

Кураторский час Тема: «Духовно-нравственные основы семьи».

Цели:

1. Отчёт по личной методической воспитательной проблеме «Организация разносторонней деятельности студентов как необходимое условие их всестороннего развития».
2. Реализация технологии воспитания духовной культуры молодого поколения.

(по Н. Б. Крыловой)

Задачи:

1. Формирование представлений о жизненном идеале семьи, навыков семейной дипломатии, умений анализировать ситуации;
2. Вырабатывать собственную тактику принятия решений и способность видеть за отдельным фактом явление жизни.
3. Воспитывать стремление создать в будущем духовно и физически здоровую семью; любовь и уважение к семье, как общенациональной ценности.

Оборудование:

1. Листы бумаги – по количеству студентов.
2. Фломастеры, цветные маркеры.
3. Шаблоны фундамента, стен и крыши.
4. Геометрические фигуры (разрезанные на 2 фигурные части) по количеству студентов.
5. Цветные квадраты на столах (зелёного, оранжевого и жёлтого цветов)
6. Конусы коричневого, жёлтого, красного, оранжевого цветов (по 5 шт. каждого цвета на каждом столе) -60 шт.
7. Таблички разных цветов: социально-нравственная готовность, мотивационная готовность, психологическая готовность, педагогическая готовность.
8. Таблички со словами (на экране): заря, коррекционная педагогика, рукодельница, озорница, круг, кактус, ярмо.
9. Табличка «Портрет счастливой семьи».
10. Портрет «избранника».
11. Компьютер.
12. Мультимедийная установка.
13. Презентация «Гимн семьи».
14. Презентация (физминутка под музыку) «Учитель танцев».
15. Презентация фотографий группы.
16. Запись релаксационной музыки.
17. Квадраты по цвету мотивации. (Зелёный, жёлтый, оранжевый)

Ход урока:

1. Орг. момент: - Здравствуйте, дорогие гости, студенты! Я рада видеть вас сегодня на нашем кураторском часе. Студенты 4 Б группы поприветствуйте наших гостей.

Возьмитесь за руки и передайте через пожатие рук друг другу те тёплые чувства, которые вы испытываете друг к другу. Это поможет нам ещё раз почувствовать, что мы единое целое и у нас всё получится. Спасибо. Присаживайтесь.

2. Вступительное слово куратора: - Наш кураторский час я хочу начать с показа слайдов. (На слайдах показаны семейные фото; картинки на тему «Семья») (Слайд 1).

- Определите тему нашего кураторского часа. Что помогло вам увидеть проблему?

Куратор: Духовно-нравственные основы семьи - тема очень актуальная сегодня. К сожалению, в настоящее время количество расторгаемых браков остаётся очень большим. Во многих регионах страны распадается каждый третий брак, а в некоторых - даже каждый второй. Среди множества причин развода, зависящих от самих супругов, на первом месте - незнание и невыполнение супругами нравственных основ семьи. А когда разрушаются семьи, расшатываются и устои государства. Это как в человеческом организме: если болен один орган - болеет всё тело. Так и в обществе: его благоденствие зависит от каждой семьи.

В подтверждение этому я хочу привести цитату: «Государство сильно не только мощью своей армии, твёрдостью своих законов и богатством своей земли, но и крепостью входящих в него малых государств - человеческих семей». (В. В. Путин) (Слайд 2)

Тема, о которой мы будем говорить сегодня, поистине неисчерпаема, её не охватить никаким количеством знаний.

III. Работа в группах. 1. Игра на сотрудничество в коллективе.

Куратор: - Для того чтобы ответить на многие интересующие нас вопросы, мы должны разделиться на три подгруппы. Я предлагаю с помощью упражнения, которое покажет нам как вы, умеете сотрудничать в коллективе - разделиться на подгруппы.

У каждого из вас в руках часть геометрической фигуры. Эти фигуры различаются не только по цвету, но и по форме. Вы должны найти себе того партнёра, у которого окажется вторая часть вашей фигуры. Условие – все действия выполняются молча, без вопросов, комментариев. Студенты, которые остались без пары – назначаются главными в своей подгруппе. Время- 1 м. (Слайд 3 - звучит релаксационная музыка)

- Студенты собирают целую фигуру, делятся на подгруппы (по цвету фигуры) и садятся за столы, которые обозначены квадратами зелёного, жёлтого, оранжевого цветами. (1-1,5 мин.) Студенты, кто оказался без напарника, или часть фигуры с обратной стороны обозначена красным кружком – ведущие в своей подгруппе.

