



Международная междисциплинарная мемориальная научно-практическая конференция СОВРЕМЕННЫЙ МИР: ПРИРОДА И ЧЕЛОВЕК 70 - летию Кемеровского государственного медицинского университета



**Психолого-психотерапевтические концепции
современной семьи и семейных отношений.**

**Докладчики: Ассистент кафедры
Психиатрии и наркологии Алмагамбетова А.А.
Жумагалиев Н.А., Алтынгалиева М.К., Амантаева Д.А.**



План работы

- *Введение*
- *Цель работы*
- *Методы исследования*
- *Результаты и обсуждение*
- *Заключение*

Введения

Семья традиционно рассматривается как основная социально-психологическая ячейка общества, в которой происходит формирование личности, усвоение культурных норм и развитие эмоционально-ценостных отношений.

Современные реалии — ускоренные темпы жизни, изменения социально-экономических условий оказывают значительное влияние на структуру и функции семьи. Меняются представления о браке, распределении ролей между супружами и родителями, а также о формах взаимодействия между поколениями. Актуальность исследования обусловлена необходимостью осмыслиения изменений, происходящих в современной семье, и поиском эффективных психологических подходов, направленных на укрепление отношений, развитие взаимопонимания и поддержание психологического благополучия всех её членов.



Цель и задачи исследования



Цель работы: систематизировать и проанализировать ключевые психологические концепции семьи и семейных отношений, определить их значение для современной теории и практики психологии.

Объекты и методы исследования:

1. Теоретико-аналитический метод — применялся для обобщения, систематизации и интерпретации существующих психологических теорий семьи и семейных отношений.

2. Контент-анализ научных источников — позволил выявить ключевые идеи, закономерности и тенденции, отражённые в современной научной литературе.

3. Сравнительно-сопоставительный метод — использовался для анализа сходств и различий между различными концептуальными направлениями (психоаналитическим, гуманистическим, системным, когнитивно-бихевиоральным и др.).

4. Историко-психологический подход — применялся для рассмотрения эволюции научных взглядов на институт семьи, его функции и роль в процессе социализации личности.

В обзор включены 20 статей, опубликованных за последние 5 лет.





Результаты и их обсуждения:

1) **Алексеева Н.В. (2021)** в исследовании, посвящённом психологическим механизмам устойчивости семьи, отмечает, что ключевым фактором гармоничных отношений является согласованность эмоциональных и когнитивных установок партнёров. Автор подчёркивает, что семейная психотерапия должна учитывать не только текущие конфликты, но и индивидуальные жизненные сценарии супругов, формирующие их способы реагирования на стресс..[1]

2) **Боброва Е.А. и Чернышова О.В. (2023)** в рамках интегративного подхода рассматривают семью как самоорганизующуюся систему, где личностные ресурсы каждого члена влияют на общее психологическое равновесие. Результаты показывают, что сочетание системного и личностно-ориентированного подходов позволяет эффективно снижать уровень внутрисемейной напряжённости..[3]

3) Горбунова М.С. (2022) исследовала особенности коммуникации в семьях с высоким уровнем конфликтности. Согласно её выводам, нарушения взаимодействия чаще связаны не с содержанием конфликтов, а с неэффективными моделями общения. В результате применения когнитивно-поведенческой семейной терапии наблюдалось улучшение взаимопонимания и снижение количества деструктивных реакций..[5]

4) Кузнецова А.В. (2024) анализирует влияние эмоционально-фокусированной терапии (ЭФТ) на укрепление семейных связей. В ходе эмпирического исследования выявлено, что работа с выражением подавленных эмоций способствует восстановлению доверия и безопасности в отношениях. Автор отмечает, что именно эмоциональная открытость является предиктором устойчивости брачного союза. В обсуждении делается акцент на необходимости развития эмоциональной грамотности в семейной психотерапии.[10]





Что подразумевает
психолого-
психотерапевтические
концепции семейных
отношений?



