

**PSIHOLOGUL DE FAMILIE  
FAMILY PSYCHOLOGIST**

**Ghițoiu Daniela**

*Doctorand în psihologie educațională, Profesor consilier școlar,  
Supervizor și specialist în psihologie educațională, consiliere școlară și vocațională,  
Centrul Județean de Resurse și de Asistență Educațională (ROMÂNIA)*

*Ghițoiu Daniela*

*PhD Student in Educational Psychology, School Teacher and Counselor,  
Supervisor and Specialist in Educational Psychology, School and Vocational Counseling, County  
Center of Resources and Educational Assistance (Romania)*

**ORCID: 0000-0002-8223-0103**

**Abstract.** *In the context of the current pandemic and as a need for the development of our society, we propose in premiere the development of a social service, the “Family Psychologist”, which would cover areas of support in counseling through the public health system for the population. The main purpose of having a family psychologist is the growth of the wellbeing of the individual and implicitly of the society, referring to the present moment, in which counseling services are considered luxury for a great percentage of the population.*

*The best method of developing our society is through education. We strongly believe that this service will improve the education of the population towards developing healthy relationships, having as stable ground the personal balance of the individual.*

**Key words:** *family psychologist, the effects of the pandemic, the mass education of the population, free counseling services.*

**Rezumat:** *În contextul pandemiei actuale și ca o nevoie de dezvoltare a societății, propunem în premieră dezvoltarea unui serviciu social, „Psiholog de familie”, care să acopere arii de sprijin în consiliere folosind sistemul public de sănătate pentru populație. Funcțiile psihologului de familie au drept scop creșterea gradului de bunăstare a individului și implicit al societății, făcându-se referire la momentul prezent, în care serviciile de consiliere sunt considerate un lux pentru un procent mare de populație.*

*Cea mai bună metodă de creștere a unui popor este educația. Credem că acest serviciu va spori educarea populației pentru a dezvolta relații sanogene, având ca bază echilibrul personal al individului.*

**Cuvinte cheie:** *psiholog de familie, efectele pandemiei, educarea de masă a populației, servicii de consiliere gratuite.*

### **Necesitatea psihologului de familie**

Necesitatea meseriei de psiholog își face simțită prezența din ce în ce mai mult în multe domenii de activitate, de la pregătirea loturilor de copii/tineri performanți, la intervenții în cadrul Ministerelor de Securitate Națională. Gândind pe termen lung și având o bază de observație socială și școlară, aducem în discuție necesitatea unui nou domeniu pentru această meserie, „psiholog de familie”. „Medicul de familie” este prezent în viața noastră, pentru creșterea gradului de sănătate fizică a populației, cu rol atât de profilaxie, cât și de intervenție primară, de ghidare a procesului medical de recuperare și/sau diagnosticare.

Psihologul de familie este specialistul care are grijă de sănătatea mentală și emoțională a populației, pentru creșterea bunei funcționări și a creării premiselor longevității. Societatea anului 2021 devine mai sofisticată. Dintr-o perspectivă de bunăstare, acest specialist este necesar societății moderne; din perspectiva de profilaxie, un astfel de specialist poate avea un rol definitoriu în dezvoltarea echilibrată a copiilor de vârstă antepreșcolară, poate observa și pregăti familiile pentru crizele vieții, poate susține noile familii într-un debut corect al mariajului, etc.

Sănătatea populației nu se rezumă doar la sănătatea biologică, ci și la sănătatea mentală și emoțională. Este firesc să ne aplecăm asupra acestui aspect, în egală măsură și să asigurăm populației servicii de consiliere acoperite de sistemul de sănătate publică.