- Хочу обратить ваше внимание на разноцветные конусы на ваших столах. В течение занятия вы имеете право в зависимости от вашего настроения, нахлынувших чувств и других эмоций оставлять около себя цветные конусы. В течение занятий вы имеете право менять эти конусы по цвету или ставить их обратно на место.

Эти фигуры помогут нам в конце занятия подвести итог и сделать определённые выводы.

2. Беседа по теме.

Куратор: - Многочисленные исследования социологов, психологов, педагогов говорят о том, что стабильная семья может быть создана при определенной готовности молодых

людей к семейной жизни. И мне бы хотелось рассмотреть такой этап в отношениях молодых людей как этап «ухаживания».

Подумайте и скажите, пожалуйста - какие психологические задачи решаются во время ухаживания?

- Ответы студентов:

1. Опробовать различные модели поведения, стили общения с человеком иного пола. Ухаживание — это просто модель будущего, в которой можно использовать опыт прошлого. Ничто не установлено в отношениях раз и навсегда, всякая ситуация может быть изменена в период знакомства и ухаживания.

2. Установить личностные отношения. Нужно научиться, как стать частью целостного «Мы», то есть, оставаясь самим собой, быть вместе с другим.

3. Установить отношения на равных с родителями и близкими друга или подруги, исключая «усыновление» или «удочерение» другой семьей. Впоследствии возможны конфликты двух типов:

а) родители пытаются сделать супруга своего ребенка еще одним «своим» ребенком со всеми вытекающими последствиями,

б) если это не удастся, они относятся к нему как «к врагу», похитившему их ребенка, как к недостойному кандидату. Нередко причиной развода бывают трения между двумя семьями, откуда вышли муж и жена.

4. Выяснить представление избранника или избранницы о будущей семейной жизни (вопросы о жилье, деньгах, детях и их воспитании и т.п.).

5. Решить для себя фундаментальный вопрос — что такое брак и зачем вообще он нужен. Решать этот вопрос молодым людям необходимо, ибо брак — это взросление. Соединить свои судьбы, молодые супруги, как личности, должны установить равные отношения между собой.

Куратор: - Что следует узнать об избраннике до заключения брака?

1. Имя, отчество и фамилию, где и когда родился.

2. Состояние здоровья, в том числе родственников, потому что бывают наследственные заболевания. Знать об этом лучше на этапе знакомства.

3. Какие у вашего знакомого планы на жизнь, что для него важно, ценно и совпадает ли это с вашими взглядами.

4. Его представления о распределении семейных обязанностей.

5. Его мнение о том, нужно ли иметь детей, сколько и когда; совпадают ли его желания с вашими.

6. Что умеет делать по дому и, главное, готов ли усваивать навыки, если что-либо не умеет.

7. Хочет ли вообще чему-либо учиться в жизни и чему именно.

8. Как ведет себя в конфликтных и экстренных ситуациях или, когда требуется помощь другим людям. Нравится ли это вам. Прислушивается ли к вашему мнению.

Куратор: - Что надо знать о семье избранника?

- Ответы студентов:

1. Какие отношения между его родителями: люди склонны привносить модель родительских отношений в собственные семьи.

2. Какие отношения между вашим знакомым и его родителями: теплые, безразличные, заботливые, потребительские.

3. Из кого состоит семья вашего знакомого: единственный ли он ребенок или у него есть братья и сестры, как они все ладят между собой.

4. Каковы по характеру его родители, сумеете ли вы с ними найти общий язык.

Куратор:

- Давайте подведём итог этому этапу нашего разговора. Девочки, подумайте и запишите на полосках бумаги список качеств, которые бы хотели бы видеть в своем возлюбленном. Вы должны хорошо подумать, чтобы не получилось, как в разговоре двух девушек:

Одна девушка спрашивает другую:

- Какого мужа ты хотела бы для себя?

Подумав, вторая девушка ответила:

- Шатена.

- Почему именно шатена? — удивленно спросила подруга.

- Потому что он будет хорошо гармонировать с моей мебелью.

Это, конечно, анекдот, но он не так далек от жизни, как может показаться на первый взгляд.

