

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДЕНА**

проректором по учебной работе университета  
Е.В.Фильгиной  
28.06.2018

Регистрационный № УД-128/уч.

## **ПСИХОЛОГИЯ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

Учебная программа учреждения высшего образования  
по учебной дисциплине для специальностей:

- 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;
- 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»;
- 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;
- 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»;  
для направлений специальности:
- 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа с указанием вида спорта)»;
- 1-88 02 01-02 «Спортивно-педагогическая деятельность (менеджмент в спорте)»;
- 1-88 02 01-04 «Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная режиссура)»

Минск 2018

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине составлена на основе образовательных стандартов высшего образования первой степени: ОСВО 1-88 01 01-2013, ОСВО 1-88 01 02-2013, ОСВО 1-88 01 03-2013, ОСВО 1-88 02 01-2013, ОСВО 1-89 02 01-2013, утвержденных постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 30.08.2013 № 88.

**СОСТАВИТЕЛЬ:**

**Е.В.Воскресенская**, доцент кафедры психологии учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

**Н.И.Олифирович**, доцент кафедры клинической и консультативной психологии Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент;

**С.И.Бусько**, доцент кафедры философии и истории учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат исторических наук

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

кафедрой психологии учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 04.04.2018 № 10);

советом спортивно-педагогического факультета массовых видов спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 23.05.2018 № 14);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_)

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Психология семейных отношений» разработана для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»; для направлений специальности: 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа с указанием вида спорта)»; 1-88 02 01-02 «Спортивно-педагогическая деятельность (менеджмент в спорте)»; 1-88 02 01-04 «Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная режиссура)», в соответствии с требованиями образовательных стандартов ОСВО 1-88 01 01-2013, ОСВО 1-88 01 02-2013, ОСВО 1-88 01 03-2013, ОСВО 1-89 02 01-2013, ОСВО 1-88 02 01-2013 и учебного плана вышеуказанных специальностей.

### ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель учебной дисциплины: формирование у студентов понятийного аппарата в области психологии семейных отношений, а также развитие навыков и умений использовать знания психологии семейных отношений в практической деятельности.

Задачи учебной дисциплины:

- ознакомление студентов с основными понятиями и категориями психологии семейных отношений;
- ознакомление студентов с современными научными подходами в области психологии семейных отношений;
- создание основы для самостоятельного оперирования научными психологическими понятиями студентами при решении исследовательских и практических задач в области психологии семейных отношений;
- развитие у студентов навыков и умений подбора соответствующего диагностического инструментария при проведении эмпирических исследований в области психологии семейных отношений и при решении прикладных задач;
- обучение студентов навыкам работы с учебной и научной специальной психологической литературой по психологии семейных отношений.

В системе подготовки специалиста с высшим образованием учебная дисциплина запланирована как учебная дисциплина по выбору и входит в компонент учреждения высшего образования и связана с учебными дисциплинами «Психология», «Психология физической культуры и спорта».

## ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМИРОВАНИЮ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ И УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате изучения учебной дисциплины «Психология семейных отношений» формируются следующие компетенции:

### **академические:**

1) уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;

2) владеть исследовательскими навыками;

3) уметь работать самостоятельно;

4) творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;

5) владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;

6) обладать навыками устной и письменной коммуникации;

7) уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни;

### **социально-личностные:**

8) обладать качествами гражданственности;

9) уметь работать в команде;

10) пользоваться одним из государственных языков Республики Беларусь и иным иностранным языком как средством делового общения;

11) формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию;

12) уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм;

13) проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях;

### **профессиональные:**

1) воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;

2) формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания, спортивной подготовки и самосовершенствования;

3) работать с научно-методической литературой, нормативными правовыми актами и другими документами;

4) анализировать и оценивать собранные данные;

5) взаимодействовать со специалистами смежных профилей;

6) вести переговоры с другими заинтересованными участниками;

7) готовить доклады и материалы к презентациям;

8) пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций;

9) оптимизировать профессиональное взаимодействие в малой группе;

10) использовать знания смежных дисциплин в процессе научных исследований в сфере физической культуры и спорта;

11) использовать в научных исследованиях современные информационные технологии.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен знать:

- основные понятия, категории, современные научные подходы в области психологии семейных отношений,
- современные направления социально-психологической поддержки семьи,
- этапы жизненного цикла семьи, содержание и признаки нормативных и ненормативных семейных кризисов.