### **Segmentele populației în raport cu perioadele vieții, ca arii acoperite de serviciile psihologului de familie**

Doresc să trec în revista direcțiile pe care acest specialist, psihologul de familie le poate acoperi:

- Consilierea maritală, care să asigure un start corect a începerii vieții de familie și consilierea de cuplu, care în acest moment nu există în sistemul de servicii de sănătate publică. Familia este nucleul societății, care îi asigură acesteia echilibrul și continuitatea. Provocările sociale distrug familiile sau atacă buna lor existență; numărul de divorțuri este în continuă creștere și dramele pentru părinți și pentru copii sunt într-o continuă creștere. Modul în care se promovează modelul de cuplu este unul toxic sau insuficient asimilat conștient. Cei mai mulți tineri își aleg scenarii de viață care să corespundă modelului familiei nucleu și cuplului parental, iar acest lucru duce la o scădere a bunăstării de familie, indiferent de educația formală parcursă. Importanța echilibrului familial are legătură cu o creștere sau o scădere a eficienței muncii, indiferent că vorbim de copii în perioada școlarității sau de adulți care au diverse locuri de muncă. Consilierea de familie, în acest moment nu este susținută de stat, deși ar trebui să existe un interes crescut pentru crearea și îmbunătățirea acestui serviciu.

Se discută de domenii ale psihologiei, le studiem în medii formale, dar ajungem să dezvoltăm specialități ale meseriei care pot fi accesate doar într-un mediu privat, deci fără să asigurăm, cu onestitate, accesul întregii populației la aceste servicii. Concret, pot accesa un specialist în cuplu numai familiile care au o situație materială care să permită plățirea acestor servicii.

- Consilierea în perioada pre și post natală este de o importanță majoră pentru viitoarea familie și în mod special pentru tinerele mămici. Crește numărul de mame care dezvoltă depresie post-partum, care nu reușesc să înțeleagă corect ce li se întâmplă și care au crescut cu o reticență față de această specialitate. Aceste femei cer târziu ajutor sau nu cer deloc, iar efectele depresiei duc la toxicitatea relațiilor de familie sau la o emoționalitate insuficientă pentru noul născut. În același timp, pregătirea pentru perioada asumării rolului de părinte, în acest moment, nu este realizată de nici o instituție publică, care să desfășoare programe naționale pentru această direcție de dezvoltare și educare a populației. Nu învățăm nicăieri să fim părinți. Școala nu ne învață să fim părinți. Societatea nu ne învață să fim părinți. Trăim cu metode internalizate ale propriei noastre educații, în contextul unor schimbări sociale majore, care fac ca aceste metode să nu mai fie de o bună actualitate. Mulți părinți se simt neputincioși atât în perioada copilăriei mici, cât și mai târziu, în fața provocărilor de educație care amprentează copilul.

- Evaluarea și profilaxia de dezvoltare a sugarului și a copilului de vârstă antepreșcolară, este un domeniu neacoperit de serviciile de sănătate publice. Ne rezumăm la existența psihologului clinician în cadrul spitalelor județene, care are un rol important în diagnoză, fără să acordăm o

atenție sporită profilaxiei, în educația părinților. Există un număr mare de cazuri de copii cu diverse deficiențe emoționale/comportamentale/psihopedagogice, care sunt descoperite abia când copilul a împlinit 3-4 ani, adică când a ajuns la vârsta preșcolară și un specialist consilier școlar poate avea acces la dezvoltarea lui și la nevoile lui de educație. În general, procesul prin care acest copil ajunge să beneficieze de terapii corespunzătoare este de minim 8 luni, în funcție de capacitatea părintelui de conștientizare și acceptare a faptului că are un copil diferit, care necesită o educație specială. Cu siguranță, urmărirea dezvoltării fiecărui copil din România din momentul nașterii, poate diminua decalajele de timp, în care acesta beneficiază de terapii specifice, care să-i asigure o dezvoltare cât mai normală și care să-i determine o integrare corespunzătoare în societate.