- Девушки вывешивают на доске полоски с качествами «возлюбленного» и поясняют свой выбор.

- Нашим юношам мы предлагаем очень «ответственное» задание: вы должны доказать друг другу что ваша избранница является самой-самой... Оценивается:

- выразительность,
- непрерывность признаний,
- оригинальность,
- поэтичность.

- С помощью табличек со словами, которые высвечиваются на экране, студенты описывают положительные стороны своей возлюбленной. (Слайд 4)

Куратор: - Молодцы вы справились с заданиями, и я хочу ещё раз подчеркнут важность этого периода – периода познания, оценки и сознательного выбора. Этапа, необходимого для формирования супружеской пары и отделения от родительской семьи.

- Как вы думаете, какие компоненты включает в себя понятие «готовность к семейной жизни»? (социально-нравственную, мотивационную, психологическую и педагогическую готовность.)

3. Упражнение «Проект».

- Я предлагаю каждой подгруппе выбрать по цвету (на выбор) и рассмотреть содержание каждой готовности. Работать можно как в группе, так и дополнять свою точку зрения, мнениями членов других подгрупп.

- На экране цветные полосы - на каждой из них название компонента. Капитаны выбирают по желанию цвет, на полоске появляется название одного из компонентов). (Слайд 5)

- Время для обсуждения - 4 м. Из них 2 мин. - обсуждение в группе, 2 мин. - дополнения из других групп в свой проект.

- Каждая подгруппа по цветовому признаку выбирает по одной из табличек и начинает раскрывать её содержание.(Слайд 6 – «Гимн семье»)

Социально-нравственная готовность к семейной жизни предполагает гражданскую зрелость (возраст, среднее образование, профессия, уровень нравственного сознания), экономическую самостоятельность, здоровье.

Создать семью можно в 18 лет, но наиболее благоприятный с медицинской точки зрения возраст вступления в брак - 20-22 года для девушек и 23-28 для юношей (здесь учитывается тот факт, что мужской организм достигает полной зрелости позже женского). К этому времени многие молодые люди получают профессию, обретают определенную экономическую самостоятельность. Этот возраст благоприятен и с психологической точки зрения. Ведь именно в данный период у человека происходит расцвет всех психических проявлений (памяти, мышления и др.), наблюдается большая пластичность процессов, происходящих в психике, более легкая изменяемость их, чем в зрелом возрасте. Молодые люди легче привыкают друг к другу, чем люди более старшего возраста, у которых взгляды на многие вопросы семейной жизни отличаются устойчивостью.

Уровень нравственного сознания юношей и девушек - одно из важных условий готовности к созданию семьи. Развитое нравственное сознание проявляется в понимании молодым человеком социальной значимости семьи, в серьезном отношении к браку, в продуманном выборе спутника жизни, в чувстве ответственности за создаваемую семью, в глубоком уважении к будущему мужу (жене), к представителям старшего поколения, к другим членам семьи, в чуткости и тактике в общении с ними.

Юношам и девушкам необходим также минимум правовых знаний о семье, а именно, знание прав и обязанностей супругов, родителей, детей, правовых норм, регулирующих семейно-брачные отношения и опеку.

Молодые люди, создавая семью, конечно, думают и о материальных, жилищных проблемах. По данным многочисленных исследований, факторы материальной и жилищной обеспеченности на стабильность семьи непосредственно не влияют. Однако плохие материальные условия жизни часто усиливают конфликтные ситуации, возникающие по другим причинам.

Выборочные социологические исследования показывают, что 44% молодоженов собираются жить совместно с родителями (причем у 37% молодых людей были установлены нечеткие представления относительно мнения родителей о их браке, что говорит о недостаточно серьезном их подходе к характеру и содержанию будущих взаимоотношений со старшим поколением). Другие молодожены предполагают жить в общежитии, на частной квартире, в отдельной квартире, в комнате коммунальной квартиры. При этом ответы жениха и невесты не совпадают в 23% случаев. В целом современной молодежи свойственно стремление к раздельному проживанию с родителями, хотя зависимость молодых людей от родителей еще велика. Например, около 80% всех вступающих в брак, по данным тех же исследований, предполагают получать материальную помощь от родителей, что указывает на экономическую и социальную несамостоятельность юношей и девушек.