уметь:

- определять задачи развития семейной системы на каждом этапе жизненного цикла семьи,
- подбирать адекватные рекомендации поддержки семьи в условиях нормативного и ненормативного кризиса.

владеть:

- терминологией психологии семейных отношений;
- системным и сравнительным анализом;
- исследовательскими навыками;
- междисциплинарным подходом при решении проблем;
- навыками устной и письменной коммуникации.

Изучение учебной дисциплины запланировано для студентов 4 курса дневной формы получения высшего образования и рассчитано на общее количество часов – 72, из них 36 – аудиторных часов. Распределение часов по видам занятий: лекции – 16 часов, семинарские занятия – 20 часов.

Форма текущей аттестации студентов по учебной дисциплине: зачет.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

### **РАЗДЕЛ I. СЕМЬЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ**

#### **Тема 1. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О СЕМЬЕ И БРАКЕ**

Представление о семье и браке. Эволюция семьи в истории человеческого общества. Современная трансформация семейных отношений под влиянием внутрисемейных, социально-демографических, экономических и других факторов, обуславливающих изменение ценностных ориентаций и взглядов на брак и семью. Институциональный кризис современной семьи. Семья как социальный институт. Современные исследования семейных отношений. Семья как система, принципы анализа семейных систем.

#### **Тема 2. ФУНКЦИИ СОВРЕМЕННОЙ СЕМЬИ**

Механизмы функционирования семьи. Семейные процессы как биполярные конструкты, определяющие характер и способы жизнедеятельности семьи. Основные функции семьи: репродуктивная, воспитательная, хозяйственно-бытовая, коммуникативная, функция первичного социального контроля, сексуальная, рекреационная и психотерапевтическая функция. Дисфункциональная семья.

#### **Тема 3. ФОРМЫ БРАЧНО-СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

Традиционная семья, патриархальная семья, многодетная семья, неполная семья, нуклеарная семья, расширенная семья, децентрическая семья, бикарьерная семья, комплементарный брак, партнерский брак, гостевой брак. Формы брачно-семейных отношений, характерных для эпохи постмодерна (сепаратные браки; свингерство; современные формы полигамии; сознательно бездетные, или childfree браки, коммуны и др.).

### **РАЗДЕЛ II. ОСОБЕННОСТИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

#### **Тема 4. ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

Жизненный цикл нуклеарной семьи. Период ухаживания. Заключение брака. Кризис принятия супружеских обязательств. Молодая семья. Кризис освоения супругами родительских ролей и принятие факта появления в семье новой личности. Семья ребенка дошкольника и младшего школьника. Кризис включения детей во внешние социальные структуры. Семья подростка. Кризис принятия факта достижения ребенком подросткового периода. Фаза, в которой выросшие дети покидают дом. Кризис сепарации выросшего ребенка. Фаза «опустевшего гнезда». Кризис, когда супруги вновь остаются вдвоем. Фаза, в которой кто-то из партнеров остается один после смерти другого. Кризис принятия смерти одного из супругов.

### **Тема 5. ГОТОВНОСТЬ К БРАКУ**

Исторические аспекты проблемы подготовки к семейной жизни. Модель социально-психологической готовности к семейной жизни. Показатели готовности к семейной жизни (когнитивный аспект, эмоциональный аспект, поведенческий аспект). Теории выбора брачного партнера (З.Фрейд, Р.Ф.Уинч, Р.Сентер, Дж.Хоманс, Б.Мурстейн, Дж.Удри). Диагностика готовности к семейной жизни. Тест-карта оценки готовности к семейной жизни.

### **Тема 6. СУПРУЖЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БРАКОМ**

Психологические аспекты совместимости и удовлетворенности браком. Сексуальность в супружестве. Диагностика супружеских взаимоотношений. Опросник удовлетворенности браком. Опросник «Ролевые ожидания и притязания в браке». Опросник «Шкала любви и симпатии». Метод диагностики межличностных отношений. Методика «Мое письмо о супруге».

