

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №15»  
городского округа Спасск-Дальний

ПРИНЯТА  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 8 от 28.08. 2021

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора  
№ 170 от 31.08. 2021

**ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**«Основы психологии семейной жизни»**  
**для 9-11 классов**

Составлена учителем  
русского языка и литературы  
I квалификационной категории  
Хабибулиной С.А.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Цели программы:**

создание условий для формирования психологической готовности старшеклассников к вступлению во взрослую жизнь на основе развития у них адекватных брачно-семейных представлений.

### **Задачи программы:**

обеспечить участников теоретической психологической информацией;  
развивать навыки групповой работы;  
формировать мотивы самоактуализации;  
развивать навыки и умения по целеполаганию и планированию.  
развивать социальный интеллект(овладение способами и приемами конструктивного взаимодействия с окружающими),  
развивать рефлекссию;  
формировать у школьников перспективы дальнейшего личностного развития, жизненных планов.

### **Планируемые результаты**

#### **Личностные результаты:**

- 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.

#### **Метапредметные результаты:**

- 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.

#### **Предметные результаты:**

- 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.

### **Содержание программы**

Программа внеурочной деятельности общеинтеллектуального и социального направления «Основы семейной жизни» включает в себя 17 занятий по 40 минут

Занятия проводятся во внеурочное время 1 раз в две недели. Срок реализации программы 1 год.

Методы и формы обучения: теоретические блоки, отработка социально-психологических навыков общения и взаимодействия, практические блоки с элементами ролевых игр, самодиагностика, групповые дискуссии.

В освоении учащимися содержания данного курса наряду с лекциями, диалогами, дискуссиями важная роль принадлежит практическим занятиям, проводимым с использованием активных методов обучения – это ролевые игры, «мозговой штурм», АКС (анализ конкретных ситуаций), тренинговые упражнения, тестирование с целью самопознания и др.

Раздел 1. Семья в свете духовно-нравственных и культурных традиций общества.

*Функции семьи.* Основные функции семьи: репродуктивная (генеративная), первичной социализации детей, воспитательная (педагогическая), досуговая, экономическая, хозяйственно-бытовая, сексуальная (гедонистическая), медицинская. *Основные ценности семьи.* Основные семейные ценности: нравственный климат семьи, семейное воспитание, семейный досуг, потребности и бюджет семьи, эстетика быта. Связь функции семьи с основными ценностями. Терминальные и инструментальные ценности личности, учёт индивидуальных ценностей в семейной системе.

Раздел 2. Психология межличностных отношений юношества

*Межличностные отношения юношей и девушек.* Понятие о межличностных отношениях. Межличностные отношения и общение. Общая характеристика межличностных отношений. Психология симпатий. Черты характера, способствующие полноценному общению. Юность - пора активного социального взросления, расширения сферы межличностных отношений. Межличностные отношения и общение юношества как школа подготовки к семейной жизни. Нравственные основы взаимоотношений юношей и девушек. Эмоциональные отношения от симпатии до любви. *Дружба в юношестве.* Юношеские представления о дружбе. Различия в ее проявлении у юношей и девушек. Различия между мальчиками и девочками по характеру и содержанию требований, предъявляемых к другу. Дружба как школа общения, самовоспитания и любви. *Любовь в юношеском возрасте.* Любовь - сложнейшее человеческое чувство, сочетающее потребность быть любимым и способность любить. Зависимость богатства любви от богатства внутреннего мира личности. Любовь как глубокое чувство между членами семьи, близкими людьми, как привязанность одного человека к другому. Первая любовь. Особенности юношеской любви. Умение различать любовь и другие чувства - симпатию, интерес, влюбленность. Любовь - основа брака, супружеской гармонии. Характерные черты поведения влюбленных. Знакомство юноши и девушки. Ухаживание. Взаимоотношения юноши и девушки при ситуации, когда чувство любви проявляется только с одной стороны. *Готовность к браку.* Понятие «готовность к браку». Брачный возраст. Многоаспектность готовности к вступлению в брак. Физическая зрелость вступающих в брак как важная предпосылка создания крепкой семьи. Понимание правовой основы брака - одно из условий здоровой и счастливой семьи. Этико-психологическая готовность к браку - ключевая предпосылка гармонии супружества и прочности семьи. Взаимное чувство любви, уважения и доверия к избраннику - неотъемлемые признаки совместимости будущих супругов. Общность их взглядов на предназначение семьи. Выбор спутника жизни. Мотивы вступления в брак. Социально-демографические характеристики вступающих в брак.

