

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АКАДЕМИЯ ОСОЗНАННОСТИ"**

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор



/Субракова Ирина

**Дополнительная профессиональная программа –
дополнительная программа профессиональной переподготовки
«ПСИХОЛОГИЯ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ»**

Объем программы (трудоемкость): 250 академических часов

Срок освоения программы — 48 уч. недель

Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения)

г. Москва
2024 г.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1 Характеристика программы:

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Психология семейных отношений» (далее – программа) является учебно-методическим нормативным документом, регламентирующим содержание, организационно-методические формы и трудоемкость обучения.

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Психология семейных отношений» разработана в соответствии с нормами и с учетом требований

1. Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

3. Приказа Минобрнауки России от 15 ноября 2013 г. № 1244 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499»;

4. Письма Минобрнауки России от 9 октября 2013 г. № 06-735 «О дополнительном профессиональном образовании»;

5. Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14 сентября 2023 г. N 716н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере»;

6. Приказа Министерства науки и высшего образования РФ от 29 июля 2020 г. N 839 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология».

1.2. Характеристика профессиональной деятельности слушателей:

Основная цель вида профессиональной деятельности психолога в социальной сфере семейных отношений:

Улучшение психического состояния, восстановление способности к адаптации в среде жизнедеятельности отдельных лиц и социальных групп (семьи), профилактика и психологическая коррекция негативных социальных проявлений в их поведении, оказание психологической помощи и поддержки гражданам и социальным группам (семьям) посредством социально-психологического и психологического консультирования, психологическое и социально-психологическое сопровождение граждан и их семей, в том числе семей с детьми.

1.3. Категория обучающихся: лица, имеющие высшее образование; лица, получающие высшее образование.

1.4. Объем программы (трудоемкость): общая трудоемкость 250 академических часов.

1.5. Срок освоения программы – 48 учебных недель.

1.6. Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения).

1.7. Документ, выдаваемый после завершения обучения: диплом о профессиональной переподготовке установленного образца.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

2.1. Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

2.2. Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии отношений и семейных отношений.

2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического семейного консультирования для ведения профессиональной деятельности.

3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

3.1. Программа направлена на совершенствование и приобретение новых компетенций для работы психологом, безопасную и эффективную профессиональную деятельность в сфере семейных отношений.

3.2. В планируемых результатах обучения отражается связь с требованиями соответствующего профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2023 года N 716н) и требованиями соответствующего Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. N 839).

3.3. Программа направлена на получение и совершенствование слушателями универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

В результате освоения программы слушатели будут обладать *универсальными компетенциями (УК)*, включающими в себя способность:

УК-1. осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;

УК-2 определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;

УК-3 осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;

В результате освоения программы слушатели будут обладать *общепрофессиональными компетенциями (ОПК)*, включающими в себя способность:

ОПК-3 выбирать адекватные, надежные и валидные методы количественной и качественной психологической оценки, организовывать сбор данных для решения задач психодиагностики в заданной области исследований и практики;

ОПК-4 использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования;

ОПК-5 выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера;

ОПК-6 оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам.

В результате освоения программы слушатели будут обладать *профессиональными компетенциями (ПК)*, включающими в себя способность:

ПК-1 разрабатывать и реализовывать планы психологического сопровождения, психологических услуг и помощи гражданам и социальным группам;

ПК-2 применять методы психологической диагностики и психологического консультирования, подбирать эффективные формы и методы психологической помощи гражданам, семьям и семьям с детьми в соответствии с поставленными задачами;

ПК-3 выявлять и анализировать психическое состояние и индивидуальные психологические особенности личности, влияющие на поведение и взаимоотношения с окружающими людьми;

ПК-4 проводить коррекционные мероприятия в сфере отношений и семейных отношений на основе современных методик, форм и методов;

ПК-5 оказывать психологическую помощь и социально-психологическое сопровождение граждан, семей, в том числе семей, воспитывающих детей с использованием традиционных методов и технологий.

3.4. Планируемым результатом обучения является освоение и совершенствование как теоретических знаний, так и практических умений и навыков.

Обучающиеся будут знать:

- основы межличностных отношений;
- основы укрепления и поддержания межличностных и семейных отношений;
- факторы, мешающие развитию и укреплению семьи;
- нравственные, психологические и социальные аспекты в формировании родительства и фундаментальные основы родительства;
- естественную модель родительно-детских отношений;
- позиция родителей, детей, прародителей и других родственников в семье;
- стадии и кризисы детско-родительских отношений;

- возрастную динамику развития отношений между родителями и детьми;
- признаки противостояния, сепарации, конфронтации и способы их преодоления;
- основы нравственного воспитания и развития детей в семье;
- основы профессиональной помощи семье и семейного консультирования в разных вопросах;
- основы психологической поддержки при утрате близких людей;

будут уметь:

- работать с основами психологии отношений и семейных отношений;
- правильно выстраивать межличностное взаимодействие в паре, с детьми, родителями, другими родственниками и близкими людьми;
- работать с конфликтными ситуациями в семейных отношениях;
- правильно использовать способы преодоления кризисных периодов брака и детско-родительских отношений;
- понимать основные причины конфликтов в семейных отношениях, паре, между родителями и детьми и находить способы их преодоления;

владеть навыками:

- гармоничного взаимоотношения в семье;
- решения проблем и конфликтных ситуаций в межличностных отношениях, в паре, в семейных отношениях, детско-родительских отношениях;
- укрепления и поддержания гармоничных супружеских отношений;
- нравственного воспитания и развития детей в семье;
- диагностирования проблем в семье и нахождения верных способов решения проблем;
- добрачного и предбрачного психологического консультирования;
- консультирования супругов или одного члена семьи в области семейных отношений, в области детско-родительских отношений, в ситуации развода, при желании стать родителями и при усыновлении;
- психологической поддержки при утрате близких людей.

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Психология семейных отношений»

Цель обучения – получение теоретических знаний и овладение практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

Категория слушателей – лица, имеющие высшее непрофильное образование; лица, получающие высшее непрофильное образование.

Трудоемкость обучения: 250 академических часов.

Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения).

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ¹				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 1. Психология семейных отношений	39,00	17,00	18,00	4,00	Отчет
2.	Модуль 2. Супружество	38,00	18,00	16,00	4,00	Отчет
3.	Модуль 3. Родительство	46,00	22,00	20,00	4,00	Отчет
4.	Модуль 4. Дети в семье	46,00	22,00	20,00	4,00	Отчет
5.	Модуль 5. Основы семейного консультирования	44,00	20,00	20,00	4,00	Практическая работа

¹ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

6.	Модуль 6. Проблемные вопросы взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ».	8,00	8,00	-	-	-
7.	Модуль 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностных взаимоотношений	27,00	27,00	-	-	-
8.	Итоговая аттестация (экзамен)	2,00	-	-	2,00	Экзамен
9.	Итого	250,00	132,00	96,00	2,00	

5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
дополнительной профессиональной программы
профессиональной переподготовки «Психология семейных отношений»

Календарный график обучения является примерным, составляется и утверждается для каждой группы.

Срок освоения программы — 48 недель. Начало обучения — по мере набора группы.

Примерный режим занятий: 2 раза в неделю по 2-3 академических часа², включая контрольные мероприятия по отдельным модулям. Итоговая аттестация проводится согласно графику. Срок обучения по дополнительной профессиональной программе составляет 250 академических часов, включая итоговую аттестацию.

№ п/п	Наименование компонента в программе	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
1.	Модуль 1. Психология семейных отношений	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00								
2.	Модуль 2. Супружество								1,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	2,00
3.	Модуль 3. Родительство																3,00
4.	Модуль 4. Дети в семье																
5.	Модуль 5. Основы семейного консультирования																
6.	Модуль 6. Проблемные вопросы взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ».																
7.	Модуль 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностны																

² Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

	х взаимоотношений																
8.	Итоговая аттестация (экзамен)																
9.	ВСЕГО	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента в программы	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
1.	Модуль 1. Психология семейных отношений																
2.	Модуль 2. Супружество																
3.	Модуль 3. Родительство	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	3,00							
4.	Модуль 4. Дети в семье									2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
5.	Модуль 5. Основы семейного консультирования																
6.	Модуль 6. Проблемные вопросы взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ».																
7.	Модуль 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностных взаимоотношений																
8.	Итоговая аттестация (экзамен)																
9.	ВСЕГО	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента в	33 неделя	34 неделя	35 неделя	36 неделя	37 неделя	38 неделя	39 неделя	40 неделя	41 неделя	42 неделя	43 неделя	44 неделя	45 неделя	46 неделя	47 неделя	48 неделя
-------	---------------------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

	программы																
1.	Модуль 1. Психология семейных отношений																
2.	Модуль 2. Супружество																
3.	Модуль 3. Родительство																
4.	Модуль 4. Дети в семье	5,00	4,00														
5.	Модуль 5. Основы семейного консультирован ия		2,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00							
6.	Модуль 6. Проблемные вопросы взаимоотношен ий родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ».									5,00	3,00						
7.	Модуль 7. Дополнительны й курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностны х взаимоотношен ий											2,00	5,00	5,00	6,00	6,00	3,00
8.	Итоговая аттестация (экзамен)																2,00
9.	ВСЕГО	5,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	5,00	5,00	5,00	5,00	6,00	6,00	5,00

**6. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
дополнительной профессиональной программы
профессиональной переподготовки «Психология семейных отношений»**

Цель обучения – получение теоретических знаний и овладение практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

Категория слушателей – лица, имеющие высшее непрофильное образование; лица, получающие высшее непрофильное образование.

Трудоемкость обучения: 250 академических часов.

Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения).

