

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образование г. Нижнеудинск»

РАССМОТРЕНО

На заседании методического
объединения МБОУ
«Центр образования г. Нижнеудинск»
Протокол № 1
от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора МБОУ
«Центр образования
г. Нижнеудинск» № 205
от «01» 09 2023 г.

Рабочая программа элективного курса
«Психология семейных отношений»
(предмет)

11 класс
(класс, параллель)

СОГЛАСОВАНО

с заместителем директора
по УВР
«30» 08 2023 г.
О.А. Барон

Разработчик программы

Трубина В.А.
Учитель истории

2023 г

Пояснительная записка

Наряду с курсами, углубляющими и расширяющими знания и умения обучающихся по предметам учебного плана, выделяются элективные курсы межпредметного характера, ориентированные на интеграцию знаний обучающихся о человеке, обществе, природе, содержание которых выходит за рамки учебной программы. Эти курсы реализуют воспитательный потенциал обучения, способствуют удовлетворению познавательных интересов обучающихся, помогают в решении важных жизненных вопросов. Один из таких курсов “Психология семейных отношений”.

По пути создания семьи пойдут почти все, но о сути этого явления, факторах, необходимых для образования и поддержания крепкой и здоровой семьи, в школе говорится крайне мало. Поэтому актуальна проблема формирования у старшеклассников положительного настроения на создание семьи, семейное счастье, полноту жизни в кругу семьи, и введения их в круг трудностей, которые ожидают человека в семейной жизни. Где, если не в семье, человек получает свои первые познания, рождается как личность. Семья есть для ребенка первое “мы”, возникшее из любви и добровольного служения друг другу, где один стоит за всех и все за одного, где каждый старается отдать другому любовь и внимание.

В реалиях XXI века особенно остро стоят вопросы по поводу того, как человеку преодолеть одиночество, обрести устойчивый, гармоничный союз с другим человеком и каким образом сохранить этот союз на протяжении всей жизни.

Постановка проблемы состояния современного брака и семьи, определение психологических оснований их понимания и изучения являются актуальными задачами по причине отмечаемого кризиса современной семьи и назревшими в связи с этим задачами. Во многих психологических исследованиях обсуждается глобальная ломка социальных стереотипов, индивидуальная идеология безвременья, дезинтеграции, изменение социально-психологического статуса семьи, особенно многодетной. В некоторых случаях обнаруживается деформация, неопределенность и даже частичная утрата семейных ценностей в результате резкой смены модели общественной жизни, характера, отработанных ритуалов, трансляции в СМИ информации, построенной на принципах бессмысленной жестокости, индивидуализма и мистицизма, изменения практики привычного повседневного общения, неадекватности имеющегося у членов семьи житейского опыта социальной ситуации.

В условиях, когда прогрессивная динамика современной семьи связана с множеством объективных и субъективных трудностей, возникла чрезвычайно актуальная потребность в личностном и социально-психологическом изучении брака и семьи в целях подготовки молодежи к семейной жизни.

Цель курса – дать целостное, систематизированное представление о семейных отношениях, формирование правильного отношения к семье и браку, нравственности и целомудрию, повышение престижа семьи в сознании учащихся и подготовка к осознанному выбору жизненного пути с ориентацией на семью.

Задачи курса:

- формирование четкого представления о браке, семье и роли в ней мужчины и женщины;
- определение отличий истинной любви от влюбленности и формирование критического отношения к добрачным половым связям;
- психологическая подготовка учащихся к созданию семьи: формирование ценностных установок на семью, брак, рождение и воспитание детей, понимание трудностей с этим связанных;
- ознакомление с особенностями формирования и развития взаимоотношений в семье, семейных ссор и супружеских конфликтов.

По завершению курса обучающиеся получат:

-представления о семье как целостном образовании, об особенностях ее возникновения, функционирования и развития;

-знания: о психологии семейных отношений;

-умения: ставить цели и планировать личную жизнь, находить выход из проблемных ситуаций, выполнять творческие упражнения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт.

-навыки конструктивного межличностного общения в семье.

Объем курса: 68 часа для обучающихся 11 классов

Предполагаются теоретические и практические занятия. Практические занятия на диалогической основе с использованием метода дискуссии, сообщений обучающихся по разнообразной проблематике психологии семьи, проведение ролевых игр и упражнений, опросов, тестирования, тренингов, обсуждения ситуаций, новинок литературы, материалов СМИ, телепередач по теме курса. Элективный курс сопровождается индивидуальными и групповыми консультациями.