Мотивационная готовность к семейной жизни включает в себя любовь как основной мотив создания семьи, готовность к самостоятельности, чувство ответственности за создаваемую семью, готовность к рождению и воспитанию детей.

Известно, что большинство людей создают семью по любви. Таких семей, по данным социологов, примерно 70-75%. Без сильного чувства, без сердечного влечения, по рассудку создают семью 15-20% молодоженов. Мотивы в этом случае указываются разные: чтобы не засидеться в девках; пришло время жениться; хочется остаться в городе после учебы; по примеру подруг и друзей; назло тому (или той), кто не обратил на нее (него) внимания; желание продемонстрировать родителям свою самостоятельность; «некоторые думают, что из нас выйдет хорошая семейная пара» и т. д. Около 5-10% создают семью по материальным соображениям (один из будущих супругов имеет машину, отдельную благоустроенную квартиру, хорошо оплачиваемую должность, родителей, занимающих высокое служебное положение и т. п.).

Психологическая готовность к созданию семьи - это наличие развитых навыков общения с людьми, единства или схожести взглядов на мир и семейную жизнь, умение создать здоровый морально-психологический климат в семье, устойчивости характера и чувств, развитых волевых качеств личности.

Развитые навыки общения, культура взаимоотношений складываются на протяжении всей предшествующей жизни молодых людей. Культура общения требует от человека умения понимать состояние других людей и поступать таким образом, чтобы окружающие испытывали радость от общения с ним. Культура взаимоотношений несовместима с развязным поведением, жеманством, насмешками в адрес друзей и подруг, поспешным признанием в любви. Правила общения требуют бережного, уважительного отношения к девушке, женщине. Если человек до 16 лет не усвоил элементарных правил культурного поведения, то ему в последствии не легко будет наладить взаимоотношения с любимой (любимым), с супругой (супругом).

Педагогическая готовность к созданию семьи включает в себя педагогическую грамотность, хозяйственно-экономические умения и навыки, сексуальную воспитанность.

Педагогическая грамотность юношей и девушек, вступающих в семейную жизнь, предполагает знание закономерностей развития детей и особенностей их воспитания, навыки ухода за младенцем. Под хозяйственно-экономическими умениями и навыками подразумеваются умения планировать, распределять и соблюдать семейный бюджет, организовывать быт и досуг, создавать в семье уют.

Юноши и девушки должны усвоить простые истины: домашнее хозяйство необходимо вести совместно, распределяя обязанности среди членов семьи с учетом их индивидуальных и возрастных особенностей. Каждому следует взять за правило: не сидеть сложа руки, когда другой работает, делать то, что нужно для семьи. Если у мужчины нет своего дела в семье, то у него нет и полной ответственности за свое положение как семьянина. Чем меньше мужчина делает по дому, тем больше разрушает он свой дом. У хронически перегруженной женщины теряется женственность, красота, свежесть, жизнерадостность, появляется раздражительность, сварливость, возникают неврозы.

Сексуальная воспитанность предполагает усвоение необходимых знаний об интимных сторонах жизни человека, правильных взглядов на взаимоотношения полов, знание того, как беречь свою любовь.

Подготовка юношей и девушек к семейной жизни невозможна без учета их потребностей, интересов, особенностей общения, без знания их представлений о семейно-брачных отношениях.

- Студенты демонстрируют свои высказывания. Выходят к доске и раскрывают содержание каждой готовности – подкрепляя написанными на полосках бумаги критериями.

4. Упражнение «Создание портрета счастливой семьи».

Куратор: - Я предлагаю вам создать портрет счастливой семьи. Подумайте и озвучьте, какие, на ваш взгляд, черты наиболее характерны для счастливой семейной пары. (1-2 мин.)

Портрет счастливой семьи

- брак по любви;
- общие цели и жизненные планы супругов;
- хорошие жилищные условия;
- отказ от опеки родителей (с самого начала);
- равные обязанности по ведению домашнего хозяйства;
- наличие детей;
- сходство характеров;

- взаимная ответственность, требовательность к себе;
- взаимная поддержка.

- Давайте сделаем вывод, что же характерно для создания крепкой и дружной семьи?
(Слайд 7)

Куратор: - Я рада, что вы понимаете, как должна выглядеть модель дружной, психологически устойчивой семьи.