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 1. Психология семейных отношений		
Лекция	0,90	Введение в семейведение.
Лекция	2,00	Естественное устройство семьи. Понятие семьи и родовой системы. Устройство семьи и связи внутри нее. Человек в семье. Потенциал семьи и его увеличение.
Лекция	2,20	Социально-психологическая модель семьи. Элементы (члены семьи) в семье. Типы элементов. Чем определяется связь в семье. Особенности связей. Формула связи.
Лекция	1,60	Семейная иерархия. Древо семьи. Корневые узлы и узловые члены семьи.
Лекция	2,00	Официальный статус семьи. Сожительство. Когда семья становится полноценной семьей. Понятие брачного союза и сожительства. Отличие и особенности.
Лекция	2,00	Факторы, способствующие развитию и укреплению семьи. Рассмотрение и анализ факторов позволяющих восстановить, развить и укрепить семью. Понятия автономности и сепарации. Этапы слияния партнеров.
Лекция	2,30	Семейная жизнь. Быт. Особенности семейной жизни: духовной, душевной и материальной.
Лекция	2,00	Семейное благополучие и процветание. Способы укрепления семейных связей, позволяющих достичь изобилия и процветания.
Практические занятия	18,00	Практические занятия 1-9
Лекция-практикум	2,00	Коллоквиум № 1. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.
Отчет	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	39,00	
Модуль 2. Супружество		
Лекция	2,00	Формирование супружеской пары. Как формируется супружеская пара, какие связи устанавливаются между супругами.
Лекция	2,00	Стадии развития супружеской пары. Особенности взаимодействия супругов. Развитие и укрепление отношений в паре.
Лекция	2,00	Кризисные периоды брака. Причины и следствия кризисов. Способы преодоления кризисных периодов брака.
Лекция	2,00	Супружеские конфликты и ссоры. Причины и следствия конфликтов и ссор. Способы их преодоления
Лекция	2,00	Нетрадиционные отношения. Абьюзивные отношения. Типы отклонений в отношениях. Способы гармонизации отношений и переход к взаимообогащающему взаимодействию.
Лекция	2,00	Предательство. Измены. Расставание. Способы преодоления предательства и измен. Гармоничные способы выхода из отношений.
Лекция	2,00	Развод. Способы психологического восстановления после развода.
Лекция	2,00	Укрепление и поддержание гармоничных супружеских отношений. Неполные семьи. Многодетные семьи. Семьи без детей. Типы семей и семейных связей. Их особенности и потенциал.

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Практические занятия	16,00	Практические занятия 10-17
Лекция-практикум	2,00	Коллоквиум № 2. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.
Отчет	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	38,00	
Модуль 3. Родительство		
Лекция	2,00	Нравственные, психологические и социальные аспекты в формировании родительства. На основании каких факторов формируется родительство, особенности становления мамы и папы.
Лекция	2,00	Естественная гармоничная модель родительно-детских отношений. Основные признаки и особенности взаимодействия родителей и детей.
Лекция	2,00	Семья, как формирующая, поддерживающая, развивающая и воспитывающая среда для ребенка. Основные функции семьи для родителей и детей.
Лекция	2,00	Фундаментальные основы родительства. На что опирается и как функционирует родительство.
Лекция	2,00	Позиция родителей в семье, их роли. Положение, статус, функции, обязанности родителей.
Лекция	2,00	Чайлдфри. Бесплодие. Прочие факторы, мешающие стать родителями. Способы преодоления мешающих факторов.
Лекция	2,00	Рождение ребенка. Начальный этап родительства. Основные особенности периода.
Лекция	2,00	Родители и ребенок: возрастная динамика развития отношений. Особенности взаимодействия родителей и детей в разных периодах формирования отношений.
Лекция	2,00	Родительно-детские конфликты, кризисы, противостояние, конфронтация. Способы преодоления и решения проблем.
Лекция	2,00	Прародители (бабушки и дедушки) в системе семейных отношений. Положение, статус, функции, обязанности прародителей.
Практические занятия	20,00	Практическое занятие 18-27
Лекция-практикум	2,00	Коллоквиум № 3. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.
Отчет	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	46,00	
Модуль 4. Дети в семье		
Лекция	2,00	Позиция детей в семье. Их потенциал, особенности и отличие от родителей.
Лекция	2,00	Детская уникальность. Способности, дары, таланты. Особенности развития, характера и способностей каждого отдельного ребенка. Развитие способностей, даров и талантов.
Лекция	2,00	Генетическое наследие. Его сохранение, развитие и преумножение. Преодоление недостатков и слабых сторон.
Лекция	2,00	Противостояние. Сепарация, конфронтация ребенка. Способы их преодоления.

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция	2,00	Кризисы в детско-родительских отношениях. Способы их преодоления.
Лекция	2,00	Конфликты. Основные причины конфликтов. Способы их преодоления.
Лекция	2,00	Нравственное воспитание и развитие детей в семье. Индивидуальные особенности воспитания и развития в каждой отдельной семье.
Лекция	2,00	Отвергнутые дети. Дети «из прорирки». «Коммерческие дети». Особенности развития и воспитания «особенных» детей.
Лекция	2,00	Приемные дети. Особенности развития и воспитания «особенных» детей.
Лекция	2,00	Взросление детей. Формирование собственной семьи. Позиция взрослых детей. Особенности взаимодействия с родителями. Как правильно создать, сохранить и укрепить собственную семью.
Практические занятия	20,00	Практические занятия 28-37
Лекция-практикум	2,00	Коллоквиум № 4. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.
Отчет	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	46,00	
Модуль 5. Основы семейного консультирования		
Лекция	2,00	Основы профессиональной помощи семье. Основы консультирования и психологической поддержки.
Лекция	2,00	Психологическое диагностирование проблем в семье. Навыки проведения психологической диагностики.
Лекция	2,00	Добрачное и предбрачное психологическое консультирование. Особенности консультирования людей, не имеющих семейных отношений или вступающих в семейные отношения.
Лекция	2,00	Консультирование супругов. Особенности совместного консультирования супругов и консультирования по отдельности.
Лекция	2,00	Консультирование в области детско-родительских отношений. Особенности консультирования родителей и помощь в преодолении конфликтных и проблемных ситуаций.
Лекция	2,00	Консультирование в ситуации развода. Психологическая поддержка и помощь при разводе.
Лекция	2,00	Консультирование при желании стать родителями. Особенности консультирования супругов, пытающихся зачать ребенка.
Лекция	2,00	Консультирование при усыновлении. Консультирование родителей, имеющих приемных детей. Поиск оптимальных способов воспитания и взаимодействия.
Лекция	2,00	«Особенные дети». Консультирование родителей, имеющих «особенных» детей. Поиск оптимальных способов воспитания и взаимодействия.
Лекция	2,00	Основы психологической поддержки при утрате близких людей.
Практические занятия	20,00	Практические занятия 38-47
Отчет	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	44,00	

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 6. Проблемные вопросы взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ».		
Лекция	2,30	Семья. Классическая иерархия семьи. Типы семьи по составу: нуклеарная семья; пополненная семья; смешанная семья; семья родителя-одиночки. Ключевые вопросы для выстраивания семьи: кто будет обеспечивать семью; формирование семейного бюджета; распределение обязанностей в семье; кто принимает решения в ответственные моменты; если в семье несколько поколений, то как будут учитываться интересы старшего поколения, будут ли они включены в жизнь семьи.
Лекция	2,40	Родители. Позиция родителей. Роли и ответственность родителей. Создание партнерского союза между мужчиной и женщиной, умение его поддерживать, укреплять и совершенствовать. Семейная система на основе правильного позиционирования, благополучия и верного взаимодействия. Схема жизни семьи.
Лекция	1,80	Дети. Их уникальность, потенциал, собственная позиция и крепкая связь с родителями, на которую они опираются. Отличие от родителей, конфронтация. Как укрепить связь с родителями.
Лекция	1,50	Отцы + Дети. Правильное взаимодействие родителей и детей, укрепление их связи и создание теплой атмосферы в семье.
Всего часов	8,00	
Модуль 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностных взаимоотношений		
Лекция	1,30	Осознанность в отношениях. На чем строятся и на что опираются отношения. Значимость личности человека в отношениях.
Лекция	0,65	Принцип построения гармоничных отношений. На чем основываются и как строятся межличностные отношения.
Лекция	1,1	Как сотворяется любовь? Процесс зарождения, развития, сохранения и укрепления любви между партнерами.
Лекция	1,14	Сила любви. В чем значение любви для каждого человека, ее сила и возможности.
Лекция	1,32	Ценность человеческой любви. Понятие любви. Ее виды, особенности и отличительные характеристики каждого вида.
Лекция	2,23	Благодарность – основа любви в отношениях. Благодарность, как важный элемент при построении отношений. Умение развивать, усиливать в себе чувство благодарности.
Лекция	2,60	Энергия человека. Часть 1. Понятие энергии и потенциала человека.
Лекция	2,00	Энергия человека. Часть 2. Как развить энергию и потенциал.
Лекция	1,00	Разумное владение информацией. Как научиться управлять значимым ресурсом человека – информацией.
Лекция	1,15	Владение собственной энергией – основа успешности во всем. Как научиться управлять внутренними ресурсами.
Лекция	2,84	Настройка чувственности сердца. Часть 1. Понятие чувственности человека. Отличие эмоций и чувств. Эмпатия. Значение чувственности в отношениях.
Лекция	2,40	Настройка чувственности сердца. Часть 2. Способы развития чувственности.
Лекция	1,50	Энергия – валюта нового времени. Понятие внутренней энергии человека, умение ею управлять, владеть, развивать.
Лекция	1,90	Управлять своей энергией – значит жить. Как внутренняя энергия влияет на жизнь, самореализацию и взаимоотношения с людьми.