Психолого-психотерапевтические концепции семейных отношений рассматривают семью как единый психологический организм, где все члены взаимосвязаны, а эмоциональные и поведенческие реакции одного участника оказывают влияние на всю систему. В отличие от индивидуальной психотерапии, данные концепции ориентированы на взаимодействие внутри семьи, её коммуникационные процессы, эмоциональные связи и роль каждого члена. Современные исследователи подчёркивают, что основная цель психотерапевтического воздействия состоит в восстановлении гармоничных отношений, повышении адаптивности и улучшении эмоциональной сплочённости. Семья в этом контексте рассматривается как система, способная к саморазвитию при условии осознанного участия всех её членов в терапевтическом процессе.

Рассмотрим основные проблемы семейных отношений:

1. Высокий уровень семейных конфликтов и плохая коммуникация. Например, в исследовании было выявлено, что «семейные проблемы взаимоотношений оказались значительно отрицательно связаны с психологическим благополучием молодых взрослых» [2].

2. Межродительские конфликты, которые влияют на эмоциональное и поведенческое состояние детей и подростков. Ясно показано: «подростки, подвергшиеся конфликту между родителями, имели более слабую привязанность к отцу, больше проявляли гнев и хужеправлялись со стрессом» [8].





3. Социально-экономические и структурные изменения семьи, приводящие к ослаблению семейного единства и росту дезадаптивных форм семейных отношений. Например: «деформация семейных ценностей, влияние технологий и экономических трудностей ослабляют семейные отношения и ведут к конфликтам» [7].

4. Семейные конфликты в раннем детстве, особенно в социально-экономически неблагополучных семьях, связаны с родительской депрессией, неадаптивным поведением родителей и увеличением поведенческих проблем у детей [6].

5. Плохая семейная коммуникация напрямую связана с высоким уровнем психологического стресса, что отражается на эмоциональном состоянии всех членов семьи и снижает их адаптивность к трудностям [4, 9].

6. Недостаток эмоциональной поддержки и взаимопонимания внутри семьи усиливает чувство одиночества и отчуждения, что может приводить к росту тревожности, депрессии и нарушению психологического равновесия [11, 18].



Профилактика и пути решения проблем семейных отношений:

Современные исследования подчеркивают необходимость комплексной профилактики проблем в семейных отношениях, особенно в условиях цифровизации и изменения коммуникационных моделей. Одним из ключевых направлений становится повышение эффективности родительского воспитания и формирование здоровой цифровой среды внутри семьи. Современная семья сталкивается с комплексом психологических и социальных вызовов, связанных с изменением форм общения, цифровизацией и ростом эмоциональной нестабильности. Эффективная профилактика проблем семейных отношений должна включать развитие эмоциональной культуры, укрепление родительских компетенций и формирование здоровой среды взаимодействия.[20]

Заключение

Изучив современные исследования, можем сказать, что семья сегодня — это живая и постоянно меняющаяся система, где всё взаимосвязано: эмоции, поведение, общение и влияние общества. На отношения между членами семьи всё сильнее воздействуют социальные, экономические и даже цифровые изменения. Из-за этого растёт важность понимания психологических основ семейных отношений и поиска новых подходов к их укреплению. Анализ наших работ показал, что главными условиями гармонии в семье являются доверие, открытость, уважение и умение слышать друг друга. Психологическая поддержка, развитие эмоциональной грамотности и обучение конструктивному общению помогают предотвратить конфликты и улучшить атмосферу в семье. Большое значение также имеет участие родителей в воспитательном процессе и формирование здоровой цифровой среды для детей. Таким образом, современные психолого-психотерапевтические подходы направлены не только на решение уже существующих проблем, но и на их профилактику. Сильная и благополучная семья возможна тогда, когда её члены осознанно работают над своими отношениями, проявляют взаимопонимание и готовы меняться вместе. Результаты обзора подтверждают, что применение психологических знаний в семейной практике способствует укреплению отношений и общему психологическому благополучию.