Скажите, а всегда в молодых семьях присутствуют все те составляющие, о которых мы сейчас говорили? Почему в нашем обществе существует «кризис» молодой семьи?

Студент: В настоящее время российская семья переживает настоящий кризис. Это проявляется в снижении престижа семьи, в увеличении числа разводов и неполных семей, всё более частом рождении детей вне брака, в нежелании молодых людей создавать семьи и заводить детей, увеличении детской смертности!

Студент: Разрушение традиций семьи является одной из причин кризиса в духовно-нравственной и социокультурной сфере современного общества. Не случайно семейная политика стала одним из приоритетных направлений государственной политики.

Куратор: - Как вы думаете, влияет на кризис в семейных отношениях гражданские браки?

Студент 1: - Более устойчивой является семья, которая официально зарегистрировала свои отношения. То есть когда супруги вступили в законный брак. Это дает определенные юридические гарантии супругам и детям. А когда есть гарантии на будущее, это всегда более спокойная семья, в ней меньше напряжения. Люди знают, что в случае официального оформления отношений они по закону могут претендовать на то, что им полагается, на соблюдение своих законных прав как членов семьи.

Студент 2: - Мне кажется для того, чтобы семьям легче было строить свое счастье, необходима общественная поддержка семьи. Ведь сегодня многие семьи нередко оказываются один на один со своими проблемами: финансовыми, социальными, квартирными. Необходимо вернуть российской семье ее доброе имя, поднять статус семьи, чтобы создание и укрепление семьи снова стало желанным для молодежи. А то ведь вступление в брак и труд на семейном поприще стали для молодежи сегодня попросту немодными. Они делают карьеру, предпочитают менять партнеров, а детей воспитывают бабушки и дедушки.

Куратор: - Можно сказать что «гражданский брак» является одной из социальной предпосылкой в возникновении «кризиса молодой семьи»? А как вы относитесь к гражданским бракам?

- Выслушиваются мнения студентов.

Студент 3: - «Интимные отношения мужчины и женщины — это подарок от Бога новобрачным, а подарки раньше времени не открывают», — пишет Р. Шорт, американский психолог XX века.

Студент 4: «Неряшливое стремление к немедленному удовлетворению желаний, полное отсутствие ответственности и внимания к чувствам других — все это вполне типичные свойства маленьких детей, им вполне простительные. Терпеливая работа для далекой цели, ответственность за свои поступки и внимание даже по отношению к далеким людям — таковы нормы поведения, характеризующие зрелого человека», — считает австрийский ученый XX века, лауреат Нобелевской премии К. Лоренц.

Куратор: - Как вы думаете, в чём причина разладов, конфликтов в семье? Свои примеры вы называете и подкрепляете теми цветами красок, с которым они у вас ассоциируются.

Высказывания студентов:

1. Критика супруга в присутствии других людей.

2. когда ставится в пример мужу другие мужчины, а жене — женщины.

3. Упрёки за прошлое, внешность, просчеты на работе, родственников.

5. Срывы на крик, оскорбления друг друга. Приклеивание «ярлыков»

7. Критика личности партнера и др.

5. Приём «Стакан с красками». Студенты, называя причину конфликта, выбирают цвет краски и разводят кисточкой в стакане.

- Скажите, а вот когда вы успокоитесь, решите какие - то вопросы в семейном кругу, вы будите жалеть о тех словах, которые были сказаны в порыве гнева, внутреннего напряжения? Какие положительные качества были забыты во время конфликта, и смогут ли они исправить, перечеркнуть те слова, которые уже были сказаны вами во время конфликта? Давайте проверим это опять с помощью красок и стакана с водой.

Студенты называют:

- любовь;
- терпимость;
- благородство;
- снисходительность к слабостям и недостаткам других;
- требовательность к себе;
- чувствительность;
- тактичность;
- внимательность;
- сочувствие;

- гармония.
- Студенты выходят, говорят качества, препятствующие возникновению конфликта. (В стакан с водой разбавленной ранее тёмными красками добавляются тёплые краски).

- Посмотрите, посветлела вода? Какой можно сделать вывод? (Выслушиваются высказывания студентов). Вывод: испортить отношения легче, чем их восстановить; остаётся «осадок» от сказанных слов во время ссоры.

6. Разыгрывание конфликтной ситуации.