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция	1,35	Как привести в порядок энергию тела. Лекция-практикум по настройке физического состояния человека.
Лекция	1,60	Подсознание может все? Спорные вопросы, касаемые подсознания и знания о нем в психологии и жизни.
Лекция	0,92	Колесо жизни. Принцип построения благополучной жизни.
Всего часов	27,00	
Экзамен	2,00	Итоговая аттестация
Итого часов	250,00	

7. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ

7.1. Рабочая программа

Модуль 1. Психология семейных отношений

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии отношений и семейных отношений.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического семейного консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- естественное устройство и социально-психологическую модель семьи;
- основы семейных отношений и семейную иерархию;
- основные типы семей и семейных связей;

будут уметь:

- работать с основами психологии отношений и семейных отношений;
- правильно выстраивать взаимодействие в семье;
- работать с конфликтными ситуациями в семейных отношениях;
- правильно использовать способы преодоления кризисных периодов семейных отношений;
- понимать основные причины конфликтов в семейных отношениях и находить способы их преодоления;

владеть навыками:

- гармоничного взаимоотношения в семье;
- решения проблем и конфликтных ситуаций в семейных отношениях.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ³				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 1. Психология семейных отношений	39,00	17,00	18,00	4,00	Отчет
1.1	Введение в семейведение.	2,90	0,90	2,00		
1.2	Естественное устройство семьи.	4,00	2,00	2,00		
1.3	Социально-психологическая модель семьи.	4,20	2,20	2,00		
1.4	Семейная иерархия.	3,60	1,60	2,00		
1.5	Официальный статус семьи. Сожительство.	4,00	2,00	2,00		
1.6	Факторы, способствующие развитию и укреплению семьи.	4,00	2,00	2,00		
1.7	Семейная жизнь. Быт.	4,30	2,30	2,00		
1.8	Семейное благополучие и процветание.	4,00	2,00	2,00		
1.9.	Коллоквиум № 1. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	4,00	2,00	2,00		
1.10.	Текущий контроль знаний	4,00	-	-	4,00	Отчет
2.	Итого	39,00	17,00	18,00	4,00	

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 1. Психология семейных отношений		
Лекция	0,90	Введение в семейведение.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 1
Лекция	2,00	Естественное устройство семьи. Понятие семьи и родовой системы. Устройство семьи и связи внутри нее. Человек в семье. Потенциал семьи и его увеличение.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 2
Лекция	2,20	Социально-психологическая модель семьи. Элементы (члены семьи) в семье. Типы элементов. Чем определяется связь в семье. Особенности связей. Формула связи.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 3
Лекция	1,60	Семейная иерархия. Древо семьи. Корневые узлы и узловы члены семьи.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 4
Лекция	2,00	Официальный статус семьи. Сожительство. Когда семья становится полноценной семьей. Понятие брачного союза и сожительства. Отличие и особенности.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 5

³ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция	2,00	Факторы, способствующие развитию и укреплению семьи. Рассмотрение и анализ факторов позволяющих восстановить, развить и укрепить семью. Понятия автономности и сепарации. Этапы слияния партнеров.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 6
Лекция	2,30	Семейная жизнь. Быт. Особенности семейной жизни: духовной, душевной и материальной.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 7
Лекция	2,00	Семейное благополучие и процветание. Способы укрепления семейных связей, позволяющих достичь изобилия и процветания.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 8
Лекция-практикум	2,00	Коллоквиум № 1. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 9
Отчет	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	39,00	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента в программы	1 неде ля	2 неде ля	3 неде ля	4 неде ля	5 неде ля	6 неде ля	7 неде ля	8 неде ля	9 неде ля	10 неде ля	11 неде ля	12 неде ля	13 неде ля	14 неде ля	15 неде ля	16 неде ля
1.	Модуль 1. Психология семейных отношений	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00								
2.	ВСЕГО	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00								

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технически условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academysoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

1. В.Н. Мясищев, Психология отношений. – Воронеж: Модэк, 2011г. – 400 с.
2. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 512 с. (Серия «Кафедра психологии»).
3. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. 4-е из. – СПб.: Питер, 2008. – 672 с., ил. – (Серия «Мастера психологии»)
4. Карabanова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. — М.: Гардарики, 2005. — 320 с.
5. Дружинин В. Я. Психология семьи, 3-е издание, СПб.: Питер, 2006 г. – 176 с: ил.
6. Фигдор Гельмут. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. 2006г.

7. Шульга, Т. И. Работа с неблагополучной семьей : учеб. пособие /Т. И. Шульга. — М. : Дрофа, 2005. - 254, [2] с. : ил.
8. Куттер Петер. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С.С. Папкина. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 115 с.
9. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
10. Воловикова М.И. Журавлев А.Л. Юревич А.В. / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Издво «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с
11. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений:В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
12. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
13. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
14. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
15. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»).
16. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
17. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
18. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
19. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретишь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
20. Шерри Аргов Мужчины любят стерв. Бомбора, 2022 г.
21. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.

7.2. Рабочая программа Модуля 2. Супружество

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии отношений и семейных отношений.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического семейного консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- факторы, влияющие на возникновение конфликтов и ссор в супружеской паре;
- способы преодоления кризисных периодов брака;
- основы укрепления и поддержания супружеских отношений;

будут уметь:

- правильно выстраивать взаимодействие в супружеской паре;
- работать с конфликтными ситуациями в браке;
- правильно использовать способы преодоления кризисных периодов брака;
- понимать основные причины конфликтов в супружеской паре и находить способы их преодоления;

владеть навыками:

- гармоничного взаимоотношения в супружеской паре;
- решения проблем и конфликтных ситуаций в супружеской паре;
- укрепления и поддержания гармоничных супружеских отношений.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ⁴				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 2. Супружество	38,00	18,00	16,00	4,00	Отчет
1.1	Формирование супружеской пары.	4,00	2,00	2,00	-	
1.2	Стадии развития супружеской пары.	4,00	2,00	2,00	-	
1.3	Кризисные периоды брака.	4,00	2,00	2,00	-	
1.4	Супружеские конфликты и ссоры.	4,00	2,00	2,00	-	
1.5	Нетрадиционные отношения. Абыюзивные отношения.	4,00	2,00	2,00	-	
1.6	Предательство. Измены. Расставание.	4,00	2,00	2,00	-	
1.7	Развод.	4,00	2,00	2,00	-	
1.8	Укрепление и поддержание гармоничных супружеских отношений.	4,00	2,00	2,00	-	
1.9	Коллоквиум № 2. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	2,00	2,00	-	-	
1.10	Текущий контроль знаний	4,00	-	-	4,00	Отчет
2.	Итого	38,00	18,00	16,00	4,00	

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 2. Супружество		
Лекция	2,00	Формирование супружеской пары. Как формируется супружеская пара, какие связи устанавливаются между супругами.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 10
Лекция	2,00	Стадии развития супружеской пары. Особенности взаимодействия супругов. Развитие и укрепление отношений в паре.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 11
Лекция	2,00	Кризисные периоды брака. Причины и следствия кризисов. Способы преодоления кризисных периодов брака.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 12
Лекция	2,00	Супружеские конфликты и ссоры. Причины и следствия конфликтов и ссор. Способы их преодоления
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 13
Лекция	2,00	Нетрадиционные отношения. Абыюзивные отношения. Типы отклонений в отношениях. Способы гармонизации отношений и переход к взаимообогащающему взаимодействию.

⁴ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 14
Лекция	2,00	Предательство. Измены. Расставание. Способы преодоления предательства и измен. Гармоничные способы выхода из отношений.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 15
Лекция	2,00	Развод. Способы психологического восстановления после развода.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 16
Лекция	2,00	Укрепление и поддержание гармоничных супружеских отношений.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 17
Лекция-практикум	2,00	Коллоквиум № 2. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.
Отчет	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	38,00	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента в программы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
		неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя
1.	Модуль 2. Супружество								1,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	2,00
2.	ВСЕГО																

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технические условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academysoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.
- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше, оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

1. В.Н. Мясищев, Психология отношений. – Воронеж: Модэк, 2011 г. – 400 с.
2. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 512 с. (Серия «Кафедра психологии»).
3. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. 4-е из. – СПб.: Питер, 2008. – 672 с., ил. – (Серия «Мастера психологии»)
4. Карбанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. — М.: Гардарики, 2005. — 320 с.
5. Дружинин В. Я. Психология семьи, 3-е издание, СПб.: Питер, 2006 г. – 176 с: ил.
6. Фигдор Гельмут. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. 2006г.
7. Шульга, Т. И. Работа с неблагополучной семьей : учеб. пособие /Т. И. Шульга. — М. : Дрофа, 2005. - 254, |2| с. : ил.

8. Куттер Петер. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С.С. Папкова. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 115 с.
9. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
10. Воловикова М.И. Журавлев А.Л. Юревич А.В. / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Издво «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с
11. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
12. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
13. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
14. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
15. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»).
16. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
17. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
18. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
19. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретишь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
20. Шерри Аргов Мужчины любят стерв. Бомбора, 2022 г.
21. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.