- Crizele vieții sau pierderea unui membru al familiei face ca familia să trăiască o dramă. Sunt familii care reușesc să depășească astfel de episoade și familii care au nevoie de ajutor. Singurul ajutor asigurat de stat este cel psihiatric, nicidecum unul centrat pe nevoile familiei de suport și sprijin. Sigur, unele drame de acest fel generează un șir lung de pierderi, care afectează societatea și comunitatea.

- Bolile cronice necesită sprijin și suport psihologic constant. De aceste servicii beneficiază un grup restrâns de oameni din România. Fie sunt persoane care au acces la un grup de suport din cadrul unui ONG, fie sunt persoane care achiziționează acest serviciu privat. Dar acest aspect îngreuează dreptul la servicii pentru sănătate, în mod egal, al întregii populații și creează discrepanțe în nivelul de trai, ca nevoie primară de existență.

- Familia care are copii, trece prin schimbări majore o dată cu plecarea copiilor de acasă la studii sau în propriile lor familii. Există un ritm și un șir lung de obișnuințe care se modifică și, o dată cu ele în cadrul familiei apare și criza „cuibului gol”, care este manageriată diferit de fiecare familie, în funcție de modul în care și-a construit viața, în funcție de modul în care și-au ocupat timpul.

- Vârsta senioratului aduce o serie de schimbări în dinamica familiei, de la cele datorate inactivității profesionale, până la cele legate de sănătate și/sau pierderea partenerului de viață. Seniorii nu beneficiază de consiliere susținută de sistemele de sănătate publice, deși sănătatea lor mentală și emoțională suferă o oarecare fragilitate în ultima perioadă a vieții.

- Tanatoterapia sau terapia în preajma morții, acordată persoanelor cu afecțiuni cronice aflate în pragul morții, deși are o însemnătate deosebită atât pentru persoana care părăsește această viață cât și pentru familiile care trec o perioadă de suferință și de doliu este un serviciu de care se poate beneficia doar în mediul privat.

Psihologul de familie poate participa la educația continuă a populației, atât prin construirea și implementarea de programe naționale adresate diverselor grupuri de risc, cât și prin construirea unui relație de grijă pentru sănătatea mentală și emoțională a populației.

Continuarea educației populației și după finalizarea studiilor, va crește gradul de conștientizare despre modele sanogene de existență. Educația este metoda de dezvoltare a fiecărei societăți; dar pentru un procent semnificativ de populație, educația se încheie o dată cu finalizarea școlii, care, de cele mai multe ori se reduce la studii gimnaziale/profesionale cel mult.

Serviciile de consiliere sunt considerate, pe buna dreptate, un lux, pentru că cele mai multe situații necesită intervenție privată, neexistând un specialist care să se adreseze tuturor categoriilor de populație, în diverse perioade ale vieții lor. Reamintim încă o dată, că principalul obiectiv al psihologului clinician, care lucrează în sistemul medical de stat și a cărui servicii sunt asigurate de

sistemul național de sănătate publică, privesc în mod special diagnoza, nicidecum educația și prevenția sau informarea populației cu privire la drepturile de care poate beneficia în diverse situații de viață.

Bănuiesc că nu există un studiu care să arate cât de puțin este informată populația din România cu privire la accesarea serviciilor publice de stat, deși viața poate aduce familia într-o situație de criză, în care accesarea acestor drepturi și acestor servicii poate aduce diferențe în calitatea vieții.

### **Funcțiile psihologului de familie**

Iată, în opinia noastră, care sunt funcțiile pe care le-ar îndeplini psihologul de familie, o specialitate care nu există în acest moment nicăieri în Europa sau în lume.