Содержание учебного курса

Тема 1

Введение. Цели и задачи курса. (2 ч.)

Знакомство в игровой форме. Формулировка целей и задач курса. Определение основных понятий курса: семьи, брака, семейных отношений. На пороге зрелости. Как быть счастливым? Как построить свою личную жизнь?

Практическая часть. Опрос и дискуссия на тему «Как я вижу свою личную жизнь».

Тема 2

Функции семьи. Типология семейных отношений. (4 ч.)

Регламентация отношений между супругами российским законодательством. Функции семьи. Типология семейных отношений. Формы семейно – брачных отношений.

Практическая часть. Изучение установок в области семейных отношений по функциям семьи и распределению ролей между супругами по методике «РОП»

Тема 3

Ролевая структура семейных отношений.(5 ч.)

Семейные роли. Выбор способа ролевого взаимодействия. Трансформация ролевых отношений в семье. Основные роли. Распределение внутрисемейных ролей в традиционной и эгалитарной семьях.

Практическая часть. Определение возможного распределения ролей в семье согласно транзактного анализа Э.Берна с применением теста “Три Я”, теста “Капитан или пассажир”. Обсуждение ситуаций.

Тема 4

Истоки и тенденции развития семьи в современном мире. (6 ч.) Возникновение и развитие семьи – исторический дискус. Особенности религиозного и гражданского браков. Виды семейно-брачных отношений в современном мире. Таблица «Тенденции развития брачно-семейных отношений в современном обществе».

Практическая часть. Институт семьи сквозь призму религий: семья в буддизме, исламе, христианстве, иудейский брак - реферативная подготовка, выступления в виде докладов учащихся, дискуссия, презентации.

Тема 5

Жизненный цикл семьи. (2ч.)

Этапы развития семейных отношений. Период ухаживания. Вступление в брак. Рождение и воспитание детей. Выход детей из семьи. Выход супругов на пенсию.

Практическая часть. Этапы развития семейных отношений.

Тема 6

Мотивы выбора партнера. Формирование брачной пары. (5ч.)

Мотивы выбора партнера и их влияние на психоэмоциональный фон супружеских отношений.

Низкая и высокая самооценки как психологическая проблема, приводящие к неправильному выбору партнера и деформации семейных отношений. Различия между браком и периодом ухаживания.

Практическая часть. Определение уровня своей самооценки. Составление плана работы над собой с целью приведения самооценки в норму.

Тема 7

Подготовка молодежи к браку и семейной жизни. Воспитание семьянина. (3 ч.)

Готовность личности к браку. Способность к браку. Вступление в брак. Причины, негативно влияющие на начало семейной жизни. Предназначение семьи.

Практическая часть. Дискуссия «Для чего мне нужна семья?», опрос и дискуссия на тему «Какого супруга вы хотели бы иметь, а какие юноши (девушки) вам нравятся практически». Тестирование «Понимаете ли вы язык мимики и жестов», «Умеете ли вы слушать».

Тема 8

Психологически благополучная и неблагополучная семья. (4 ч.)

Зрелая и проблемная семья. Психологическое здоровье современной семьи. Его критерии. Негативные тенденции в развитии семейных отношений. Черты гармоничного супружеского союза.

Практическая часть. Составление сравнительной схемы поведения пар при решении проблем и принятии решений. Проективное тестирование по методике «Рисунок моей семьи».

Тема 9

Удовлетворенность браком. Условия сохранения супружества. (4 ч.)

Удовлетворенность браком мужчин и женщин. Факторы, влияющие на супружескую удовлетворенность и неудовлетворенность браком. Благоприятные качества супругов, обеспечивающие стабильность супружеских уз. Факторы устойчивости брака. Факторы, стабилизирующие семейные отношения.

Практическая часть. Тестирование «Вы умеете быть счастливым?». «Умеете ли вы излагать свои мысли?», «Коммуникабельны ли вы?», «Приятно ли с вами общаться?».

Тема 10

Семейные сценарии, жизненные драмы и супружеские игры. (5 ч.)

Семейные сценарии. Роли и темы жизненных драм. Манипуляции. Преследователь. Жертва. Спаситель. Супружеские игры. Победитель. Неудачник.

Практическая часть. Тестирование «Манипулятор», «Поддаетесь ли вы чужому мнению»

Ролевая игра. «Преследователь, жертва и спаситель», обсуждение результатов

Тема 11

Адаптация и совместимость супругов в семье. (5 ч.)