7.3. Рабочая программа

Модуль 3. Родительство

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии отношений и семейных отношений.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического семейного консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- нравственные, психологические и социальные аспекты в формировании родительства и фундаментальные основы родительства;
- естественную модель родительно-детских отношений;
- позиция родителей, прародителей в семье;
- стадии и кризисы родительно-детских отношений;
- возрастную динамику развития отношений между родителями и детьми;

будут уметь:

- правильно выстраивать взаимодействие с детьми;
- работать с конфликтными ситуациями в родительно-детских отношениях;
- правильно использовать способы преодоления кризисных периодов родительно-детских отношений;
- понимать основные причины конфликтов в родительно-детских отношениях;

владеть навыками:

- решения проблем и конфликтных ситуаций в родительно-детских отношениях.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ⁵				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 3. Родительство	46,00	22,00	20,00	4,00	Отчет
1.1	Нравственные, психологические и социальные аспекты в формировании родительства.	4,00	2,00	2,00	-	
1.2	Естественная гармоничная модель родительско-детских отношений.	4,00	2,00	2,00	-	
1.3	Семья как формирующая, поддерживающая, развивающая и воспитывающая среда для ребенка.	4,00	2,00	2,00	-	
1.4	Фундаментальные основы родительства.	4,00	2,00	2,00	-	
1.5	Позиция родителей в семье, их роли.	4,00	2,00	2,00	-	
1.6	Чайлдфри. Бесплодие. Прочие факторы, мешающие стать родителями.	4,00	2,00	2,00	-	
1.7	Рождение ребенка.	4,00	2,00	2,00	-	
1.8	Родители и ребенок: возрастная динамика развития отношений.	4,00	2,00	2,00		
1.9	Родительско-детские конфликты, кризисы, противостояние, конфронтация.	4,00	2,00	2,00		
1.10	Прародители (бабушки и дедушки) в системе семейных отношений.	4,00	2,00	2,00		
1.11	Коллоквиум № 3. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	2,00	2,00	-	-	
1.12	Текущий контроль знаний	4,00	-	-	4,00	Отчет
2.	Итого	46,00	22,00	20,00	4,00	

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 3. Родительство		
Лекция	2,00	Нравственные, психологические и социальные аспекты в формировании родительства. На основании каких факторов формируется родительство, особенности становления мамы и папы.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 18
Лекция	2,00	Естественная гармоничная модель родительско-детских отношений. Основные признаки и особенности взаимодействия родителей и детей.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 19
Лекция	2,00	Семья, как формирующая, поддерживающая, развивающая и воспитывающая среда для ребенка. Основные функции семьи для родителей и детей.

⁵ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 20
Лекция	2,00	Фундаментальные основы родительства. На что описается и как функционирует родительство.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 21
Лекция	2,00	Позиция родителей в семье, их роли. Положение, статус, функции, обязанности родителей.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 22
Лекция	2,00	Чайлдфри. Бесплодие. Прочие факторы, мешающие стать родителями. Способы преодоления мешающих факторов.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 23
Лекция	2,00	Рождение ребенка. Начальный этап родительства. Основные особенности периода.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 24
Лекция	2,00	Родители и ребенок: возрастная динамика развития отношений. Особенности взаимодействия родителей и детей в разных периодах формирования отношений.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 25
Лекция	2,00	Родительско-детские конфликты, кризисы, противостояние, конфронтация. Способы преодоления и решения проблем.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 26
Лекция	2,00	Прародители (бабушки и дедушки) в системе семейных отношений. Положение, статус, функции, обязанности прародителей.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 27
Лекция-практикум	2,00	Коллоквиум № 3. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.
Отчет	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	46,00	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента в программы																	
		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя	
1.	Модуль 3. Родительство																	3,00
2.	ВСЕГО																	3,00

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента																	
		17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя	

	в программы																
1.	Модуль 3. Родительство	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	3,00						
2.	ВСЕГО	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	3,00						

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для вхождения на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технически условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academyosoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.
- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

1. В.Н. Мясищев, Психология отношений. – Воронеж: Модэк, 2011 г. – 400 с.
2. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 512 с. (Серия «Кафедра психологии»).
3. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. 4-е из. – СПб.: Питер, 2008. – 672 с., ил. – (Серия «Мастера психологии»)
4. Карabanова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. — М.: Гардарики, 2005. — 320 с.
5. Дружинин В. Я. Психология семьи, 3-е издание, СПб.: Питер, 2006 г. – 176 с: ил.
6. Фигдор Гельмут. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. 2006г.
7. Шульга, Т. И. Работа с неблагополучной семьей : учеб. пособие /Т. И. Шульга. — М. : Дрофа, 2005. - 254, |2| с. : ил.
8. Кутгер Петер. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С.С. Папкова. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 115 с.
9. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
10. Воловикова М.И. Журавлев А.Л. Юревич А.В. / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Издво «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с
11. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
12. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
13. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
14. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
15. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»).
16. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
17. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
18. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
19. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретишь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
20. Шерри Аргов Мужчины любят стерв. Бомбора, 2022 г.
21. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.

7.4. Рабочая программа Модуля 4. Дети в семье

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии отношений и семейных отношений.

2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического семейного консультирования для ведения профессиональной деятельности.

3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- позиция детей в семье;
- стадии и кризисы детско-родительских отношений;
- возрастную динамику развития отношений между родителями и детьми;
- признаки противостояния, сепарации, конфронтации и способы их преодоления;
- основы нравственного воспитания и развития детей в семье;

будут уметь:

- работать с конфликтными ситуациями в детско-родительских отношениях;
- правильно использовать способы преодоления кризисных периодов детско-родительских отношений;
- понимать основные причины конфликтов между родителями и детьми и находить способы их преодоления;

владеть навыками:

- решения проблем и конфликтных ситуаций в детско-родительских отношениях;
- нравственного воспитания и развития детей в семье.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ⁶				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 4. Дети в семье	46,00	22,00	20,00	4,00	Отчет
1.1	Позиция детей в семье. Их потенциал, особенности и отличие от родителей.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.2	Детская уникальность. Способности, дары, таланты.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.3	Генетическое наследие.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.4	Противостояние, сепарация, конфронтация ребенка.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.5	Кризисы в детско-родительских отношениях.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.6	Конфликты. Основные причины. Способы их преодоления.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.7	Нравственное воспитание и развитие детей в семье.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.8	Отвергнутые дети. Дети «из пробирики». «Коммерческие дети».	4,00	2,00	2,00	-	-
1.9	Приемные дети.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.10	Взращение детей. Формирование собственной семьи.	4,00	2,00	2,00	-	-

⁶ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

1.11	Коллоквиум № 4. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	2,00	2,00	-	-	-
1.12	Текущий контроль знаний	4	-	-	4,00	Отчет
2.	Итого	46,00	22,00	20,00	4,00	

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 4. Дети в семье		
Лекция	2,00	Позиция детей в семье. Их потенциал, особенности и отличие от родителей.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 28
Лекция	2,00	Детская уникальность. Способности, дары, таланты. Особенности развития, характера и способностей каждого отдельного ребенка. Развитие способностей, даров и талантов.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 29
Лекция	2,00	Генетическое наследие. Его сохранение, развитие и преумножение. Преодоление недостатков и слабых сторон.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 30
Лекция	2,00	Противостояние. Сепарация, конфронтация ребенка. Способы их преодоления.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 31
Лекция	2,00	Кризисы в детско-родительских отношениях. Способы их преодоления.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 32
Лекция	2,00	Конфликты. Основные причины конфликтов. Способы их преодоления.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 33
Лекция	2,00	Нравственное воспитание и развитие детей в семье. Индивидуальные особенности воспитания и развития в каждой отдельной семье.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 34
Лекция	2,00	Отвергнутые дети. Дети «из прорубки». «Коммерческие дети». Особенности развития и воспитания «особенных» детей.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 35
Лекция	2,00	Приемные дети. Особенности развития и воспитания «особенных» детей.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 36
Лекция	2,00	Взросление детей. Формирование собственной семьи. Позиция взрослых детей. Особенности взаимодействия с родителями. Как правильно создать, сохранить и укрепить собственную семью.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 37

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция-практикум	2,00	Коллоквиум № 4. Обобщение и подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.
Отчет	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	46,00	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента в программы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
1.	Модуль 4. Дети в семье																
2.	ВСЕГО																

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента в программы	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
1.	Модуль 4. Дети в семье									2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
2.	ВСЕГО																

Продолжение

Наименование компонентов программы	33 неделя	34 неделя	35 неделя	36 неделя	37 неделя	38 неделя	39 неделя	40 неделя	41 неделя	42 неделя	43 неделя	44 неделя	45 неделя	46 неделя	47 неделя	48 неделя
Модуль 4. Дети в семье	5,00	4,00														
ВСЕГО	5,00	4,00														

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентируя внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технически условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academysoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.
- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

1. В.Н. Мясичев, Психология отношений. – Воронеж: Модэк, 2011г. – 400 с.
2. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 512 с. (Серия «Кафедра психологии»).
3. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. 4-е из. – СПб.: Питер, 2008. – 672 с., ил. – (Серия «Мастера психологии»)
4. Карбанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. — М.: Гардарики, 2005. — 320 с.

5. Дружинин В. Я. Психология семьи, 3-е издание, СПб.: Питер, 2006 г. – 176 с: ил.
6. Фигдор Гельмут. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. 2006г.
7. Шульга, Т. И. Работа с неблагополучной семьей : учеб. пособие /Т. И. Шульга. — М. : Дрофа, 2005. - 254, |2| с. : ил.
8. Куттер Петер. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С.С. Папкова. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 115 с.
9. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
10. Воловикова М.И. Журавлев А.Л. Юревич А.В. / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Издво «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с
11. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений:В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
12. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
13. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
14. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
15. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»).
16. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
17. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
18. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
19. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретишь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
20. Шерри Аргов Мужчины любят стерв. Бомбора, 2022 г.
21. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.