### **Тема 7. СЕМЕЙНЫЕ РОЛИ И СЦЕНАРИИ**

Ролевая структура семейных отношений. Роли-обязанности. Роли-взаимодействия. Роли, относящиеся к детско-родительской подсистеме. Роли, относящиеся к сиблинговой подсистеме. Семейный сценарий как паттерн взаимодействия членов семьи. Деструктивные паттерны. Семейные тайны. Семейный миф. Генограмма. Трансгенерационные связи. Опросник «Семейные роли».

### **Тема 8. РОДИТЕЛЬСТВО**

Конструктивные и деконструктивные мотивы беременности. Отношение к беременности и родительству. Типы привязанности. Сиблинговые позиции. Стили семейного воспитания. Проективные рисуночные методики «Рисунок семьи» и «Кинетический рисунок семьи».

### **Тема 9. НЕНОРМАТИВНЫЕ СЕМЕЙНЫЕ КРИЗИСЫ: РАЗВОД, ИЗМЕНА, ТЯЖЕЛАЯ БОЛЕЗНЬ, СМЕРТЬ ЧЛЕНА СЕМЬИ**

Понятие ненормативного семейного кризиса. Признаки кризиса. Феноменология кризиса: развод, измена, тяжелая болезнь, смерть члена семьи. Диагностика эмоционального состояния членов семьи. Опросник «Анализ семейной тревоги». Шкала определения уровня депрессии.

### **Тема 10. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА СЕМЬИ**

Функции психологической поддержки семьи: поддерживающая, посредническая, обучающе-развивающая, ресурсная, информационная. Психологическая помощь семье, ее виды. Этапы работы с семьей. Современные направления семейной психотерапии.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
(дневная форма получения высшего образования)

Номер раздела, темы	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов		Количество часов УСП	Форма контроля знаний
		Лекции	Семинарские занятия		
1	2	3	4	5	6
<b>I</b>	<b>СЕМЬЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1	Представление о семье и браке	2	-	-	
2	Функции современной семьи		2	-	Опрос
3	Формы брачно-семейных отношений	2	-	2	Опрос, реферат
<b>II</b>	<b>ОСОБЕННОСТИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	
4	Этапы развития семейных отношений	2	-	-	
5	Готовность к браку	-	2	-	Опрос, реферат
6	Супружеская совместимость и удовлетворенность браком	2	2	-	Реферат
7	Семейные роли и сценарии	2	2	-	Опрос
8	Родительство	2	2	2	Практическое задание
9	Ненормативные семейные кризисы: развод, измена, тяжелая болезнь, смерть члена семьи	2	2	2	Практическое задание
10	Социально-психологическая поддержка семьи	2	2	-	Опрос, реферат
	<b>Всего часов</b>	<b>16</b>	<b>14</b>	<b>6</b>	

## **ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

### **ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

Самостоятельная работа предполагает выполнение студентами в неаудиторное время комплекса практических заданий, качество которых преподаватель проверяет на семинарских занятиях, групповых или индивидуальных консультациях, а также учитывает при допуске к зачету.

### **ТЕМАТИКА УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (УСР)**

1. Формы брачно-семейных отношений, характерных для эпохи постмодерна.
2. Отношение к беременности и родительству.
3. Ненормативные семейные кризисы.

### **ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ**

1. Написать эссе (краткое сочинение) на тему «Патриархальная и современная семья».
2. Составить коллаж на тему «Этапы жизненного цикла семьи».
3. Подготовить мультимедийную презентацию, видеоролик по теме семейных кризисов.

### **ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ**

1. Формы брачно-семейных отношений (нуклеарная и расширенная семья, децентрическая семья, бикарьерная семья, комплементарный брак, партнерский брак, гостевой брак).
2. Показатели готовности к семейной жизни.
3. Теории выбора брачного партнера.
4. Совместимость в браке.
5. Удовлетворенность браком.
6. Виды психологической помощи семье.
7. Семейное консультирование и психотерапия.

