – С. 56–57.
2. Щедровицкий Г.П. Семейная педагогика и психология как система профессиональной подготовки / Г.П. Щедровицкий. – М.: Педагогика, 2016. – С. 171–174.
3. Захаров А.И. Психологическая диагностика семейных отношений / А.И. Захаров. – М.: Академия, 2018. – С. 73–73.