7.5. Рабочая программа Модуля 5. Основы семейного консультирования

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии отношений и семейных отношений.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического семейного консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- основы профессиональной помощи семье и семейного консультирования в разных вопросах;
- основы психологической поддержки при утрате близких людей;

будут уметь:

- работать с основами психологии отношений и семейных отношений;
- работать с конфликтными ситуациями в семейных отношениях;
- понимать основные причины конфликтов в семейных отношениях, паре, между родителями и детьми и находить способы их преодоления;

владеть навыками:

- диагностирования проблем в семье и нахождения верных способов решения проблем;
- доброго и предбрачного психологического консультирования;

- консультирования супругов или одного члена семьи в области семейных отношений, в области детско-родительских отношений, в ситуации развода, при желании стать родителями и при усыновлении;
- психологической поддержки при утрате близких людей.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ⁷				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 5. Основы семейного консультирования	44,00	20,00	20,00	4,00	Практическая работа
1.1	Основы профессиональной помощи семье.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.2	Психологическое диагностирование проблем в семье.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.3	Добрачное и предбрачное психологическое консультирование.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.4	Консультирование супругов.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.5	Консультирование в области детско-родительских отношений.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.6	Консультирование в ситуации развода.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.7	Консультирование при желании стать родителями.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.8	Консультирование при усыновлении.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.9	«Особенные» дети.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.10	Основы психологической поддержки при утрате близких.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.11	Текущий контроль знаний	4,00	-	-	4,00	Практическая работа
2.	Итого	44,00	20,00	20,00	4,00	

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 5. Основы семейного консультирования		
Лекция	2,00	Основы профессиональной помощи семье. Основы консультирования и психологической поддержки.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 38
Лекция	2,00	Психологическое диагностирование проблем в семье. Навыки проведения психологической диагностики.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 39
Лекция	2,00	Добрачное и предбрачное психологическое консультирование. Особенности консультирования людей, не имеющих семейных отношений или вступающих в семейные отношения.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 40

⁷ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция	2,00	Консультирование супругов. Особенности совместного консультирования супругов и консультирования по отдельности.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 41
Лекция	2,00	Консультирование в области детско-родительских отношений. Особенности консультирования родителей и помощь в преодолении конфликтных и проблемных ситуаций.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 42
Лекция	2,00	Консультирование в ситуации развода. Психологическая поддержка и помощь при разводе.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 43
Лекция	2,00	Консультирование при желании стать родителями. Особенности консультирования супругов, пытающихся зачать ребенка.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 44
Лекция	2,00	Консультирование при усыновлении. Консультирование родителей, имеющих приемных детей. Поиск оптимальных способов воспитания и взаимодействия.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 45
Лекция	2,00	«Особенные дети». Консультирование родителей, имеющих «особенных» детей. Поиск оптимальных способов воспитания и взаимодействия.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 46
Лекция	2,00	Основы психологической поддержки при утрате близких людей.
Практическое занятие	2,00	Практическое занятие 47
Практическая работа	4,00	Текущий контроль знаний
Всего часов	44,00	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента в программе	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
1.	Модуль 5. Основы семейного консультирования																
2.	ВСЕГО																

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя

	В программы																
1.	Модуль 5. Основы семейного консультирования												6,00	6,00	6,00	6,00	6,00
2.	ВСЕГО												6,00	6,00	6,00	6,00	6,00

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента в программы	33 неделя	34 неделя	35 неделя	36 неделя	37 неделя	38 неделя	39 неделя	40 неделя	41 неделя	42 неделя	43 неделя	44 неделя	45 неделя	46 неделя	47 неделя	48 неделя
1.	Модуль 5. Основы семейного консультирования	6,00	6,00														
2.	ВСЕГО	6,00	6,00														

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технические условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academyosoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.
- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

1. В.Н. Мясищев, Психология отношений. – Воронеж: Модэк, 2011 г. – 400 с.
2. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 512 с. (Серия «Кафедра психологии»).
3. Эйдемиллер Э.Г., Юстицки В. Психология и психотерапия семьи. 4-е из. – СПб.: Питер, 2008. – 672 с., ил. – (Серия «Мастера психологии»)
4. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. — М.: Гардарики, 2005. — 320 с.
5. Дружинин В. Я. Психология семьи, 3-е издание, СПб.: Питер, 2006 г. – 176 с: ил.
6. Фигдор Гельмут. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. 2006г.
7. Шульга, Т. И. Работа с неблагополучной семьей : учеб. пособие /Т. И. Шульга. — М. : Дрофа, 2005. - 254, |2| с. : ил.
8. Куттер Петер. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С.С. Папкова. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 115 с.
9. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
10. Воловикова М.И. Журавлев А.Л. Юревич А.В. / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Издво «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с
11. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений:В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
12. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
13. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
14. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
15. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»).
16. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.

17. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
18. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
19. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретишь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
20. Шерри Аргов Мужчины любят стерв. Бомбора, 2022 г.
21. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.

7.6. Рабочая программа

Модуля 6. Проблемные вопросы взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ»

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии отношений и семейных отношений.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического семейного консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- основы укрепления и поддержания семейных отношений;
- нравственные, психологические и социальные аспекты в формировании родительства и фундаментальные основы родительства;
- естественную модель родительско-детских отношений;
- позиция родителей, детей, прародителей и других родственников в семье;
- стадии и кризисы детско-родительских отношений;
- возрастную динамику развития отношений между родителями и детьми;
- признаки противостояния, сепарации, конфронтации и способы их преодоления;
- основы нравственного воспитания и развития детей в семье;
- основы профессиональной помощи семье и семейного консультирования в разных вопросах;

будут уметь:

- работать с основами психологии отношений и семейных отношений;
- правильно выстраивать взаимодействие в паре, с детьми, родителями, другими родственниками и близкими людьми;
- работать с конфликтными ситуациями в семейных отношениях;
- правильно использовать способы преодоления кризисных периодов брака и детско-родительских отношений;
- понимать основные причины конфликтов в семейных отношениях, паре, между родителями и детьми и находить способы их преодоления;

владеть навыками:

- гармоничного взаимоотношения в семье;
- решения проблем и конфликтных ситуаций в паре, в семейных отношениях, детско-родительских отношениях;
- укрепления и поддержания гармоничных супружеских отношений;
- нравственного воспитания и развития детей в семье;
- диагностирования проблем в семье и нахождения верных способов решения проблем.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ⁸				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практическая работа	Контроль	
1.	Модуль 6. Проблемные вопросы взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ»	8,00	8,00	-	-	-
1.1	Семья	2,30	2,30			
1.2	Родители	2,40	2,40			
1.3	Дети	1,80	1,80			
1.4	ОТЦЫ + ДЕТИ	1,50	1,50			
2.	Итого	8,00	8,00			

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 6. Проблемные вопросы взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ»		
Лекция	2,30	Семья. Классическая иерархия семьи. Типы семьи по составу: нуклеарная семья; пополненная семья; смешанная семья; семья родителя-одиночки. Ключевые вопросы для выстраивания семьи: кто будет обеспечивать семью; формирование семейного бюджета; распределение обязанностей в семье; кто принимает решения в ответственные моменты; если в семье несколько поколений, то как будут учитываться интересы старшего поколения, будут ли они включены в жизнь семьи.
Лекция	2,40	Родители. Позиция родителей. Роли и ответственность родителей. Создание партнерского союза между мужчиной и женщиной, умение его поддерживать, укреплять и совершенствовать. Семейная система на основе правильного позиционирования, благополучия и верного взаимодействия. Схема жизни семьи.
Лекция	1,80	Дети. Уникальность и потенциал. Процесс взросления. Противостояние, сепарация, конфликты с ребенком. Несколько способов смягчения противостояния между родителями и ребенком.
Лекция	1,50	ОТЦЫ + ДЕТИ. Причины конфликтов родителей и детей. Что мешает разрешению конфликтов. Способы смягчения противостояния между родителями и ребенком.
Всего часов	8,00	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента в программе	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
1.	Модуль 6. Проблемные вопросы																

⁸ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

	взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ»																
2.	ВСЕГО																

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента в программы	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
1.	Модуль 6. Проблемные вопросы взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ»																
2.	ВСЕГО																

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента в программы	33 неделя	34 неделя	35 неделя	36 неделя	37 неделя	38 неделя	39 неделя	40 неделя	41 неделя	42 неделя	43 неделя	44 неделя	45 неделя	46 неделя	47 неделя	48 неделя
1.	Модуль 6. Проблемные вопросы взаимоотношений родителей и детей «ОТЦЫ + ДЕТИ»										5,00	3,00					
2.	ВСЕГО										5,00	3,00					

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Стажировка проводится с целью теоретической и практической подготовки слушателей. Цель стажировки – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия; совершенствовать навык самостоятельного поиска необходимого материала; помочь закрепить на практике полученные знания. Стажировка должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается студентом самостоятельно под руководством педагогических кадров, имеющих высшее профессиональное образование и отвечающих квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технически условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academysoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- изучение учебных пособий,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

1. В.Н. Мясищев, Психология отношений. – Воронеж: Модэк, 2011г. – 400 с.
2. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 512 с. (Серия «Кафедра психологии»).
3. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. 4-е из. – СПб.: Питер, 2008. – 672 с., ил. – (Серия «Мастера психологии»)
4. Карabanова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. — М.: Гардарики, 2005. — 320 с.
5. Дружинин В. Я. Психология семьи, 3-е издание, СПб.: Питер, 2006 г. – 176 с: ил.

6. Фигдор Гельмут. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. 2006г.
7. Шульга, Т. И. Работа с неблагополучной семьей : учеб. пособие /Т. И. Шульга. — М. : Дрофа, 2005. - 254, [2] с. : ил.
8. Куттер Петер. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С.С. Папкова. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 115 с.
9. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
10. Воловикова М.И. Журавлев А.Л. Юревич А.В. / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Издво «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с
11. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений:В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
12. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
13. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
14. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
15. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»).
16. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
17. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
18. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
19. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретишь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
20. Шерри Аргов Мужчины любят стерв. Бомбора, 2022 г.
21. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.