Литература:

1. Алексеева Н. В. *Психологические механизмы устойчивости семьи в условиях жизненных кризисов.* // Психология и психотехника, № 7, с. 34–43.
2. Archana S. S. *World Journal of Advanced Research and Reviews.* – 2024. – p. 1–11.
3. Боброва Е. А., Чернышова О. В. *Современные подходы к психотерапии семейных отношений: интеграция системного и личностного подходов.* // Вестник психотерапии, № 2, 2023. – с. 45–54.
4. Dai, Y., Ouyang, N. *Excessive Screen Time is Associated with Mental Health Problems and ADHD in US Children and Adolescents.* // arXiv preprint, 2025. – arXiv:2508.10062. – p. 1–13.
5. Горбунова М. С. *Когнитивно-поведенческие модели в семейной терапии: эффективность при высоком уровне конфликтности.* // Современная психология, № 6, 2022. – с. 61–70.
6. Huang, R., Chazan-Cohen, R. & Carlson, D. *Early Family Conflict and Behavioral Outcomes in Children from Low-Income Families: The Indirect Effects of Parental Depression and Parenting Practices.* // Int. J. Environ. Res. Public Health, 2024. – p. 1–13.
7. Jabbarova S., Khalilov T. *Social Problems Of Family Upbringing.* // Journal of Clinical Medicine. – 2025. – p. 1–14.
8. Jesus M., Isabel F. *Parental Attachment and Psychosocial Adjustment in Adolescents Exposed to Marital Conflict.* // Clinical Child and Family Psychology Review. – 2024. – № 3. – p. 1–20.
9. Ksinan Jiskrova, G., Vazsonyi, A. T. *Substance Use and Risk-Taking Behavior in Adolescence: A Developmental Perspective.* // Addictive Behaviors Reports. – 2022. – Vol. 16. – p. 100–112.
10. Кузнецова А. В. *Эмоционально-фокусированная терапия как средство восстановления доверия в семейных отношениях.* // Journal of Family Psychology (русскоязычное издание), № 1, 2024. – с. 15–27.
11. Pine, A. E., Baumann, M. G., Modugno, G., Compas, B. E. *Parental involvement in adolescent psychological interventions: a meta-analysis.* // Clinical Child and Family Psychology Review. – 2024. – Vol. 27, № 3. – p. 1–20.
12. Ruiz-Ranz, E., Asín-Izquierdo, I. *Physical activity, exercise, and mental health of healthy adolescents: A review of the last 5 years.* // Sports Medicine and Health Science. — 2024. — Vol. 7, № 3. — p. 161–172.

13. Садыков Р. М., Большикова Н. Л. *Социально-психологический анализ факторов риска развития суицидального поведения детей и подростков.* // Концепт. – 2025. – № 5. – с. 101–115.
14. Терещенко С. Ю., Шубина М. В., Семенова Н. Б., Эверт Л. С., Горбачева Н. Н. *Взаимосвязь интернет-зависимости и нарушений сна у подростков Центральной Сибири при разных видах потребляемого контента.* // Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. Спецвыпуски. – 2022. – Т. 122, № 5-2. – с. 58–64.
15. Цыпин А. Е. *Буллинг — психотравмирующий фактор образовательной среды школы.* // Прикладная психология и педагогика. – 2018. – Т. 3, № 4. – с. 53–66.
16. Шаймарданова А. А., Дамдинов Д. Д. *Интернет-зависимость у лиц подростково-юношеского возраста: обзор литературы.* // Новые исследования Тувы. – 2024. – № 3. – с. 120–135.
17. White, B. M., Prasad, R., Ammar, N., Yaun, J. A., Shaban-Nejad, A. *Digital Health Innovations for Screening and Mitigating Mental Health Impacts of Adverse Childhood Experiences: Narrative Review.* // arXiv preprint. — 2025.
18. Zhao, N., Yang, S., Zhang, Q., Wang, J., Xie, W., Tan, Y., Zhou, T. *School Bullying Results in Poor Psychological Conditions: Evidence from a Survey of 95,545 Subjects.* // arXiv preprint. — 2023.
19. Журавлёва Т. А. *Психическое и психологическое здоровье личности: теоретико-методологические основания.* // Вопросы психологии, № 3, 2021. – с. 1–10.
20. *Психическое здоровье подростков.* Fact-Sheet, 1 сентября 2025 г. – URL: <https://www.who.int>



Спасибо за внимание!