



La famiglia è il primo luogo in cui l'individuo entra in contatto con la realtà sociale e, dunque, quello che può maggiormente influire, soprattutto nelle prime fasi della vita (infanzia, fanciullezza) ma anche successivamente, attraverso la formazione della personalità, la costruzione dei primi attaccamenti e l'acquisizione dei ruoli sociali. La configurazione e le dinamiche del *sistema familiare* sono strettamente connesse al contesto socio-culturale in cui è inserita. E' possibile individuare diverse tipologie di famiglie in base al numero dei suoi componenti e al tipo di relazione: famiglie monogenitoriali, famiglie separate o divorziate, famiglie di fatto, famiglie allargate. Il disagio, o sofferenza del singolo influenza ed è a sua volta influenzato da tutti i componenti della famiglia, questa rappresenta un sistema e come tale è composto da parti che interagiscono continuamente l'una con l'altra. Le fasi di sviluppo e di crisi contribuiscono a modificare le modalità con le quali ogni singolo componente della famiglia svolge il suo ruolo. In questo processo di cambiamento la famiglia attiva risorse specifiche, quali la capacità di adattamento e di riorganizzazione. Non sempre però questo si verifica in modo funzionale. Le relazioni all'interno della famiglia possono a volte diventare problematiche o addirittura molto conflittuali.



La *psicologia della famiglia* tenta di comprendere questi conflitti e incomprensioni cercando di portare il sistema familiare verso un equilibrio differente e maggiormente stabile. Il modo in cui il sistema si organizza in funzione del problema e della soluzione adottata non è sempre

adeguato alla risoluzione del problema ed al benessere delle persone, lo psicologo per mezzo di metodologie cliniche permette di risolvere precocemente situazioni disfunzionali ed evitare la cronicizzazione del problema, e spesso consente anche di evitare l'instaurarsi di una condizione patologica di uno dei membri o del sistema stesso.

Lo psicoterapeuta sistemico-relazionale attraverso la *consulenza familiare* aiuta la riattivazione e la riorganizzazione di quelle risorse possedute dalla famiglia che consentono di gestire il problema rilevato, evitando che si entri in un circolo vizioso, nel quale alcuni comportamenti e reazioni a catena possono diventare cronici, rendendo la situazione a rischio psicopatologico.

Leggi anche: [Psicoterapia Sistemico - Relazionale](#)