

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКАВ 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 другихИстория моего имениФизиологические и психологические изменения в период взросленияСоциальное становление личностиИскусство общения с родителямиКонфликты и их последствияЭмоциональный мир семьиСемейные тайныРепродуктивное здоровьеПланирование рождаемости в семьеСовременные способы предохраненияИскусственное прерывание беременностиСексуальность, проблема выбораОтветственность и объективность Любовь или зависимостьКак сохранить любовьРазвод. Как и почему это происходитКак пережить расставаниеИтого: | 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 1 134 |

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.
 |