«Опоздание»

Ситуация: В театре новая постановка. Ваша девушка давно мечтала ее посмотреть, и с трудом достала билеты. Билеты отдала Вам. Вы положили их в бумажник и договорились о встрече в 18.30 у театра. Ваша возлюбленная пришла вовремя, а Вы опоздали и, кроме того, забыли бумажник...

- Разыграйте ситуацию и попробуйте не довести до конфликта. Представитель от любой команды (по желанию) играет роль девушки, представитель другой команды – молодого человека.

- Удалось ли избежать конфликта и уладить создавшуюся, непредвиденную ситуацию?

- А что могло бы произойти, если бы не находчивость молодого человека?

- Я предлагаю немного сбросить то внутреннее напряжение, которое возникло у нас в процессе обсуждения такой важной, жизненной темы и провести минутку отдыха.

7. Релаксация. Проведение двигательных упражнений. Физминутка под музыку. (Слайд 8)

8. Упражнение «Построим дом».

Куратор: - Продолжим нашу работу. Скажите, с чем ассоциируется у вас слово «семья»?

- Ответы студентов.

- Как же построить такой Дом? С чего начать? Предлагаю вам взять на себя роль «строителей».

Задание для первой бригады: построить «фундамент» дома - на «блоках», вспомнить и записать – какие условия способствуют созданию семьи.

Задание для второй бригады: построить стены, которые бы удерживали тепло семейного очага.

Задание для третьей бригады: построить крышу, которая бы защищала вашу семью от невзгод, конфликтных ситуаций, огорчений, которые встречаются на жизненном пути.

А теперь, когда мы распределили работу, «строительный материал», приступим к выбору «прораба».

Возьмите по конусу и подарите тому студенту, которого вы хотели бы видеть в роли «прораба».

- Студенты работают в группах звучит песня и презентация «Желаю счастья вам». Время - 3.5 м. (Слайд 9) «Прораб» «защищает» проект. Допускаются дополнения.

4. Творческая работа «Герб семьи».

- Я предлагаю создать коллективный «Герб молодой семьи», и чтобы вы не просто изобразили, какие - то предметы, но и смогли раскрыть их содержание, смысл. (Слайд 10 - презентация группы)

УІ: Итог - рефлексия:

Куратор: - Вы стоите на пороге взрослой жизни, и ваша жизнь, ваше счастье в ваших руках. Мне бы хотелось, чтобы те духовные качества, которые вы записали на доске не оставались «мёртвым капиталом», чтобы вы почувствовали их своим сердцем, чтобы следовали им в собственной жизни, чаще отдавали отчёт в собственных поступках.

- Сегодня мы рассмотрели много вопросов, раскрывающих условия создания дружной, крепкой семьи, сохранения гармонии и мира в ней. Скажите, изменились ли ваши взгляды на те вопросы, которые мы раскрывали сегодня, может быть, кто-то увидел ошибки в своём жизненном опыте?

- Подведение итогов с помощью конусов. Студенты берут конус – подводят итоги и ставят обратно в круг.

- Жизнь не дает готовых ответов. Вам самим предстоит найти на них ответы. Но помните, семья - это книга. Свадьба — это обложка. А в книге обложка, как правило, одна. Сколько страниц будет в вашей книге? Что это будет: роман, комедия или трагедия? Зависит только от вас! Но прежде чем делать взрослые шаги — подумайте о последствиях.

Спасибо за участие. До свидание!

Литература

1. Андреева Т.В. Семейная психология: Учебное пособие. — СПб.: Речь, 2005.
2. Головаха Е.И., Панина Н.В. Психология человеческого взаимопонимания. — К.: Политиздат Украины, 2010. — 56с.
3. Головаха Е.Н., Н.В. Пашина. Психология человеческого взаимопонимания. — Киев: Изд-во полит, лит-ры Украины, 2010. — 45с.
4. Дымнова Т.И. Психология семейного образа жизни. Учебно-практическое пособие. — М.: Педагогическое общество России, 2005. -123 с.
5. Клюева Н.В. Психолог и семья: диагностика, консультации, тренинг. — Ярославль: Академия развития, 2008.- 203 с.
6. Назаров В.И., Сидоров Г.П. Разум сердца: мир нравственности в высказываниях и афоризмах. — Москва: Издательство политической литературы, 2010.- 78с.