7.7. Рабочая программа

Модуля 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностных взаимоотношений

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере семейных отношений.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии отношений и семейных отношений.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического семейного консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- основы межличностных и семейных отношений;
- основы укрепления и поддержания межличностных и семейных отношений;
- основы профессиональной помощи семье и семейного консультирования в разных вопросах;

будут уметь:

- работать с основами психологии отношений и семейных отношений;
- правильно выстраивать межличностное взаимодействие;
- работать с конфликтными ситуациями в межличностных и семейных отношениях;

владеть навыками:

- гармоничного взаимоотношения в семье и между людьми;
- решения проблем и конфликтных ситуаций в межличностных отношениях;

- укрепления и поддержания гармоничных супружеских отношений;
- диагностирования проблем в семье и нахождения верных способов решения проблем.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ⁹				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практическая работа	Контроль	
1.	Модуль 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностных взаимоотношений	27,00	27,00	-	-	-
1.1	Осознанность в отношениях	1,30	1,30	-	-	-
1.2	Принцип построения гармоничных отношений	0,65	0,65	-	-	-
1.3	Как сотворяется любовь?	1,1	1,1	-	-	-
1.4	Сила любви	1,14	1,14	-	-	-
1.5	Ценность человеческой любви	1,32	1,32	-	-	-
1.6	Благодарность – основа любви в отношениях.	2,23	2,23	-	-	-
1.7	Энергия человека. Часть 1	2,60	2,60	-	-	-
1.8	Энергия человека. Часть 2	2,00	2,00	-	-	-
1.9	Разумное владение информацией	1,00	1,00	-	-	-
1.10	Владение собственной энергией – основа успешности во всем	1,15	1,15	-	-	-
1.11	Настройка чувственности сердца. Часть 1	2,84	2,84	-	-	-
1.12	Настройка чувственности сердца. Часть 2	2,40	2,40	-	-	-
1.13	Энергия – валюта нового времени	1,50	1,50	-	-	-
1.14	Управлять своей энергией – значит жить	1,90	1,90	-	-	-
1.15	Как привести в порядок энергию тела	1,35	1,35	-	-	-
1.16	Подсознание может все?	1,60	1,60	-	-	-
1.17	Колесо жизни	0,92	0,92	-	-	-
2.	Итого	27,00	27,00	-	-	-

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностных взаимоотношений		
Лекция	1,30	Осознанность в отношениях. На чем строятся и на что опираются отношения. Значимость личности человека в отношениях.
Лекция	0,65	Принцип построения гармоничных отношений. На чем основываются и как строятся межличностные отношения.
Лекция	1,1	Как сотворяется любовь? Процесс зарождения, развития, сохранения и укрепления любви между партнерами.
Лекция	1,14	Сила любви. В чем значение любви для каждого человека, ее сила и возможности.

⁹ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция	1,32	Ценность человеческой любви. Понятие любви. Ее виды, особенности и отличительные характеристики каждого вида.
Лекция	2,23	Благодарность – основа любви в отношениях. Благодарность, как важный элемент при построении отношений. Умение развивать, усиливать в себе чувство благодарности.
Лекция	2,60	Энергия человека. Часть 1. Понятие энергии и потенциала человека.
Лекция	2,00	Энергия человека. Часть 2. Как развить энергию и потенциал.
Лекция	1,00	Разумное владение информацией. Как научиться управлять значимым ресурсом человека – информацией.
Лекция	1,15	Владение собственной энергией – основа успешности во всем. Как научиться управлять внутренними ресурсами.
Лекция	2,84	Настройка чувственности сердца. Часть 1. Понятие чувственности человека. Отличие эмоций и чувств. Эмпатия. Значение чувственности в отношениях.
Лекция	2,40	Настройка чувственности сердца. Часть 2. Способы развития чувственности.
Лекция	1,50	Энергия – валюта нового времени. Понятие внутренней энергии человека, умение ею управлять, владеть, развивать.
Лекция	1,90	Управлять своей энергией – значит жить. Как внутренняя энергия влияет на жизнь, самореализацию и взаимоотношения с людьми.
Лекция	1,35	Как привести в порядок энергию тела. Лекция-практикум по настройке физического состояния человека.
Лекция	1,60	Подсознание может все? Спорные вопросы, касаемые подсознания и знания о нем в психологии и жизни.
Лекция	0,92	Колесо жизни. Принцип построения благополучной жизни.
Всего часов	27,00	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента в программе	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
		неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя
1.	Модуль 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностных взаимоотношений																
2.	ВСЕГО																

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента в программы	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
1.	Модуль 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностных взаимоотношений																
2.	ВСЕГО																

Продолжение

№ п/п	Наименование компонента в программы	33 неделя	34 неделя	35 неделя	36 неделя	37 неделя	38 неделя	39 неделя	40 неделя	41 неделя	42 неделя	43 неделя	44 неделя	45 неделя	46 неделя	47 неделя	48 неделя
1.	Модуль 7. Дополнительный курс лекций по значимым и проблемным вопросам психологии личности и межличностных взаимоотношений											2,00	5,00	5,00	6,00	6,00	3,00
2.	ВСЕГО											2,00	5,00	5,00	6,00	6,00	3,00

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Стажировка проводится с целью теоретической и практической подготовки слушателей. Цель стажировки – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия; совершенствовать навык самостоятельного поиска необходимого материала; помочь закрепить на практике полученные знания. Стажировка должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается студентом самостоятельно под руководством педагогических кадров, имеющих высшее профессиональное образование и отвечающих квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технически условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academysoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.
- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- изучение учебных пособий,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

22. В.Н. Мясичев, Психология отношений. – Воронеж: Модэк, 2011г. – 400 с.
23. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 512 с. (Серия «Кафедра психологии»).
24. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. 4-е из. – СПб.: Питер, 2008. – 672 с., ил. – (Серия «Мастера психологии»)
25. Карбанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. — М.: Гардарики, 2005. — 320 с.

26. Дружинин В. Я. Психология семьи, 3-е издание, СПб.: Питер, 2006 г. – 176 с: ил.
27. Фигдор Гельмут. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. 2006г.
28. Шульга, Т. И. Работа с неблагополучной семьей : учеб. пособие /Т. И. Шульга. — М. : Дрофа, 2005. - 254, |2| с. : ил.
29. Куттер Петер. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С.С. Папкова. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 115 с.
30. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
31. Воловикова М.И. Журавлев А.Л. Юревич А.В. / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Издво «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с
32. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений:В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
33. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
34. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
35. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
36. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»).
37. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
38. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
39. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
40. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретишь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
41. Шерри Аргов Мужчины любят стерв. Бомбора, 2022 г.
42. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.

8. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Практическое занятие 1.

В течение недели исследовать понятие «Моя семья»:

- Что для меня есть семья?
- Какое имеет значение для меня?
- Какой смысл я вкладываю в слово «моя» в данном понятии?
- Какой мне представляется моя семья?
- Кто в ней есть?
- Какой я её вижу?
- Как мне в моей семье?
- Каким мне хочется быть по отношению к своей семье? Её членам?
- Что хочется чувствовать, испытывать и проживать в своей семье?
- Ради чего мне она?

Практическое занятие 2.

Продолжить исследование понятие «Моя семья», в части вопросов:

- Кто я в своей семье?;
- Каким хочется стать?

Практическое занятие 3.

Упражнение «Переустановка родовых связей»:

1. Определить наличие связи с любым из членов своей семьи (от себя к партнеру).
2. Почувствовать наличие связи от данного партнера к вам.
3. Понять, что хочется вам в данный период времени по отношению к связи с данным партнером.

Практическое занятие 4.

Упражнение «Переустановка родовых связей»:

1. Почувствовать связь с любым из членов своей семьи (от себя к партнеру).
2. Определить вес/размер имеющейся связи с данным человеком.

3. Осознать, что хочется именно сейчас по отношению к весу связи с данным партнером.

Практическое занятие 5.

Упражнение «Переустановка родовых связей»:

1. Почувствовать связь с любым из членов своей семьи (от себя к партнеру).
2. Определить вес/размер имеющейся связи с данным человеком.
3. Постараться видоизменить вес имеющейся связи (увеличить, уменьшить, обнулить).
4. Понаблюдать в последующем за изменениями в отношениях с данным партнером.

Практическое занятие 6.

Упражнение «Переустановка родовых связей»:

1. Почувствовать связь с любым из членов своей семьи (от себя к партнеру).
2. Определить весомость имеющейся связи с данным человеком.
3. Отправить заряд желаемой энергии по установленной связи.
4. Понаблюдать в последующем за изменениями в отношениях с этим партнером.

Практическое занятие 7.

Упражнение «Переустановка родовых связей»:

1. Почувствовать связь с любым из членов своей семьи (от себя к партнеру).
2. Определить весомость имеющейся связи с данным человеком.
3. Аккуратно попробовать отправить разно зарядные энергии по установленной связи (плюс, минус значения).
4. Понаблюдать за изменениями в отношениях с данным партнером.

Практическое занятие 8.

Упражнение:

Проанализировать, как складывается работа по переустановке родовых связей, ответив на следующие вопросы:

- Что стало понятным при работе со связями?
- Что получается хорошо?
- Что еще требует моего внимания?
- Какие результаты имею?
- Какие выводы сделаны?
- Чего хочу в ближайшее будущее?
- Результаты записать в личном дневнике.

Практическое занятие 9.

Упражнение:

Если вы состоите в браке, ответить честно на вопрос: «Действительно ли я состою в союзе (с точки зрения высших моральных и нравственных принципов)?»

Если ответ положительный: определить и прожить все чувства, которые рождаются от осознания данного факта.

Если ответ отрицательный – постараться понять, что хочется преобразовать в себе (в своих мыслях, чувствах, действиях) для изменения имеющегося положения к лучшему.

Если вы не состоите в супружеских отношениях, ответить на следующие вопросы:

«Что я сейчас чувствую от того, что у меня нет отношений?».

«Что я думаю по этому поводу?».

«Хочу ли я вступить в полноценные отношения?».

«Что я для этого делаю?».

Задание выполнять в течение двух недель. Ответы записать в дневнике.