#### **• Funcția de informare**

Psihologul poate fi specialistul care să asigure puntea între om și societate, din perspectiva unei bune informări a drepturilor și responsabilităților pe care o persoană le are în societate. Pentru că suntem într-o continuă transformare socială din perspectiva normelor de existență și pentru că rapiditatea cu care se întâmplă aceste schimbări este mare, populația nu are acces facil la schimbările care îi privește în mod direct. Psihologul de familie poate asigura un canal de informare a populației, de la instituțiile de stat spre beneficiari, adică populația țării. Direcțiile de informare pot fi vaste: drepturile copiilor/adușilor cu diverse handicapuri, drepturile părinților/copiilor în acord cu asistența socială, etc. Reperarea instituțiilor de sprijin în comunitate precum ONG-uri, grupuri de suport, Fundații, sunt pentru multe persoane fantome ale sistemului, pentru că nu cunosc existența lor și nu cunosc modul în care pot folosi aceste servicii. Accesul populației la programe naționale sau locale din orice domeniu de activitate este slab, fiind în continuare grupe de risc pentru care, deși se construiesc programe, nu sunt informate de existența lor, decât în procent redus.

Tot în domeniul informării se regăsește și demersul pe care o persoană îl face pentru accesarea serviciilor private de consiliere, în funcție de dificultatea personală cu care se confruntă. Știm cu toții că unele probleme ale copiilor oglindesc relația de cuplu. Ori tocmai acest lucru îl poate face psihologul de familie – să înțeleagă adevărata dificultate a familiei și să orienteze către specialiști care lucrează în respectiva direcție. Dacă în familie cuplul are nevoie de sprijin, iar întâlnirile cu psihologul de familie nu sunt suficiente, atunci este necesară o informare corectă a serviciilor ce trebuiesc accesate – o psihoterapie de cuplu. Cum identificăm ca cetățeni, care nu avem această specialitate psihologiei care au formare pe cuplu? Răspunsul este unul aproape evident! Nu-i identificăm. Deci, cel mai probabil vom merge la o recomandare a unei cunoștințe, care a apelat la serviciile unui psiholog, indiferent de calificarea lui.

Șansele de succes sunt mai mari, dacă noi accesăm serviciile care se potrivesc problemei/dificultății noastre.

#### **• Funcția de educație**

Prima direcție a educației este de acceptare a serviciilor de sprijin ale psihologului. Pentru că o bună perioadă de timp, între anii 1977 și 1990 această specialitate a lipsit din programa universităților din România, specialistul psiholog a fost greu asimilat de către societatea românească și implicit de mentalitatea populară, care afectează mentalitatea individuală. Deși numărul persoanelor care apelează la serviciile de specialitate este în creștere, încă există multă rețineră și reticență pentru folosirea acestor servicii. Ori rezistența părinților este transmisă copiilor în diverse moduri: „dacă mergi la psiholog înseamnă că ești nebun”, „dacă nu te potolești, te duc la

psiholog”, etc. Această modalitate de gândire îngreunează acceptarea serviciilor acestui specialist și automat au efecte asupra rezultatelor intervenției.

Psihologul de familie demarează programe naționale, locale sau propriile direcții de educație, pentru toți membrii familiei, indiferent de vârstă și sex, cu scopul de a crește nivelul de conștientizare a populației asupra unei vieți sanogene și a unor principii de viață care cresc nivelul de bunăstare personală.

Direcții de educație care pot fi acoperite de aceste servicii: programe pentru viitori părinți, pregătirea mamelor pentru perioada sarcinii și pentru perioada postnatală, programe pentru părinți în funcție de grupa de vârstă a copiilor, programe pentru viața de familie și cuplu, programe de educare a persoanelor aflate în șomaj sau în imposibilitatea încadrării unui loc de muncă, etc. Educarea populației pentru o viață sănătoasă, care cuprinde un conglomerat de factori, poate fi o punte spre succesul de creștere al unui popor.

- **Funcția de susținere**

Psihologul de familie susține familia în orice moment de criză care nu poate fi gestionat cu resursele familiei dezvoltate până la acel moment și realizează consilierea primară a familiei și membrilor ei.

Psihologul de familie caută împreună cu familia în criză sau cu persoana aflată în criză, soluții realiste de ieșire din situația dificilă.

