

## Возрастные задачи

В основе понятия "возрастные задачи" лежит идея разделения жизненного пути человека на различные стадии или фазы. Каждая стадия характеризуется определенной тематикой, которой соответствуют конкретные возрастные задачи. Эти задачи требуют обучения детей определенным навыкам, обусловленным возрастными периодами. Реализация возрастных задач является необходимым условием положительного развития.

### Возрастные задачи для детей 4-12 лет:

1. Умение считаться с другими, то есть формировать суждения и планировать действия с учетом интересов других:

- задать вопрос, договориться о встрече, обратиться за помощью, не мешать другому (4-6 лет);

- планировать свои действия с учетом интересов других, умение советоваться (6-8 лет);

- иметь свое мнение, формировать суждение с учетом мнений других, поддерживать отношения (8-10 лет);

- считаться с другими, умение реагировать на других (10-12 лет).

2. Независимость - рост независимости по отношению к родителям и воспитателям:

- умение занять себя, развитие самостоятельности (4-6 лет);

- иметь свое мнение, учитывать интересы других, считаться с другими (6-8 лет);

- самостоятельно справляться со своими делами, обратиться за помощью к взрослым в случае необходимости (8-10 лет);

- самостоятельно заполнять свое свободное время, планировать свой досуг (10-12 лет).

3. Учеба - приобретение в начальной школе умений и знаний, необходимых для функционирования в обществе:

- работать на уроке совместно с другими детьми (4-6 лет);

- приобретать знания, умения и навыки учебы в начальной

школе (6-8 лет);

- старательно учиться, прикладывать силы, терпение к овладению знаниями, уметь самостоятельно учиться (10-12 лет).

4. Дружба - установление и поддержание дружеских контактов со сверстниками:

- находить друга (друзей) среди детей своего и противоположного пола (4-6 лет);

- поддерживать дружеские отношения, уметь дружить, считаться с мнением другого, уметь делиться с другим, сочувствовать другому (6-8 лет);

- самостоятельно разрешать конфликты, иметь постоянного "лучшего" друга (8-10 лет);

- поддерживать дружбу, уметь дружить с девочками и мальчиками (10-12 лет).

5. Домашние обязанности - взятие на себя части ответственности за ведение домашнего хозяйства и по отношению к братьям и сестрам;

- убирать свои вещи и игрушки (4-6 лет);

- помогать по хозяйству, заботиться о младших и других членах семьи (6-8 лет);

- выделение постоянных обязанностей по дому, трудовых поручений (ходить в магазин, мыть посуду и т.д.) (8-10 лет);

- помогать на даче и в доме (уборка, стирка и т.д.) (10-12 лет);

6. Пользование элементарными инфраструктурами - умение самостоятельно пользоваться основными средствами инфраструктуры, такими как общественный транспорт, денежная система, средства коммуникации, средства для проведения свободного времени:

- включать и выключать телевизор, магнитофон (4-6 лет);

- пользоваться деньгами, общественным транспортом, телефоном, знать ценность денег (6-8 лет);

- самостоятельное пользование инфраструктурой (8-10 лет);

- обладать необходимыми навыками пользования инфраструктурой (10-12 лет).

7. Безопасность и здоровье - умение делать выбор, обеспечивающий безопасность для жизни и здоровья:

- быть осторожным на улице, не подвергать себя опасности, соблюдать осторожность в контактах со взрослыми (4-8 лет);

- уметь делать выбор (8-10 лет);

- предвидеть возможные последствия своих действий и своего поведения с точки зрения опасности (10-12 лет).

### **Возрастные задачи для подростков (13 лет -21 год):**

1. Освобождение от зависимости, приобретение автономии

- умение становиться менее зависимым и определять свое место в семье

и среди родственников при изменяющихся взаимоотношениях:

- умение строить бесконфликтные отношения, договариваться с родителями (13-15 лет);

- найти свое место в семье, определить свои отношения с родственниками и родителями, уметь решать проблемы без конфликтов (16-18 лет).

