

Возрастные задачи подросткового возраста. Памятка для родителей и педагогов



1. Освобождение зависимости, приобретение автономии — умение становиться менее зависимым от родителей и определять своё место в семье и обществе при изменяющихся взаимоотношениях:

- Уметь строить бесконфликтные отношения, договариваться с родителями и другими взрослыми, со сверстниками (13–15 лет);
- Найти новое место в семье, формальных и неформальных коллективах, определить свои отношения с родителями и другими взрослыми, со сверстниками, уметь решать проблемы без конфликтов (16–18 лет).

2. Здоровье и внешность — умение избегать излишнего риска, заботиться о своём физическом состоянии, внешнем виде, хорошем питании и:

- Самостоятельно следить за своим весом, физическом состоянии и развитием (13–15 лет);
- Вести здоровый образ жизни, уметь отказаться от вредных привычек или вовремя остановиться, если не удалось избежать соблазна (16–18 лет).

3. Свободное время — умение полноценно проводить время, свободное от обязанностей:

- Уметь выбирать для свободного времени нужные, полезные дела, не приносящие вреда (13–15 лет);
- Полноценно проводить свободное время, самостоятельно устраивать интересные мероприятия (16–18 лет).

4. Интимность и сексуальность — освоение сферы интимных и сексуальных отношений:

- Открытие для себя телесных изменений, сексуальности (13–15 лет);
- Окончание процесса половой идентификации, выбора партнёра для любви, установление и продолжение интимных отношений

в форме, соответствующей культурным, этническим и другим социальным нормам (16–18 лет).

5. Учёба или работа — приобретение знаний и умений, дающих возможность выбирать себе работу и впоследствии хорошо справляться с профессиональными обязанностями:

- Учёба, направления на выбор профессии (13–15 лет);
- Самостоятельность в учёбе, выбор будущей профессии, приобретения знаний и навыков (16–18 лет).

6. Социальные контакты и дружба — умение устанавливать и поддерживать контакты, оценить, что могут дать контакты с другими, готовность к дружбе, умение доверять другому и вызывать доверие к себе, принятие друг друга:

- Готовность к дружбе, умение показывать свои чувства и видеть, как другие реагируют на твои чувства (13–15 лет);
- Умение оценить другого, установить контакты с другими, выражать свои чувства, заботиться о других и т.д.; постоянство чувств (16–18 лет).

7. Авторитет и инстанции — принятие того, что определённые лица и организации поставлены над тобой, и, в то же время, умение постоять за себя в рамках действующих правил и законов:

- Неподчинение авторитетам, протест против их требований (13–15 лет);
- Осознание необходимости подчинения требованиям законов и принятых в обществе, семье, школе и т.д. норм (16–18 лет).

8. Жилищные условия — умение взаимодействовать с домашними и соседями, поддержание порядка в собственном жилом пространстве и квартире или в доме в целом, приобретение навыков для будущего поиска или приобретения собственного жилья:

- Уметь подчиняться правилам, установленным там, где живёшь (13–15 лет);
- Уметь самостоятельно строить взаимоотношения с теми, с кем живёшь (16–18 лет).