### Раздел 3. Искусство быть супругами

*Молодая семья.* Адаптация молодых супругов к условиям совместной жизни. Возникновение чувства «мы». Причины возможных трудностей в период адаптации молодых супругов. Организация семейного быта, семейная экономика. Семейные роли, их распределение. Взаимоотношения молодых супругов с родительскими семьями. Рождение ребенка и психологические проблемы, возникающие в этот период. Ребенок в молодой семье. Бюджет молодой семьи. *Семейные конфликты: причины и профилактика.* Факторы риска в браке. Нарушения семейных отношений и их последствия. Конфликты в различных сферах супружеских отношений. Влияние конфликтных отношений на развитие личности ребенка в семье. Профилактика конфликтных отношений в семье.

### Раздел 4. Мужчина и женщина в семье. Жизненные сценарии семьи и личности.

*Мужские и женские роли в семье.* Мужчины и женщины: общее и особенное. Мир мужчин и мир женщин. Особенности психосоциального развития мужчин и женщин. Психологический пол личности (гендер). Понятие социальных гендерных ожиданий в отношениях мальчиков и девочек, мужчин и женщин. Учёт гендерных различий в семье. *Ожидания в семье и браке.* Личностно-ролевое поведение мужчины и женщины. Модели родительской семьи. Влияние индивидуального опыта на ожидания к брачному партнеру. Мужские и женские семейные роли: традиционные, товарищеские, партнерские. Традиции взаимной заботы. Ожидание и супружеское соглашение. Супружеское взаимодействие и удовлетворенность браком. *Жизненные сценарии семьи и личности.* Стереотипы поведения в семье и ее морально-психологический климат. Семья как система многопоколенных отношений. Понятие о супружеской верности. Семейное счастье и здоровье личности. Проблема психологической совместимости супругов и личностного развития.

### Раздел 5. Семья и дети. Детско-родительские отношения

*Незаменимость семьи в воспитании детей.* Семья - важнейший институт социализации детей. Параметры семьи: демографический, социально-культурный, социально-экономический, технико-гигиенический. Незаменимость семьи для развития ребенка. Преимущество семейного воспитания перед воспитанием в образовательных учреждениях.

Оптимальная родительская позиция. Адекватность, гибкость, прогностичность. Стили родительского отношения: автократичный, авторитарный, демократический, либерально-попустительский. Отрицательные формы поведения детей: капризы, упрямство, агрессия, ложь, негативизм и др. *Профилактика нарушений детско-родительских отношений.* Типичные недостатки семейного воспитания, которые приводят к нарушениям детско-родительских отношений: эмоциональная холодность, отсутствие единства воспитательных действий, проявление безволия, непоследовательности, гнева и раздражительности. Дефицит и однообразные отношения с детьми. Подавление воли и активности ребенка, неучет его индивидуальных особенностей, невнимание к его интересам. Защитное поведение детей. Формирование навыков конструктивного поведения и общения в семье.

