

Шошина Алёна Алексеевна

учитель

МБОУ «СШ №14 с углубленным изучением
отдельных предметов имени Я.И. Лейцингера»

г. Архангельск, Архангельская область

ВАЖНОСТЬ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ В СЕМЬЕ

***Аннотация:** статья посвящена актуальной теме социально-психологической поддержки семьи, которая играет важную роль в обеспечении благополучия и устойчивости семейных отношений. В условиях современного общества, сталкивающегося с различными кризисами и вызовами, эффективная социально-психологическая поддержка становится необходимостью для обеспечения гармонии и психоэмоционального благополучия в семье. В работе рассматриваются основные аспекты, формы и методы поддержки, доступные семьям, нуждающимся в помощи, а также анализируется их влияние на укрепление семейных уз. Основное внимание уделено ролям социальных работников, психологов и других специалистов в процессе оказания помощи. Приведены примеры успешной практики и рекомендации для создания эффективно работающих систем поддержки семей в различных странах.*

***Ключевые слова:** социально-психологическая поддержка, семья, семейные отношения, психоэмоциональное благополучие, социальные работники, психологи, кризисы, методы поддержки, система поддержки, успешная практика.*

В современном мире, где темп жизни возрастает, а социальные связи становятся более дистантными и изменчивыми, вопросы, касающиеся семьи и её устойчивости, приобретают особую значимость. Актуальность темы социально-психологической поддержки семьи трудно переоценить. Существует множество факторов, которые могут негативно влиять на психоэмоциональное состояние членов семьи: от стрессов, связанных с работой и экономическими трудностями, до проблем в образовательной системе и сложностей в межличностных отношениях.

Социально-психологическую поддержку можно определить как комплекс мероприятий и механизмов, направленных на помощь и содействие отдельным членам семьи или всей семье в целом. Она включает в себя как эмоциональные, так и практические аспекты, и направлена на создание условий для преодоления трудностей, улучшения психоэмоционального климата и усиления социальной сплоченности. Эта поддержка может быть предоставлена как через формальные структуры – психологов, социальных работников, так и через неформальные связи – друзей, соседей, родных [1].

Цели данной статьи заключаются в анализе роли и значимости социально-психологической поддержки в жизни семьи. Задачи статьи включают определение ее основных форм и методов, исследование факторов, влияющих на потребность в поддержке, а также выявление успешных практик и программ, способствующих улучшению благополучия семьи.

Семья, как социальная единица, представляет собой одну из основополагающих структур общества. Она не только выполняет функции, связанные с воспитанием и социальной интеграцией, но и обеспечивает эмоциональную безопасность своих членов. Родственные и внутрисемейные связи оказывают значительное влияние на психоэмоциональное состояние и благополучие индивидов. В условиях быстро меняющегося социума семья может сталкиваться с различными вызовами, от финансовых проблем до конфликтов, что подчеркивает важность наличия эффективной системы поддержки.

Социально-психологическая поддержка охватывает несколько важных аспектов, каждый из которых играет ключевую роль в укреплении семьи.

1. Социальная поддержка – это ресурсы, предоставляемые семье в виде помощи от друзей, соседей, коллег и организаций. Она включает финансовую, материальную и информационную солидарность.

2. Психологическая поддержка относится к помощи, предоставляемой профессионалами, такими как психологи и социальные работники. Это может быть как консультирование, так и психотерапия, направленная на устранение эмоциональных проблем и конфликтов.

3. Эмоциональная поддержка выражается в виде внимания, понимания и сочувствия со стороны близких. Именно эта форма поддержки помогает укреплять связь между членами семьи и создает атмосферу доверия и взаимопонимания [2].

Существует множество факторов, которые влияют на потребность семьи в социально-психологической поддержке. К числу этих факторов можно отнести:

Экономическое положение – финансовые трудности зачастую становятся источником стресса и конфликтов в семье, увеличивая потребность в поддержке.

Социальные связи – наличие или отсутствие соцсетей и поддержки со стороны друзей и родных напрямую сказывается на уровне стресса и необходимости в помощи.

Культурные и социокультурные особенности – культура может определять, как семьи обращаются за помощью, и кто может быть источником такой поддержки.

Психологическое состояние членов семьи – наличие психических или эмоциональных заболеваний или, наоборот, высокий уровень социальной активности могут определять, как и в каких формах может потребоваться поддержка.