2. Здоровье и внешность - подросток должен заботиться о хорошем физическом состоянии, внешнем виде, хорошем питании и избегать излишнего риска:

- самостоятельно следить за своим весом, физическим состоянием и развитием (13-15 лет);

- вести здоровый образ жизни, вовремя остановиться при наличии вредных привычек (16-18 лет).

3. Свободное время - устраивать интересные мероприятия, полноценно проводить время, свободное от обязанностей:

- уметь выбирать для свободного времени нужные полезные

дела, приносящие удовольствие (13-15 лет);

- полноценно проводить свободное время (16-18 лет).

4. Интимность и сексуальность - открытие для себя возможностей и желаний в сфере интимных и сексуальных отношений:

- открытие для себя телесных изменений, сексуальности (13-15 лет);

- половая идентификация, выбор партнера для любви и продолжения отношений с ним (16-18 лет).

5. Учеба и работа - приобретение знаний и умений, дающих возможность выбирать для себя работу и хорошо работать по выбранной профессии:

- учеба, направленная на выбор профессии (13-15 лет);

- самостоятельный выбор учебы для приобретения профессии, самостоятельность в учебе (16-18 лет).

6. Социальные контакты и дружба - установление, поддержание контактов и умение 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 показать свои чувства и видеть, как другие реагируют на твои чувства (13-15 лет);

- умение оценить другого, контакты с другими, умение выразить свои чувства, ухаживать за другими, постоянство чувств (16-18 лет).

7. Авторитет и инстанции - принятие факта, что определенные лица и инстанции поставлены над тобой, умение постоять за себя в рамках действующих правил и законов:

- неподчинение властям, протест против требований (13-15 лет);

- осознание необходимости подчинения требованиям (16-18 лет).

8. Создание и поддержание в порядке собственных жилищных условий - поиск и создание места для проживания, и умение обращаться с домашними или соседями по квартире:

- умение подчиняться правилам, установленным там, где живешь (13-

15 лет);

- уметь самостоятельно строить взаимоотношения с теми, с кем живешь (16-18 лет)

### **Для родителей:**

1.Взаимоотношения: развитие взаимоотношений, при которых обе стороны считаются с потребностями друг друга в автономности и зависимости и где достаточно пространства для детей с их потребностями во взаимоотношениях.

2.Сексуальность: создание сексуальных отношений на основе учета потребностей друг друга.

3.Карьера: выбор и реализация профессиональной перспективы, отвечающим собственным амбициям и возможностям, стремлениям партнера и финансовым потребностям семьи.

4.Родители: формирование новых отношений со своими родителями и родителями супруга.

5.Дружба и социальные контакты: установление, поддержание контактов с братьями, сестрами и другими членами семьи, друзьями и знакомыми обоих супругов.

6.Финансы и ведение домашнего хозяйства: взятие на себя ответственности и разделение обязанностей, связанных с финансами, ведением домашнего хозяйства, контактами с разными инстанциями, учреждениями.

7.Воспитание: взятие на себя ответственности и разделение обязанностей по воспитанию детей.

Перед детьми, подростками и родителями, которые находятся в особых обстоятельствах, могут стоять дополнительные возрастные задачи.

Семейное воспитание имеет свои принципы.

Наиболее общие из них:

- гуманность и милосердие к растущему человеку;

- вовлечение детей как равноправных участников в

жизнедеятельность семьи;

- открытость и доверительность отношений родителей с детьми;

- оптимистичность взаимоотношений в семье;

- последовательность в своих требованиях (не требовать невозможного);

- оказание посильной помощи своему ребенку, готовность отвечать на вопросы.

Кроме того, не должно быть физических наказаний, чтения чужих писем и дневников, не стоит говорить слишком много и требовать немедленного повиновения и др. Все принципы сводятся к одной мысли: детям рады в семье не потому, что дети хорошие и с ними легко, а дети хорошие и с ними легко оттого, что им рады.

Для того, чтобы контролировать свои негативные эмоции, а не выплескивать их на окружающих, мы можем вам предложить традицию "Черный ящик"