### Тематическое планирование

Перечень разделов	Количество часов
Раздел 1. Семья в свете духовно-нравственных и культурных традиций общества.	1

Раздел 2. Психология межличностных отношений юношества	<b>4</b>
Раздел 3. Искусство быть супругами	<b>4</b>
Раздел 4. Мужчина и женщина в семье. Жизненные сценарии семьи и личности.	<b>6</b>
Раздел 5. Семья и дети. Детско-родительские отношения	<b>2</b>
Итого	<b>17</b>

### Календарно-тематическое планирование курса

#### «Основы психологии семейной жизни»

	Тема	Дата
<b>1.</b>	Функции семьи. Основные ценности семьи	
<b>2.</b>	Межличностные отношения юношей и девушек	
<b>3.</b>	Дружба в юношеском возрасте	
<b>4.</b>	Любовь в юношеском возрасте	
<b>5.</b>	Готовность к браку.	
<b>6.</b>	Молодая семья	
<b>7.</b>	Психологический климат семьи, семейные роли	
<b>8.</b>	Семейные конфликты: причины	
<b>9.</b>	Семейные конфликты: профилактика	
<b>10.</b>	Мужские и женские роли в семье	
<b>11.</b>	Социальные стереотипы, предубеждение, социальная роль, гендерные стереотипы	
<b>12.</b>	Ожидания в семье и браке	
<b>13.</b>	Жизненные сценарии семьи и личности	
<b>14.</b>	Семейные ценности, генеалогическое древо, семейные традиции	
<b>15.</b>	Ответственное отношение к выбору будущего супруга (супруги) и самоопределение в семейных ожиданиях	
<b>16.</b>	Незаменимость семьи в воспитании детей	
<b>17.</b>	Профилактика нарушений детско-родительских отношений	

#### Список литературы

1. Дружинин В.Н. Психология семьи – М.: Питер, 2006.
2. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства – М., 2003.
3. Семейное воспитание: краткий словарь – М., Политиздат, 1990.
4. Силаева Е.Г. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования – М., 2002.
5. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Психология и психотерапия семьи – СПб, 2000.
6. Гребенников И.В. Основы семейной жизни - М.: Просвещение, 1991.

7. Жихарева З.А., Жихарев М.С. Духовные основы русской семьи -М., 2000.
8. Ковалев С.В. Психология современной семьи - М., 1998.
9. Строкатова Л.Г. Особенности российской семьи и их учет в работе с родителями. - Иркутск, 2004
10. Целуйко В.М. Психология неблагополучной семьи -М., 2004
11. Штейнберг Л.Б. Психология семейных отношений - М.. 2000.
12. Абалкина М.А., Агеев В.С. Анатомия взаимопонимания. М., 1990
13. Кон И.С. В поисках себя. – М., 1984.
14. Кон И.С. Дружба. – М., 1980.
15. Кон И.С. Психология ранней юности. – М., 1981.
16. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога – М., 1996.
17. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб., 2000.
18. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. – М.: Мир, 1994.
19. Юсупов И.М. Психология взаимоотношения. – Казань, 1991.
  
20. Архипова, В. Ф. Психология межличностных отношений: учеб. пособие / В. Ф. Архипова, А. В. Голумидова ;Владим. гос. ун-т. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2009. – 124 с.
21. Богатырева Т.Л. Практическому психологу – цикл занятий с подростками 10-12 лет – М., 2009.
22. Большая энциклопедия психологических тестов. – М.: Изд-во Эксмо, 2006. – 416 с.
23. Грецов А., Азбель А. Психологические тесты для старшеклассников и студентов. – СПб.: Питер, 2012. – 208 с.: ил.
24. Еремина Т. И. Визуальная психодиагностика: экспресс-методы идентификации личности по внешности, мимике, жестам/ Т. И. Еремина. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 234, [1] с. – (Психологический практикум).
25. Романова Е. С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. 2-е изд. СПб.: Питер, 2006. – 464 с.: ил.
26. Сущенко С. А. Социальная психология. – Ростов н/Д: Феникс, 2006.
27. Психологический комфорт в школе: как его достичь: акции, тренинги, семинары. Авт.-сост. Е.П. Каргушина, Т.В. Романенко. – Волгоград: Учитель, 2019.

**Интернет-ресурсы:**

- 1.<http://azps.ru> - А. Я. Психология: тесты, тренинги, словарь, статьи
- 2.<http://pedsouvet.su> – Раздел «Психологу». Разработка уроков и занятий.