

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА  В современных условиях семья переживает большие трудности: заметна тенденция к увеличению количества неблагополучных семей, смещение моральных ценностей и ориентаций, ослабление педагогической деятельности по подготовке молодежи к семейной жизни, низкий уровень психолого-педагогической подготовки родителей к воспитанию детей.  Программа занятий для старшеклассников по формированию ответственного сексуального поведения "Когда мы станем взрослыми" предлагается в качестве учебного предмета, призванного восполнить недостающее звено семейного воспитания.  **Цель программы**: профилактика рискованного сексуального поведения, подготовка молодых людей к семейной жизни.  **Задачи**:   * знакомство учащихся с основными компонентами межличностного общения и их особенностями; * формирование представлений о физиологическом, психологическом и нравственном аспектах развития личности; * половое воспитание учащихся, формирование собственного отношения к проблемам секса и сексуальным отношениям; * выработка установки на здоровый образ жизни, устойчивости к давлению среды в области интимных отношений.   Занятия проводятся один раз в неделю с группой старшеклассников в количестве 8-12 человек. При проведении занятий используются такие формы работы как общее обсуждение вопросов, анализ и проигрывание ситуаций, привлечение возможностей игровой и арт-терапии, использование аудио- и видеоматериалов.  **Предполагаемые результаты:**   * выявление и коррекция индивидуальных особенностей в ситуациях межличностного взаимодействия; * развитие уверенности в своих возможностях и способностях принимать разумные решения, преодолевать жизненные трудности, формирование умения строить глубокие и надежные взаимоотношения; * приобретение навыков конструктивного взаимодействия как с родителями, так и с предполагаемыми партнерами; * повышение психолого-педагогической компетентности будущих родителей.   **Ключевые понятия:** физиологическое, психологическое, социальное становление личности, репродуктивное здоровье, сексуальность, ответственность, планирование рождаемости, контрацепция, зависимость, любовь.  ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **П/П** | Название темы | **КОЛ-ВО ЧАСОВ** | | 1. 2. 3.4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. | Восприятие себя и других История моего имени Физиологические и психологические изменения в период взросления Социальное становление личности Искусство общения с родителями Конфликты и их последствия Эмоциональный мир семьи Семейные тайны Репродуктивное здоровье Планирование рождаемости в семье Современные способы предохранения Искусственное прерывание беременности Сексуальность, проблема выбора Ответственность и объективность  Любовь или зависимость Как сохранить любовь Развод. Как и почему это происходит Как пережить расставание  Итого: | 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 1 1  34 |   СОДЕРЖАНИЕ  ПРОГРАММЫ  **Тема 1. Восприятие себя и других**  Знакомство с методом работы в группе. Выработка правил работы в группе. Золотое правило взаимности. Поверхностный взгляд.   Предвзятость.  Взаимопонимание.   Неоправданные ожидания. Быть понятым. Искренность. Уважение и любовь в общении. Достижение согласия при решении групповой задачи. Получение информации относительно паттернов коммуникации, руководства и доминирования в группе.  **Тема 2. История моего имени.**  Самопрезентация. Кто я? Мой жизненный девиз. Свобода принимать решения. Виды решений. "Откуда я взялся" (видеофильм). География мифов о рождении. История моего имени. Рисуем имена. Фантазия "Мой внутренний мир".  **Тема 3. Физиологические и психологические изменения в период взросления** Подростковый возраст как кризисный период развития личности. Физиологические и психологические изменения в подростковом возрасте.  Что с нами происходит? Видеофильм "Что со мной происходит?"  Две ситуации из жизни девочки-подростка "День рождения", "Трагедия подруги".  **Тема 4. Социальное становление личности**  Социальная роль и становление мужчины и женщины. Мужественность и женственность как черты личности.  От девочки к женщине. От мальчика к мужчине.  Игра "Прогулка по лесу". Рисунок "самого важного".  **Тема 5. Искусство общения с родителями.**  Вечность проблемы отцов и детей. Представление об идеальном родителе и идеальном ребенке. Умение говорить и умение слушать. Похвала и поддержка. ВЫ-послания и Я-послания, их значение в установлении     взаимопонимания. Как послать Я-сообщение. Пассивное слушание, активное слушание.  **Тема 6.** **Конфликты и их последствия**  Семья как группа (родители и дети, братья и сестры). Человеческие конфликты и их последствия. Искусство выигрывать и искусство проигрывать. Причины конфликтов в семье. Взаимопонимание как основное условие их предупреждения и разрешения. Умение прощать. Способы преодоления гнева и зависти. Критерии здоровья семьи. Изобразить самое сильное впечатление, самое приятное воспоминание своего детства, историю своей жизни.  **Тема 7. Эмоциональный мир семьи**  Основные эмоции контакта адаптированной личности: доверие, любовь. Роль позитивных переживаний. Основные эмоции дезадаптированной личности: гнев, страх, обида. Способы уменьшения стресса. Игра на достижение внутреннего равновесия. Пять простых шагов, избавляющих от постоянного чувства тревоги.  Анкета "Музыка в моей жизни".  **Тема 8. Семейные тайны**  Алкоголь и наркотики. Анкета "Что я знаю о наркотиках". СПИД. Пути передачи вируса ВИЧ. Как защитить себя от СПИДа. Психическое заболевание. Характерологические особенности личности. Позиция подростка при отклонениях в функционировании семьи. Нарушение прав ребенка, насилие в семье.  **Тема 9. Репродуктивное здоровье**  Видеофильм "Свидетельство о ранних днях жизни". Знаю ли я историю своего рождения. Совместимость, понимание, принятие – параметры супружеской жизни. Сила и устойчивость супружеских отношений.  **Тема 10. Планирование рождаемости в семье**  Видеофильм "Естественный метод планирования семьи". Бесплатная контрацепция. Безопасность и экологичность физиологического способа планирования рождаемости в семье.  **Тема 11. Современные способы предохранения**  Видеофильм "Контрацепция". Современные способы предохранения от нежелательной беременности. Случайные связи – оправдан ли риск? Заболевания, передающиеся половым путем. Профилактика.  **Тема 12. Искусственное прерывание беременности**  Видеофильм "Нерожденные хотят жить". Жить или не жить – кто решает. Оплатить проезд или заплатить штраф – последствия необдуманных решений. Представление образа ("Цветок").  **Тема 13. Сексуальность,  проблема выбора**  Видеофильм "От этого можно свихнуться".Сексуальное поведение и нравственнаяответственность человека. Самоконтроль в сексуальных отношениях. Давление среды в области интимных отношений. Когда сказать "нет"?  **Тема 14. Ответственность и объективность**  Последствия добрачных сексуальных отношений. Видеофильм "Секс или воздержание".  Внебрачные сексуальные отношения. Ситуация "Если друг оказался вдруг". Письмо герою публикации. Анкета "Секс или воздержание".  **Тема 15. Любовь или зависимость**  Увлечение, влюбленность и любовь как психологические состояния. Общее и различное в явлениях дружбы и любви. Первое проявление любви в жизни подростка. Безответная любовь. Чувство обиды и пути его преодоления. Доверие и границы дозволенного. Сказка "Вор и маска". Инсценировка.  Свой вариант завершения истории.  **Тема 16. Как сохранить любовь**  Видеофильм "Как избавиться от парня за десять дней". Стратегии удержания – вредные советы. Освоение конструктивных способов взаимодействия с партнером. Модели поведения в процессе поиска достойного объекта любви. Анкета "Какой парень тебе подходит".  **Тема 17. Развод. Как и почему это происходит**  Стадии переживания горя: шок, депрессия, гнев, примирение. Выражение чувств и переживаний без конфликтов и насилия. Осознание собственной ответственности за свои личностные проблемы. Повышение самооценки за счет получения обратной связи и поддержки от группы.  Чувство собственного достоинства. Уважение чувств других людей. Упражнение "Мудрец".  **Тема 18. Как пережить расставание**  Упражнение - приключение "В неизведанное всемклассом".  Значение дружеских отношений для человека. Моделирование образа "настоящей дружбы". Коллаж "Наш класс". Прощальная церемония.  **Литература**   1. Пезешкиан Н. Психология повседневной жизни: тренинг разрешения конфликтов. –  СПб,: Речь, 2001. – 288 с. 2. Репродуктивное здоровье и сексуальное поведение молодежи Беларуси. – Мн., 2000.– 40 с. 3. Афанасьева Т.М. Семейные портреты. 2-е изд., доп. и перераб. – М.: Мол. Гвардия, 1985. – 320 с. 4. Сенько В.Г. Семейная педагогика: Программа и дидактический материал. – Мн., 2002. –  108 с. 5. Самаль Е.В. Психология общения: Учеб.-метод. комплекс. – Мн.: ЗАО "Веды", 2003.– 72 с. 6. Манцилова М.А. Планирование семьи и здоровье женщины. – М., 1988. 7. Сатир В. Как строить себя и свою семью. – М., 1992. |