Адаптация. Психологическая, духовная и сексуальная адаптация. Негативная вторичная адаптация. Динамика межличностных отношений. Супружеская совместимость: физическая и психофизиологическая, сексуальная, интеллектуальная, совместимость характеров, согласованность функционально-ролевых ожиданий, ценностно-ориентационное единство, личностная и социальная зрелость супругов. Закон совместимости.

Практическая часть. Определение типа темперамента по методике Айзенка. Определение акцентуации характера. Определение уровня сплоченности по методике «Ценностно-ориентационное единство». Дискуссия по результатам.

Тема 12

Семейные ссоры и супружеские конфликты. (4 ч.)

Ссора как конфликт самооценок. Психологическая эксплуатация брачного партнера. Укоренение в прошлом. Эмоциональное состояние. Управление эмоциями. Кодекс спора. Причины конфликта. Основные потребности мужчин. Основные потребности женщин. Феномен «прощения»

Практическая часть. Выявление зоны конфликтов по методике Т. Лири и способа эмоционального реагирования, стиля поведения в конфликтной ситуации по методике К. Томаса «Стили разрешения конфликтов», обсуждение результатов.

Тема 13

Любовь как основа супружеских отношений. (4ч.)

Отличие влюбленности от любви. Виды любви. Трехкомпонентная любовь Стернберга. Переживания, связанные с любовью. Две модели любви. «Разрушители» любви. Преимущества брака по любви. Как сохранить любовь.

Практическая часть. Дискуссия на тему «Любовь – это...» Дискуссия по карточкам с высказываниями о любви выдающихся людей.

Ролевая игра «Некомплименты и комплименты».

Тема 14

Интимные отношения. (2 ч.)

Половая роль. Половая идентичность. Сексуальный сценарий. Норма и патология. Искусственное прерывание беременности, последствия. Верность. «Свободная любовь» как отсутствие взаимной ответственности. Последствия «свободной любви».

Практическая часть. Анкетирование «Правда и мифы про сексуальность».

Тема 15

Детско-родительские отношения в семье. (6ч.)

Факторы и условия психического риска для будущего ребенка. Семья-персональная среда развития ребенка. Типы негармоничного воспитания.

Практическая часть. Выстраивание детско-родительских отношений в семье. Разбор ситуаций.

Тема 16

Женственность, мужественность, обретение уверенности в себе. (5ч.)

Практическое занятие. Тренинг «Раскрытие женственности, мужественности и обретение уверенности в себе».

Тема 17

Подведение итогов курса. (1ч.)

Повторение основных понятий.

Практическая часть. Контрольно-оценочная работа (зачет). Защита презентаций по материалу курса.

Планируемые результаты освоения учебного курса

Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости;

- воспитание доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях, умений не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- наличие мотивации к работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, а также находить средства её осуществления;

- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;

- умение осуществлять информационный поиск для выполнения учебных заданий;

- готовность слушать собеседника, вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою собственную;

- излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

- определение общей цели и путей её достижения, умение договориться о распределении ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

- знание, понимание основных проблем молодой семьи на современном этапе;

- знакомство с основами психологии семейной жизни, понимание их значения в выстраивании адекватных брачно-семейных представлений;

- осознание семейных ценностей в человеческой жизни.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Введение. Цели и задачи курса.	2	1	1
2.	Функции семьи. Типология семейных отношений.	4	2	2
3.	Рольевая структура семейных отношений	5	2	3
4.	Истоки и тенденции развития семьи в современном мире.	6	3	3
5.	Жизненный цикл семьи.	2	1	1
6.	Мотивы выбора партнера. Формирование брачной пары.	5	2	3
7.	Подготовка молодежи к браку и семейной жизни.	3	1	2
8.	Психологически благополучная и неблагополучная семья.	4	2	2
9.	Удовлетворенность браком. Условия сохранения супружества.	4	2	2
10.	Семейные сценарии, жизненные драмы и супружеские игры.	5	2	3
11.	Адаптация и совместимость супругов в семье.	5	2	3
12.	Семейные ссоры и супружеские конфликты.	4	2	2
13.	Любовь как основа супружеских отношений.	4	1	3
14.	Интимные отношения.	2	1	1
15.	Детско-родительские отношения в семье.	6	3	3
16.	Женственность , мужественность, обретение уверенности в себе.	5	2	3
17.	Подведение итогов курса.	2		2
	Итого:	68	29	39