- **Funcția de profilaxie**

Prevenirea este cel mai înțelept și mai ieftin mod de a obține echilibrul. Evaluarea constantă a dinamicii personale, familiale, relaționale, poate duce în viitor la prevenirea unor drame ca urmare a ignoranței. Cumva, avem obișnuința de „a băga sub preș” tot ce ne deranjează, având o falsă impresie că dacă nu deranjezi un simptom, el se va remite sau dizolva de la sine. Ori această modalitate de gândire duce, în toate situațiile la accentuarea simptomului și la dezvoltarea unui conglomerat de consecințe.

Profilaxia are o bună legătură cu educația, pentru că una din metodele profilaxiei este educația populației.

- **Funcția de intervenție**

Intervenția psihologului de familie se referă la intervenția psihologică primară, indiferent de problematica cu care se confruntă persoana, fără a aprofunda terapia, ci susținând demersurile terapeutice de specialitate, în funcție de dificultatea și problematica clientului. Psihologul de familie poate face evaluarea de dezvoltare a copiilor în perioada 0-6 ani, poate evalua nivelul de dificultate în orice etapă de viață, poate evalua echilibrul emoțional în orice etapă de viață, poate realiza consilierea clienților în limita a 10 ședințe pe an, care se pot realiza sub formă de programe de grup sau ședințe individuale.

### **Concluzii**

Credem că această direcție de dezvoltare a societății, prin oferirea de servicii de consiliere acoperite de sistemul de sănătate publică pentru toate categoriile de populație și pentru toate vârstele este următorul pas dictat de pandemia existentă, care accelerează procesul de degradare emoțională a unui procent semnificativ de populație. În același timp, copiii nu mai răspund la fel de bine ca în trecut la metodele de consiliere, tocmai pentru că școala și societatea nu mai sunt ancore naturale de susținere emoțională. Dacă doi ani ne confruntăm cu un război medical, cel puțin următorii cinci ani ne vom confrunța cu dificultăți emoționale și de percepere a siguranței sociale. Va crește numărul persoanelor care vor dezvolta anxietăți, depresii; ne vom confrunța cu

un număr crescut a tentativelor de suicid. Va crește numărul persoanelor care, somatizând puternic situația socială vor dezvolta cancer și diabet.

În acest moment, guvernele trebuie să se pregătească, în paralel, de lupta cu efectele pandemiei, nu doar din punct de vedere economic, ci și din punct de vedere psiho-social.

### **Bibliografie**

- Conf. Univ. Dr. CALUSCHI, M. Psihologul de familie, Ed. PERFORMANTICA. Iași, 2008
- Mitrofan, I., Ciupercă, C. Psihologia vieții de cuplu – între iluzie și realitate, Ed. Sper, București, 2024.
- Mitrofan, I., Vasile, D. Terapii de familie, Ed. SPER, București, 2001
- Ionescu, S.(coord.) Copilul maltratat. Evaluare, prevenire, intervenție, București. 2001
- Killen, K. Copilul maltratat, Eurobit, Timișoara. 1998
- Berne, E. Jocuri pentru adulți. Psihologia relațiilor umane, Amaltea, București. 2003
- Mitrofan, I., Mitrofan, N. Familia de la A la Z, Editura Științifică, București. 1991
- Muntean, A. Familii și copii în dificultate, Mirton, Timișoara. 2001
- Muntean, A. Violența domestică și maltratarea copilului, Eurostampa, Timișoara. 2000
- Muntean, A. Psihologia dezvoltării umane, Polirom Iași. 2006
- Sandu, A. Asistența și intervenție socială, Lumen, Iași. 2004,
- Verza, E., Schiopu, U. Psihologia vârstelor, Editura Didactică și Pedagogică, București. 1981
- <https://snmf.ro/despre-snmf/>
- [https://e-justice.europa.eu/content\\_family\\_matters-44-ro.do](https://e-justice.europa.eu/content_family_matters-44-ro.do)