

Родительский университет
«Первая любовь в жизни вашего ребенка»

Козлова О.А., педагог-психолог

Ваш ребенок впервые влюбился? Эмоции через край? Что делать и как себя вести? Как помочь подростку пережить этот непростой период, не натворив глупостей? Какую тактику выбрать родителям, чтобы не потерять доверие сына или дочери?

Подростковый возраст. Пожалуй, самый непростой период: как для детей, так и для их родителей. Мнение взрослых ставится под сомнение и появляется подростковый негативизм: "Я сам все знаю лучше вас. Не лезьте в мою жизнь". Очень часто в 13-14 лет ребенок считает, что ему лезут в душу, и становится замкнутым. Подростки могут завести роман, чтобы самоутвердиться перед друзьями. Причем в качестве объекта для поклонения они обычно выбирают того, кто нравится в первую очередь друзьям. Им важно, чтобы окружающие завидовали и восхищались.

Настоящая любовь в подростковом возрасте встречается крайне редко, поскольку физиологическое взросление наступает быстрее интеллектуального. Чаще у подростков случается влюбленность или увлечение. Влюбленность в школьном возрасте носит массовый, быстро распространяющийся характер. Для подростков личные переживания часто важнее объекта привязанности. Их привлекают не столько представители противоположного пола сами по себе, сколько свои новые, волнующие ощущения от общения с ними. Опыт влюбленности необходим взрослеющему человеку: у подростка формируется свой образ мужчины или женщины. Подросток начинает осознавать, что он может быть привлекательным и нравиться. Он ощущает себя важным и ценным в жизни другого человека, достойным чьего-то теплого чувства, что является бесценным стимулом личностного развития. Влюбленность учит прислушиваться к другому человеку, который отличается, и в то же время очень ценен для подростка. Влюбленность помогает подростку познакомиться с собой поближе, лучше узнать самого себя.

Чтобы не заводить ваши взаимоотношения с подростком в тупик...

- ✓ цените их откровенность, искренне интересуйтесь проблемами;
- ✓ общайтесь на равных, тон приказа сработает не в вашу пользу. Дайте понять, что вы понимаете их;
- ✓ нельзя подшучивать над ними, высмеивать чувства, умаляя их значение, постарайтесь отнестись к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости;
- ✓ не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию;
- ✓ не говорите об объекте увлечения вашего ребенка пренебрежительным, оскорбительным тоном, тем самым вы унизите его самого;
- ✓ ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только еще учатся общаться друг с другом; не пытайтесь поссорить молодых влюбленных, иначе потом, при любом исходе, вы будете виноваты в неудавшейся

- жизни. Ребенок уже давно вырос и вправе сам решать, как ему дальше жить. Поэтому постарайтесь если не одобрять, то хотя бы уважать его выбор;
- ✓ пригласите его (ее) подружку (друга) к себе, познакомьтесь — это позволит вам получить объективное, более правдоподобное, а не голословное представление о том, с кем встречается ваш ребенок. Лучше, если вы разрешите им встречаться у себя дома, чтобы им не пришлось искать случайных и сомнительных приютов для свиданий;
 - ✓ расскажите им о себе, вашей истории первой любви — это поможет вам найти взаимопонимание с ребенком;
 - ✓ если вы сумеете установить с подростком дружеские отношения, вы будете иметь возможность не просто контролировать его поведение, но и влиять на его поступки.
 - ✓ помните, что, с одной стороны, подросток остро нуждается в помощи родителей, сталкиваясь со множеством проблем, а с другой — стремится оградить свой внутренний мир интимных переживаний от бесцеремонного и грубого вторжения, и он имеет на это полное право;
 - ✓ запасайтесь терпением. Ваша задача сейчас – быть «буфером», подушкой, жилеткой и кем угодно, лишь бы у ребенка была возможность смело делиться с вами переживаниями, чувствовать вашу поддержку, не бояться вашей иронии и подколок.

Ребенок вам доверился, рассказал о своей любви. Какая ваша реакция будет ошибочной? *«Да какая такая любовь в твоём-то возрасте!»* — ошибка. Отнеситесь к признанию серьезно, оправдайте доверие ребенка (оно вам очень понадобится, когда ребенок влюбится уже по-взрослому). *«Да у тебя этих Лен/Саш еще тысяча будет!»* — ошибка. Вы же не хотите, чтобы ребенок впоследствии любые личные отношения воспринимал поверхностно, как временный и незначительный процесс? А вот объяснить, что чувства проверяются временем, не помешает. *«Ага, не смейши мои тапочки...»* — ошибка. Подколками, издевками, насмехательством над чувствами ребенка вы унижаете собственное чадо. Настройтесь на одну волну с ребенком. В конце концов, вспомните себя. С вашей поддержкой ребенку будет проще пройти этот этап взросления. А если ваше чувство юмора бежит впереди вас – используйте его с толком. Например, расскажите ребенку какую-нибудь забавную историю из собственного (или чужого) опыта, чтобы приободрить чадо и добавить ему уверенности. Категорически не рекомендуется делиться «потрясающей новостью» с родственниками и друзьями – мол, *«а наш-то влюбился!»*. Ребенок доверил вам свою тайну. Ваша обязанность – ее сохранить. Не ставьте подростка в неудобное положение своим излишним контролем. Не нужно сидеть с биноклем у окна, когда дети гуляют вместе, звонить каждые 5 минут или постоянно заглядывать в комнату с «печеньками и чаем». Доверяйте своему ребенку. Но будьте начеку.

Первая любовь – не каприз. Это сильное чувство и новый этап взросления вашего ребенка. Помогая ребенку в этом процессе становления личности, вы закладываете ту основу, которая будет использоваться ребенком в дальнейших отношениях с противоположным полом.

Разделите с ребенком его чувства и его радость, и всегда будьте готовы помочь, поддержать и утешить.

✘ Я же говорила, что он(а) тебе не пара! Нечего ныть теперь!

✔ Такое случается. Понимаю, что тебе сейчас грустно. Если хочешь, давай поговорим о случившемся. Иди ко мне, я тебя обниму.

Если подросток даже при поддержке родителей не может справиться с чувствами и длительное время ходит угрюмый, обязательно обратитесь к психологу. В нашей школе ученикам и родителям в течение всего учебного года доступны индивидуальные консультации.