## ХАРАКТЕРИСТИКА ИННОВАЦИОННЫХ ПОДХОДОВ К ПРЕПОДАВАНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Инновационным для преподавания учебной дисциплины является использование в образовательном процессе компьютерных программ, разработанных сотрудниками кафедры психологии. Эти знания и умения студенты могут углубить в самостоятельных занятиях в Межкафедральной учебно-научно-исследовательской лаборатории университета и учебно-научно-исследовательской лаборатории кафедры психологии и использовать при курсовом проектировании.

## ТРЕБОВАНИЯ К ОБУЧАЮЩЕМУСЯ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ

Учебным планом направлений специальностей по учебной дисциплине в качестве формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине «Психология семейных отношений» предусмотрен зачет. Для промежуточного контроля знаний студентов по учебной дисциплине и оценке готовности студентов к текущей аттестации используется выполнение заданий для самостоятельной работы.

ИНФОРМАЦИЯ ПО КОНТРОЛЮ КАЧЕСТВА УСВОЕНИЯ ЗНАНИЙ  
КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
СТУДЕНТА

Оценка	Показатели оценки
не зачтено	<p>Отсутствие знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины.</p> <p>Фрагментарные знания материала и литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Психология семейных отношений»; неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на семинарских занятиях, низкий уровень исполнения заданий для самостоятельной работы.</p>
зачтено	<p>Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Психология семейных отношений»; использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; активная работа на семинарских занятиях и в процессе подготовки к ним, выполнение заданий для самостоятельной работы.</p>

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Андреева, Т. В. Семейная психология : учеб. пособие / Т. В. Андреева. – СПб. : Речь, 2005. – 244 с.
2. Карабанова, О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / О. А. Карабанова. – М. : Гардарики, 2007. – 320 с.
3. Олифинович, Н. И. Теория семейной психотерапии / Н. И. Олифинович, Т. Ф. Велента. – М. : Академический проект, 2017. – 304 с.
4. Психология семейных отношений : учеб. пособие / под ред. О. А. Шаграевой, А. М. Сергеева. – М. : Академия, 2008. – 368 с.
5. Эйдемиллер, Э. Г. Семейная психотерапия / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкий. – М. : Медицина, 1990. – 189 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

7. Бэйдер, Э. поисках мифической пары: эволюционный подход к диагностике и психотерапии пар : учеб. пособие / Э. Бэйдер, П. Пирсон. – 2-е изд., стер. – М. : МПСИ, 2008. – 302 с.
8. Пезешкиан, Н. Позитивная семейная психотерапия / Н. Пезешкиан. – М. : Культура, 1994. – 331 с.
9. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.
10. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь от 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей 5 дек. 2013 г. : одобр. Советом Респ. 19 дек. 2013 г. : в ред. от 9 янв. 2018 г. : с изм. и доп. от 9 янв. 2018 г., № 92-З ; вступающий в силу с 19.07.2018 г. : принят Палатой представителей 7 дек. 2017 г. : одобр. Советом Респ. от 19 дек. 2017 г. // КонсультантПлюс. Беларусь / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2018.
11. Сатир, В. Вы и ваша семья / В. Сатир. – М. : Альма-Пресс, Институт общегуманитарных исследований, 2015. – 288 с.
12. Скиннер, Р. Семья и как в ней уцелеть / Р. Скиннер, Д. Клинз ; пер. с англ. Н. М. Падалко. – М. : Класс, 1995. – 272 с.
13. Шнейдер, Л. Б. Психология семейных отношений : курс лекций / Л. Б. Шнейдер. – М. : Апрель-Пресс, ЭКСМИ-Пресс, 2000. – 512 с.
14. Эйдемиллер, Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия. Учебное пособие для врачей и психологов / Э.Г. Эйдемиллер, И.В. Добряков, И.М. Никольская. – СПб.: Речь, 2007. – 336 с.

## ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ УВО

Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
Психология	психологии	Рекомендовать использование практикума по психологии	Рекомендовать к утверждению (04.04.2018 № 10)
Психология ФКиС	психологии	Рекомендовать использование практикума по психологии ФКиС	Рекомендовать к утверждению (04.04.2018 № 10)

Заведующий кафедрой психологии

В.Г.Сивицкий