Одним из ключевых воздействий социально-психологической поддержки является улучшение психоэмоционального состояния членов семьи. Когда кто-то из семьи испытывает трудности или стрессы, наличие поддержки – как эмоциональной, так и информационной – способствует снижению уровня тревожности и депрессии. Открытые общения и поддержка со стороны близких создают пространство, в котором каждый может выразить свои чувства, что особенно важно в кризисные моменты [3].

Например, в ситуациях, связанных с потерей работы, изменениями в здоровье или другими форс-мажорными обстоятельствами, поддержка семьи помогает справиться с чувством безысходности. Члены семьи могут поделиться своими переживаниями, что часто приводит к снятию излишнего стресса и формированию устойчивости. В свою очередь, благоприятная атмосфера внутри семьи позволяет каждому её члену чувствовать себя более защищённым и уверенным.

Социально-психологическая поддержка также играет критическую роль в укреплении межличностных отношений внутри семьи. Совместное преодоление

трудностей создает более тесные связи между членами семьи, развивает чувство единства и принадлежности. Когда члены семьи начинают активно обсуждать свои проблемы и работать вместе над их решением, это способствует укреплению доверия и взаимопонимания.

Одной из основных функций социально-психологической поддержки является профилактика конфликтов и условий, способствующих кризисам в семье. Поддержка помогает выявлять и решать проблемы на ранних стадиях, прежде чем они перерастут в серьезные конфликты или кризисные ситуации [4].

Открытое и конструктивное общение между членами семьи снижает риск недопонимания и обид, которые могут привести к серьезным разногласиям. Например, семья, в которой активные обсуждения и обсуждение различных мнений принимаются как норма, с большей вероятностью сможет справиться с конфликтами, понимая точку зрения каждого. Психологическая поддержка может включать в себя профессиональные практики медиаторов или психологов, обучающих семьи процессам разрешения конфликтов. Применение таких методов на практике позволяет избежать многих потенциальных проблем, сохраняя психоэмоциональное здоровье всей семьи.

Несмотря на очевидное значение и положительные эффекты социально-психологической поддержки для семей, её реализация сталкивается с рядом серьезных проблем.

Одна из основных трудностей заключается в недостатке ресурсов – как финансовых, так и человеческих. В современных реалиях многие семьи не имеют возможности оплачивать услуги психологов или социальных работников, что делает профессиональную поддержку недоступной. Это ограничивает эффективность уже существующих программ помощи и поддержки, поскольку более уязвимые группы населения остаются без необходимой помощи.

Размеры бюджета на социальные программы в стране, а также уровень развития инфраструктуры благополучия играют значительную роль. В регионах, где доступны лишь ограниченные ресурсы, семьи могут оказаться в изоляции и без

поддержки. Это усиливает нагрузку на каждого члена семьи и увеличивает вероятность кризисных ситуаций [5].

Социально-психологическая поддержка является необходимым инструментом для укрепления семейных отношений и улучшения психоэмоционального состояния. Она помогает предотвратить конфликты и кризисы, создавая более гармоничную и устойчивую семейную среду. Однако реализация такой поддержки сталкивается с многочисленными трудностями, включая недостаток ресурсов, социальные стереотипы и проблемы доступа. Для того чтобы оптимизировать данный процесс, необходимо разработать и внедрить стратегии, направленные на преодоление указанных барьеров, что позволит большему количеству семей получить ту поддержку, которая им необходима. Важно, чтобы общество осознавало ценность и значимость такой поддержки и стремилось к её интеграции в повседневную жизнь.

Список литературы

1. Баротов Ш.Р. Социально-психологические и научно-практические основы создания психологической службы в Узбекистане: автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Ш.Р. Баротов. – Ташкент, 1998. – 37 с.
2. Баротов Ш.Р. Психологическая служба образования: от теории к практике: учебно-методическое пособие / Ш.Р. Баротов [и др.]. – Бухара: Дурдона, 2017. – 172 с.
3. Бошормени-Нэгн И. Изменяющийся облик брака / И. Бошормени-Нэгн, Б. Крэснер // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2007. – №26 (март). – С. 26–34.
4. Гаврилюк В.В. Динамика ценностных ориентаций в период социальных трансформаций (поколенный подход) / В.В. Гаврилюк, Н.А. Трикоз // Социологические исследования. – 2002. – №1. – С. 15–24. – EDN TPUWSZ
5. Гаспарян Ю.А. Семья на пороге XXI века (социологические проблемы) / Ю.А. Гаспарян. – СПб.: Петрополис, 1999. – 320 с.