Практическое занятие 10.

Упражнение:

Продолжить выполнение упражнения:

Если вы состоите в браке, ответить честно на вопрос: «Действительно ли я состою в союзе (с точки зрения высших моральных и нравственных принципов)?»

Если ответ положительный: определить и прожить все чувства, которые рождаются от осознания данного факта.

Если ответ отрицательный – постараться понять, что хочется преобразовать в себе (в своих мыслях, чувствах, действиях) для изменения имеющегося положения к лучшему.

Если вы не состоите в супружеских отношениях, ответить на следующие вопросы:

«Что я сейчас чувствую от того, что у меня нет отношений?».

«Что я думаю по этому поводу?».

«Хочу ли я вступить в полноценные отношения?».

«Что я для этого делаю?».

Задание выполнять в течение двух недель. Ответы записать в дневнике.

Практическое занятие 11.

Упражнение:

Задание выполнять два раза в день в течение пяти дней.

Если вы состоите в браке, отследить, что вы чувствуете по отношению к своему браку в данный момент времени. А также к своему супругу/супруге.

Если вы не состоите в супружеских отношениях, проанализировать свои чувства, которые возникают у вас по отношению к супружеству в данный момент времени.

Результаты отмечать в дневнике.

Практическое занятие 12.

Упражнение:

Если вы не состоите в супружеских отношениях, постараться понять, что хотелось бы испытывать и проживать в созданном вами союзе.

Если вы в браке, ответить на вопрос: «Что мне хочется чувствовать и проживать в супружестве в ближайшем будущем?».

Задание выполнять в личном дневнике.

Практическое занятие 13.

Упражнение (при необходимости выполнить совместно с куратором):

В течение недели последить за тем, какой возникает у вас внутренний заряд по отношению к супружеству в разных жизненных ситуациях.

Практическое занятие 14.

Упражнение:

Два раза в день пять дней подряд необходимо, определив внутренний заряд по отношению к супружеству, постараться изменить его к лучшему.

Практическое занятие 15.

Упражнение:

Два раза в день пять дней подряд необходимо, определив внутренний заряд по отношению к супружеству, постараться изменить его к лучшему. Продолжить делать упражнение в течение пяти ближайших дней.

Практическое занятие 16.

Упражнение:

Подвести итоги совместно с куратором по следующим пунктам:

- Что я чувствую к своей семье в данный период жизни?
- Что изменилось в моем отношении к ней?
- Есть ли изменения к лучшему в моих семейных отношениях?
- Что я хочу и могу сделать уже сейчас, чтобы преобразить свои семейные отношения?
- Что я испытываю по отношению к супружескому союзу?
- Есть ли преобразования? Какие?
- Что готов сделать относительно брачного союза?

Сделать задание письменно.

Практическое занятие 17.

Упражнение:

Подвести итоги совместно с куратором по следующим пунктам:

- Что я чувствую к своей семье в данный период жизни?
- Что изменилось в моем отношении к ней?
- Есть ли изменения к лучшему в моих семейных отношениях?
- Что я хочу и могу сделать уже сейчас, чтобы преобразить свои семейные отношения?
- Что я испытываю по отношению к супружескому союзу?
- Есть ли преобразования? Какие?
- Что готов сделать относительно брачного союза?

Сделать задание письменно.

Продолжить делать упражнение в течение пяти ближайших дней.

Практическое занятие 18.**Упражнение:**

Провести глубокий анализ чувств, которые возникают при воспоминании о своей маме (три дня подряд).

Осознать мысли, которые у вас есть по отношению к маме (три дня подряд).

Всё записать в личный дневник.

При необходимости обратиться за помощью к куратору.

Практическое занятие 19.**Упражнение:**

Честно исследовать свое отношение к собственной маме в данный период жизни. Понять какое оно? Хочется ли изменить его? Как именно?

Фиксируем результаты в дневнике.

При возникновении трудностей при выполнении задания – обратиться к куратору.

Практическое занятие 20.**Упражнение:**

Провести глубокий анализ чувств, которые возникают при воспоминании о своем отце (три дня подряд).

Осознать мысли, которые у вас есть по отношению к нему (три дня подряд).

Задание выполнять в дневнике.

При необходимости обратиться за помощью к куратору.

Практическое занятие 21.**Упражнение:**

Честно исследовать свое отношение к собственному отцу в данный период жизни. Понять какое оно? Хочется ли изменить его? Как именно?

Делаем соответствующие записи в дневнике.

При возникновении трудностей обратиться к куратору.

Практическое занятие 22.**Упражнение:**

Сделать выводы по итогам упражнений практических занятий 17-21.

Что осознали лично для себя в отношении к собственным родителям?

Есть ли желание что-либо изменить?

Что готовы сделать?

Упражнение выполнять письменно.

Практическое занятие 23.**Упражнение:**

Сделать выводы по итогам упражнений практических занятий 17-21.

Что осознали лично для себя в отношении к собственным родителям?

Есть ли желание что-либо изменить?

Что готовы сделать?
Упражнение выполнять письменно.
Продолжить выполнять упражнение в течение пяти ближайших дней.

Практическое занятие 24.

Упражнение:

Понаблюдать за собой во взаимодействии со своими родителями. Обратит внимание как вы себя ведете с ними? Какую позицию занимаете? Соответствует ли ваше поведение вашему возрасту, статусу?

Практическое занятие 25.

Упражнение:

Понаблюдать за собой во взаимодействии со своими родителями. Обратит внимание как вы себя ведете с ними? Какую позицию занимаете? Соответствует ли ваше поведение вашему возрасту, статусу?

Продолжить выполнять упражнение в течение пяти ближайших дней.

Практическое занятие 26.

Упражнение:

Проанализировать:
Как я веду себя со своими родителями?
Есть ли положительные моменты в наших взаимоотношениях?
Что хотелось бы изменить?

Практическое занятие 27.

Упражнение:

Наметить совместно с куратором способы по улучшению взаимоотношений с родителями. Приступить к реализации спланированного.

Практическое занятие 28.

Упражнение:

Вспомнить яркий эпизод из своего детства. Постараться максимально прожить все чувства, которые возникают у вас при данном воспоминании.

Практическое занятие 29.

Упражнение:

Вспомнить самую заветную мечту из своего детства. Подробно описать ее в своем дневнике. Оживить чувствами, которые возникают в процессе записывания.

Практическое занятие 30.

Упражнение:

Если бы появилась возможность вернуться в детство? Вернулись бы? В какой возраст? Почему? Чтобы сделали в первую очередь?
Задание выполнить в дневнике.

Практическое занятие 31.

Упражнение:

Если у вас есть ребенок/дети, ответить честно на вопросы:
«Какие у нас с ним/ними отношения?».
«Нравятся ли они (отношения) мне?».
«А если бы я сам был ребенком, устроили бы они меня?».
«Что захотелось изменить, ответив на предыдущие вопросы?».
Если у вас нет детей, провести следующий анализ:
- Как я в целом отношусь к детям?
- Хочу ли я в будущем иметь детей? Сколько? Почему?
Задание выполнять в течение двух недель. Ответы записать в дневник.

Практическое занятие 32.

Упражнение:

Если у вас есть ребенок/дети, ответить честно на вопросы:

«Какие у нас с ним/ними отношения?».

«Нравятся ли они (отношения) мне?».

«А если бы я сам был ребенком, устроили бы они меня?».

«Что захотелось изменить, ответив на предыдущие вопросы?».

Если у вас нет детей, провести следующий анализ:

- Как я в целом отношусь к детям?

- Хочу ли я в будущем иметь детей? Сколько? Почему?

Продолжить выполнение упражнения в течение пяти ближайших дней.

Практическое занятие 33.

Упражнение:

Если у вас есть ребенок/дети, честно ответить на вопросы:

«Какие характерные особенности моего ребенка мне нравятся больше всего?» (отметить не менее 3-5 характеристик).

«Какое качество вызывает во мне особый восторг?».

«Что в моем ребенке мне не нравится?».

Если у вас нет детей, провести следующий анализ:

- «Какие черты в детях вызывают у меня симпатию?».

- «Что негативно воспринимается в детях?».

Задание выполнить письменно.

Практическое занятие 34.

Упражнение:

Если у вас есть ребенок/дети, честно ответить на вопрос:

«В чем мой ребенок (мои дети) похож на меня?».

«Что мне из этого нравится?», «Что раздражает?»

Если у вас нет детей, проанализировать следующие вопросы:

- «Какие бы свои черты и особенности я хотел бы видеть в своих детях?».

- «Какие нет?»

Ответы отметить в дневнике.

Практическое занятие 35.

Упражнение:

Если у вас есть ребенок/дети, честно ответить на вопрос:

«В чем мой ребенок (мои дети) похож на меня?».

«Что мне из этого нравится?», «Что раздражает?»

Если у вас нет детей, проанализировать следующие вопросы:

- «Какие бы свои черты и особенности я хотел бы видеть в своих детях?».

- «Какие нет?»

Ответы отметить в дневнике.

Продолжить выполнение упражнения в ближайшие пять дней.

Практическое занятие 36.

Упражнение:

Если у вас есть ребенок/дети, ответить на следующие вопросы:

«Какие сложности есть у меня во взаимоотношениях с моим ребенком (детьми)?». «Могу ли я самостоятельно их решить?».

Если у вас нет детей, проанализировать, существуют ли у вас сложности во взаимодействии с детьми. Какие именно?

Ответы отметить в дневнике.

Практическое занятие 37.

Упражнение:

Провести совместно с куратором анализ трудностей во взаимоотношениях с детьми. Приступить к их разрешению.

Практическое занятие 38.

Практическое задание:

Проанализировать какие основные вопросы вы готовы включить в свою психологическую практику по семейному консультированию?

Задание сделать в рабочей тетради.

Практическое занятие 39.