Учебно – методическое обеспечение

1. Берн Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных: Пер. С англ. А.И.Федорова.- С.-Петербург: Талисман,1994.-432с.
2. Валиуллина М.Е. Психологический портрет личности в рисунках и цветовых предпочтениях.- Казань:КГУ,2006.-262с.
3. Венщикова И.А.,Кауппонен Д.А. Раскрытие женственности и обретение уверенности в себе, Программа Тренинга,-СПб,: Речь,2009.
4. Истратова О.Н.,Эксакусто Т.В. Справочник психолога средней школы.-Изд.5-е.- Ростов н/Д.:Феникс,2008.-510с.
5. Колесникова Г.И.,Кабарухина И.А, Мирошниченко В.Н. Социология и психология семьи.- Ростов н/Д.: Феникс, 2007.-508с.
6. Краткий психологический словарь/Ред.-сост.Л.А.Карпенко; Под.об.ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского.-2 изд.,расш., испр. И доп.-Ростов н/Д: изд-во “Феникс”,1999-512с.
7. Настольная книга практического психолога/Сост.С.Т.Посохова, С.Л.Соловьева.- М.:АСТ:ХРАНИТЕЛЬ;СПб.: Сова,20087.-671с.
8. ПономаренкоЛ.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для Педагога: В 2 ч.-М.:Гуманит.изд.центр ВЛАДОС.,2003,-ч.1: Основы психологии:10кл.-192с.
9. ПономаренкоЛ.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие дляПедагога: В 2 ч.-М.:Гуманит.изд.центр ВЛАДОС.,2003,-ч.2:Психология общения:11кл.-192с.
10. Практикум по психологии состояний: Учебное пособие/ Под ред.прф. А.О.Прохорова.-СПб:Речь, 2004.-480с.
11. Практическая психология в тестах, или как научиться понимать себя и других.- М.:АСТ-ПРЕСС-КНИГА,2001.-400с.
12. Сатир В. Как строить себя и свою семью.-М.:,1992г.
13. Серeda Е.И. Тренинги решения семейных проблем: Практическое руководство, - СПб.:Речь, 2008.-192с.
14. Шеломава Г.М. Деловая культура и психология общения :учебник для нач.проф.образования.-8-еизд., М.:Издательский центр «Академия»,2008.-176с.
15. Шнайдер Л.Б. Семейная психология:учебное пособие для вузов.- Изд. 3-е. – М.-:Академическийпроект;Екатеринбург: Деловая Книга, 2007.-736с.

Календарно-тематический план

№ п/п	Тема урока	кол-во часов	11 «А»		11 «Б»	
1.	Введение. Цели и задачи курса.	1				
2.	Пр.ч.Опрос и дискуссия на тему: “Как я вижу свою личную жизнь”	1				
3.	Функции семьи. Типология семейных отношений.	1				
4.	Функции семьи. Типология семейных отношений.	1				
5.	Пр.ч.Изучение установок в области семейных отношений по функциям семьи и распределению ролей между супругами.	1				
6.	Пр.ч.Изучение установок в области семейных отношений по функциям семьи и распределению ролей между супругами.	1				
7.	Ролевая структура семейных отношений	1				
8.	Ролевая структура семейных отношений	1				
9.	Пр.ч.Определение возможного распределения ролей в семье согласно транзактного анализа:тест “Три Я”	1				
10.	Пр.ч.Определение возможного распределения ролей в семье согласно транзактного анализа:тест “Три Я”	1				
11.	Пр.ч.Определение возможного распределения ролей в семье согласно транзактного анализа:тест “Три Я”	1				
12.	Истоки и тенденции развития семьи в современном мире.	1				
13.	Истоки и тенденции развития семьи в современном мире.	1				
14.	Истоки и тенденции развития семьи в современном мире.	1				
15.	Пр.ч. Институт семьи сквозь призму религий: семья в буддизме, иудаизме, православии –христианстве.	1				
16.	Пр.ч. Институт семьи сквозь призму религий: семья в буддизме, иудаизме, православии –христианстве.	1				
17.	Пр.ч. Институт семьи сквозь призму религий: семья в буддизме, иудаизме, православии –христианстве.	1				
18.	Жизненный цикл семьи.	1				
19.	Пр.ч. Этапы развития семейных отношений	1				