Практическое задание:

Определить способы и стратегии решения задач, направленных на решение семейных проблем, выбранных вами. Детально описать каждый.

Практическое занятие 40.

Практическое задание:

Изучить диагностическую функцию специалиста-психолога для оказания помощи семье:

- активное слушание;
- методы тестирования;
- идентификация членов семьи;
- выявление сложившихся коалиций;
- изучение семейные традиции и правил;
- определение «болевых точек» семьи;
- узнавание форм функционального и дисфункционального взаимодействия в семье.

Практическое занятие 41.

Практическое задание:

Доработать практическое задание:

Изучить диагностическую функцию специалиста-психолога для оказания помощи семье:

- активное слушание;
- методы тестирования;
- идентификация членов семьи;
- выявление сложившихся коалиций;
- изучение семейные традиции и правил;
- определение «болевых точек» семьи;
- узнавание форм функционального и дисфункционального взаимодействия в семье.

Практическое занятие 42.

Практическое задание:

Изучить информационную функцию специалиста-психолога для оказания помощи семье:

- дать определение семейного психологического здоровья и нездоровья;
- прописать этапы развития семьи;
- отметить правила верного функционирования семьи, для мирного и спокойного сосуществования;
- изучить и описать существующие семейные кризисы,
- собрать рекомендации, как правильно их проживать.

Практическое занятие 43.

Практическое задание:

Продолжить выполнение практического задания:

Изучить информационную функцию специалиста-психолога для оказания помощи семье:

- дать определение семейного психологического здоровья и нездоровья;
- прописать этапы развития семьи;
- отметить правила верного функционирования семьи, для мирного и спокойного сосуществования;
- изучить и описать существующие семейные кризисы,
- собрать рекомендации, как правильно их проживать.

Практическое занятие 44.

Практическое задание:

Изучить развивающую функцию специалиста-психолога для оказания помощи семье.

Разработать одну методику по формированию устойчивого навыка, позволяющего сплотить членов семьи (можно включить взаимодействие с детьми, использовать специальные развивающие игры, иные эффективные практики).

Практическое занятие 45.

Практическое задание:

Доработать практическое задание:

Изучить развивающую функцию специалиста-психолога для оказания помощи семье.

Разработать одну методику по формированию устойчивого навыка, позволяющего сплотить членов семьи (можно включить взаимодействие с детьми, использовать специальные развивающие игры, иные эффективные практики).

Практическое занятие 46.

Практическое задание:

Изучить обучающую функцию специалиста-психолога для оказания помощи семье.

Создать обучающий мастер-класс, на котором участники мероприятия смогут научиться контролировать себя в напряженных ситуациях и не допускать разрастания конфликта.

Практическое занятие 47.

Практическое задание:

Изучить посредническую функцию специалиста-психолога в случаях потери связи с семьей или отдельными ее членами.

9. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Формы аттестации

Программой предусмотрена текущая и итоговая аттестация слушателей. Для проведения текущей и итоговой аттестации разработан фонд оценочных средств, являющийся неотъемлемой частью учебно-методического комплекса.

Объектами оценивания выступают:

- степень освоения теоретических знаний;
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы.

Текущий контроль знаний обучающихся проводится преподавателем, ведущим занятия в учебной группе, на протяжении всего обучения по программе.

Текущий контроль знаний включает в себя наблюдение преподавателя за учебной работой обучающихся и проверку качества знаний, умений и навыков, которыми они овладели на определенном этапе обучения посредством отчета студента и/или в иных формах, установленных преподавателем.

Итоговая аттестация — процедура, проводимая с целью установления уровня знаний обучающихся с учетом прогнозируемых результатов обучения и требований к результатам освоения программы.

Слушатель допускается к итоговой аттестации после изучения разделов и тем программы в объеме, предусмотренном учебным планом.

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям соответствующей образовательной программы созданы фонды оценочных средств, включающие методы контроля, позволяющие оценить знания и умения.

Обучающимся, успешно прошедшим итоговую аттестацию, выдаются дипломы о профессиональной переподготовке установленного образца.

При освоении программы параллельно с получением среднего профессионального или высшего образования дипломы о профессиональной переподготовке выдаются одновременно с получением соответствующего документа о среднем профессиональном или высшем образовании.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть программы и (или) отчисленным из образовательной организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, устанавливаемому организацией.

10. ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Обучающиеся допускаются к итоговой аттестации после изучения разделов и тем программы в объеме, предусмотренном учебным планом программы.

Оценка качества освоения учебной программы проводится в процессе итоговой аттестации в форме зачета посредством прохождения опроса.

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	Оценка «Зачтено» выставляется слушателю, если он твердо знает материал курса, грамотно и по существу использует его, не допуская существенных неточностей в ответе на тестовые вопросы, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов.
Не зачтено	Оценка «Не зачтено» выставляется слушателю, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические вопросы или не справляется с ними самостоятельно.

Лицам, успешно освоившим программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдаётся диплом о профессиональной переподготовке установленного образца.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть программы и (или) отчисленным из образовательной организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, устанавливаемому организацией.

11. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Примерные вопросы для итоговой аттестации

1. Естественное устройство семьи.
2. Понятие семьи. Члены семьи.
3. Социально-психологическая модель семьи.
4. Чем отличаются скрытые от проявленных элементов семьи. Что такое элементы смещения?
5. Какие факторы определяют связь в семье?
6. Вес связи в семье? Как увеличить и укрепить?
7. Формула семейной связи.
8. Как переустановить родовые связи?
9. Семейная иерархия. Структура семьи.
10. Узловые элементы семьи. Родители, прародители, потомки.
11. Понятие официального статуса семьи.
12. Типы и разновидности семей, их особенности. Неполные, многодетные семьи, семьи без детей.
13. Факторы, мешающие развитию и укреплению семьи.
14. Основы семейного благополучия и процветания.
15. Принципы формирования супружеской пары.
16. Стадии развития супружеской пары.
17. Кризисные периоды брака.
18. Способы преодоления супружеских конфликтов и ссор.
19. Особенности нетрадиционных отношений.
20. Понятие абьюзивных отношений.
21. Способы сохранения отношений, находящихся на грани развода.
22. Гармоничные способы выхода из отношений.
23. Способы укрепления и поддержания гармоничных отношений.
24. Аспекты формирования родительства.
25. Естественная гармоничная модель родительно-детских отношений.
26. Семья и ребенок.
27. Фундаментальные основы родительства.
28. Позиция родителей, их роли.
29. Психологические и физиологические факторы, мешающие стать родителями.
30. Рождение ребенка. Основные особенности периода.
31. Возрастная динамика развития отношений родителей и ребенка.
32. Родительно-детские конфликты, кризисы, противостояние, конфронтация.
33. Прародители в системе семейных отношений.

34. Позиция детей в семье.
35. Потенциал, особенности и отличие детей от родителей.
36. Детская уникальность. Развитие способностей, даров, талантов.
37. Генетическое наследие. Его сохранение, развитие и преумножение. Преодоление недостатков и слабых сторон.
38. Особенности детского противостояния, сепарации и конфронтации.
39. Способы преодоления кризисов в детско-родительских отношениях.
40. Основные причины конфликтов между детьми и родителями. Способы их преодоления.
41. Основы нравственного воспитания и развития детей в семье.
42. Особенности развития и воспитания отвергнутых детей, детей «из пробирки», «коммерческих детей».
43. Особенности развития и воспитания приемных детей.
44. Этапы взросления детей. Формирование собственной семьи.
45. Основы профессиональной помощи семье.
46. Методы психологического диагностирования проблем в семье.
47. Особенности добрачного и предбрачного консультирования.
48. Метода и приемы консультирования супругов.
49. Консультирование в области детско-родительских отношений.
50. Особенности консультирования супругов в ситуации развода.
51. Особенности консультирования супругов, желающих стать родителями.
52. Консультирование при усыновлении.
53. Особенности консультирования родителей, имеющих «особенных» детей.
54. Основы психологической поддержки при утрате близких людей.

12. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Выбор методов обучения для каждого занятия определяется преподавателем в соответствии с составом и уровнем подготовленности слушателей, степенью сложности излагаемого материала.

Реализация программы осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Кадровые (педагогические) условия. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими соответствующее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Форма итоговой аттестации по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки – экзамен посредством устного опроса.

Обучающийся допускается к итоговой аттестации после изучения учебных материалов в объеме, предусмотренном учебным планом.

Лица, освоившие дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ установленного образца – диплом о профессиональной переподготовке.

13. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

13.1. Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

13.2. Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

13.3. Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academyosoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.
- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше, оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Вебинары проводятся с применением платформы Getcourse.ru.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

14. ИНФОРМАЦИОННЫЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Список литературы:

Основная литература:

1. В.Н. Мясищев, Психология отношений. – Воронеж: Модэк, 2011г. – 400 с.
2. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 512 с. (Серия «Кафедра психологии»).
3. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. 4-е из. – СПб.: Питер, 2008. – 672 с., ил. – (Серия «Мастера психологии»)
4. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. — М.: Гардарики, 2005. — 320 с.
5. Дружинин В. Я. Психология семьи, 3-е издание, СПб.: Питер, 2006 г. – 176 с: ил.
6. Фигдор Гельмут. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. 2006г.
7. Шульга, Т. И. Работа с неблагополучной семьей : учеб. пособие /Т. И. Шульга. — М. : Дрофа, 2005. - 254, |2| с. : ил.
8. Куттер Петер. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С.С. Папкина. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 115 с.
9. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.

10. Воловикова М.И. Журавлев А.Л. Юревич А.В. / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Издво «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с
11. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
12. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
13. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
14. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
15. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»).
16. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
17. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
18. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
19. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретишь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
20. Шерри Аргов Мужчины любят стерв. Бомбора, 2022 г.
21. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.