20.	Мотивы выбора партнера. Формирование брачной пары.	1				
21.	Мотивы выбора партнера. Формирование брачной пары.	1				
22.	Пр.ч. Определение уровня своей самооценки. Составление плана работы над собой с целью приведения самооценки в норму.	1				
23.	Пр.ч. Определение уровня своей самооценки. Составление плана работы над собой с целью приведения самооценки в норму.	1				
24.	Пр.ч. Определение уровня своей самооценки. Составление плана работы над собой с целью приведения самооценки в норму.	1				
25.	Подготовка молодежи к браку и семейной жизни.	1				
26.	Пр.ч. Дискуссия «Для чего мне нужна семья?» Подготовка молодежи к браку и семейной жизни.	1				
27.	Пр.ч. Тестирование «Понимаете ли вы язык мимики и жестов?», «Умеете ли вы слушать?»	1				
28.	Психологически благополучная и неблагополучная семья.	1				
29.	Психологически благополучная и неблагополучная семья.	1				
30.	Пр.ч. Проективное тестирование по методике «Рисунок моей семьи»	1				
31.	Пр.ч. Проективное тестирование по методике «Рисунок моей семьи»	1				
32.	Удовлетворенность браком. Условия сохранения супружества.	1				
33.	Удовлетворенность браком. Условия сохранения супружества.	1				
34.	Пр.ч. Тестирование, дискуссия, обсуждение результатов «Вы умеете быть счастливым?», «Приятно ли с вами общаться?»	1				
35.	Пр.ч. Тестирование, дискуссия, обсуждение результатов «Вы умеете быть счастливым?», «Приятно ли с вами общаться?»	1				
36.	Семейные сценарии, жизненные драмы и супружеские игры.	1				
37.	Семейные сценарии, жизненные драмы и супружеские игры.	1				
38.	Пр.ч. Тестирование, обсуждение результатов «Манипулятор», «Поддаетесь ли вы чужому мнению?»	1				
39.	Пр.ч. Тестирование, обсуждение результатов «Манипулятор», «Поддаетесь ли вы чужому	1				

	мнению?»					
40.	Пр.ч. Тестирование, обсуждение результатов «Манипулятор», «Поддаетесь ли вы чужому мнению?»	1				
41.	Адаптация и совместимость супругов в семье.	1				
42.	Адаптация и совместимость супругов в семье.	1				
43.	Пр.ч. Определение типа темперамента по методике Айзенка.	1				
44.	Пр.ч. Определение уровня сплоченности по методике «Ценностно-ориентационное единство»	1				
45.	Пр.ч. Дискуссия по результатам.	1				
46.	Семейные ссоры и супружеские конфликты.	1				
47.	Семейные ссоры и супружеские конфликты.	1				
48.	Пр. ч. Выявление зоны конфликтов по методике Т. Лири и способа эмоционального реагирования, обсуждение результатов.	1				
49.	Пр.ч. Выявление стиля поведения в конфликтной ситуации по методике К. Томаса «Стили разрешения конфликтов», обсуждение результатов	1				
50.	Любовь как основа супружеских отношений.	1				
51.	Пр. ч. Дискуссия на тему «Любовь это-...»	1				
52.	Пр. ч. Дискуссия на тему «Любовь это-...»	1				
53.	Пр. ч. Дискуссия на тему «Любовь это-...»	1				
54.	Интимные отношения.	1				
55.	Пр.ч. Анкетирование «Правда и мифы про сексуальность»	1				
56.	Детско-родительские отношения в семье.	1				
57.	Детско-родительские отношения в семье.	1				
58.	Детско-родительские отношения в семье.	1				
59.	Пр.ч. Выстраивание детско-родительских отношений в семье	3				
60.	Пр.ч. Выстраивание детско-родительских отношений в семье					
61.	Пр.ч. Выстраивание детско-родительских отношений в семье					
62.	Женственность , мужественность, обретение уверенности в себе.	2				

63.	Женственность , мужественность, обретение уверенности в себе.	1				
64.	Пр.ч. Тренинг «Раскрытие женственности, мужественности и обретение уверенности в себе».	1				
65.	Пр.ч. Тренинг «Раскрытие женственности, мужественности и обретение уверенности в себе».	1				
66.	Пр.ч. Тренинг «Раскрытие женственности, мужественности и обретение уверенности в себе».	1				
67.	Контрольно-оценочная работа (зачет) по курсу : «Психология семейных отношений».	1				
68.	Контрольно-оценочная работа (зачет) по курсу : «Психология семейных отношений».	1				
	Итого:	68				