

## ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ В ЖИЗНИ ВАШЕГО РЕБЕНКА.

Для родителей важно быть рядом со своим ребенком в период первой влюбленности, поддержать его, помочь избежать ненужных последствий.

Вообще, влюбленность — это глубокая потребность в индивидуальных доверительных отношениях. Запрещать общаться на этом уровне — значит сделать подростка несчастным. Отзывать плохо о предмете влюбленности своего ребенка значит испортить взаимоотношения со своим сыном или дочерью.

По статистике, в 4–7% случаев первая влюбленность ведет к браку.

Подростковая первая любовь в большей степени переживается именно как чувство, которое, казалось бы, не имеет границ, всеобъемлюще и бесконечно.

- Как подростки переживают первую любовь?
- От чего зависят эти переживания?
- Имеются ли различия между подростками в переживании чувства первой любви?

Учитывая мнение психологов о том, что информацию о человеке мы получаем через невербальное (неречевое) общение, в частности, через наблюдение за глазами собеседника, возьмём на вооружение следующие свойства экспрессии взгляда, ведь известно, что **глаза — это зеркало души**:  
— широко открытые («вытаращенные») глаза — удивление, изумление;  
— полностью открытые глаза — мечтательность, сентиментальность;  
— закрытые, «занавешенные» глаза — скука, покорность;  
— суженный или прищуренный взгляд — хитрость, коварство;  
— сверкание глазами — нервозность, агрессия;  
— сужение или расширение зрачка — возбуждение, страх.

Кроме степени «открытости» глаз, большое значение для конструктивного общения имеет навык понимания значения взгляда собеседника. Например:

- прямой взгляд — готовность к контакту;
- взгляд, направленный вдаль, — раздумье, сомнение;
- взгляд, направленный «сквозь» партнёра, — скрытая агрессия;
- взгляд, направленный мимо партнёра, — эгоцентризм;
- взгляд сбоку — скепсис, цинизм;
- суженный взгляд сбоку — пренебрежение, презрение;
- взгляд снизу — покорность;
- взгляд сверху вниз — гордость высокомерие;
- «уклоняющийся взгляд» — робость, боязливость.

Наблюдайте за мимикой вашего ребёнка, и вы многое сможете понять.

На вопрос, обращенный к **мальчикам**: «Что такое любовь?», они отвечают: «Это чрезмерный всплеск положительных эмоций, связанных

с бессознательными влечениями», или «Это — сильное эмоциональное переживание», или «Это — неконтролируемые импульсы», либо ставят прочерк, видимо, не зная, как это чувство можно выразить словами. У мальчиков любовь связана с расходом энергетических ресурсов и слабо представлена в виде каких-либо осознанных содержаний.

Для **девочек-подростков** свойственно доминирование платонических отношений над сексуальными. При опросе девочек ответы имеют явную содержательную составляющую, и делятся на две группы: **положительные высказывания и отрицательные**. К первым относятся следующие высказывания:

«Это — привязанность, доверие к любимому человеку, когда ты можешь поделиться с другим своими чувствами и переживаниями», или «Это — позитивные переживания, принятие другого человека, уважение другой точки зрения, стремление души, телесное стремление, идеализирование положительных качеств и вытеснение отрицательных», или «Это — нежное чувство, уважение, все хорошее», «Это — он и она».

К отрицательным высказываниям относятся: «Любовь — это болезнь, от которой нет лекарства», «Это — страшное, но очень желанное чувство, готовность посвятить свою жизнь другому» и др.

В высказываниях девочек практически всегда присутствует некто «другой», «любимый», «он», которого чувствуют и понимают, даже не всегда ожидая ответного чувства.

Итак, любовь для подростка — чрезвычайно важное и жизненно необходимое чувство. Человеку, не пережившему подростковую любовь, встреча с любовью в более старшем возрасте стоит гораздо больших душевных страданий.

В чем же заключается роль взрослого на этом этапе?

**1) Любви нужно учить.** Конечно, любви не учат, как игре на фортепьяно, но нужны образцы, опыт, впитываемые с детства из самого воздуха семейной атмосферы.

**2) Не нужно избегать разговоров, касающихся темы любви и аспектов, с ней связанных и волнующих подростка.**

**3) Родителям следует доверять своему ребёнку.**

**4) Не защищайте подростка от любви.**

**5) Воспитывайте в детях веру в силу любви.**

**6) Учите бережно расходовать свои чувства.** Постарайтесь довести до ребенка мысль о том, что любовь — великая сила, но при неправильном использовании она может быть разрушительной!

**7) Помогите подростку понять, что любовь — интимное чувство, не нужно выставлять его напоказ.**

Любовь не терпит лишних слов и хвастовства.

**8) Не читайте моралей, исключите нравоучительный тон.**

Как важно выбрать правильный тон! Как важно не обидеть неловким словом

ранимого

настороженного

подростка.

**9) Помогите подростку понять, что любовь — это ответственность.**

Внушайте детям, что любовь только тогда нравственна, когда она умна, мудра, предусмотрительна. Чувство, не облагороженное разумом, не озаренное мыслью о будущем, плодит горе и страдания, опустошает души тех, кто имеет несчастье быть дитем такой любви.

Для ребенка в семье надо создать такие условия, где он на собственном опыте мог бы убедиться, что любовь — это открытость сердца и огромная требовательность к себе.

**Памятка для родителей:**

1. Старайтесь говорить, со своим ребенком открыто и откровенно на самые деликатные темы.
2. Опасайтесь получения вашим ребенком информации из чужих уст.
3. Рассказывайте о своих переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваши дети.
4. Будьте открыты для общения с ребенком, даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать ему об этом.
5. Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с вашей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы.
6. Постарайтесь сделать так, чтобы ваши дети не воспринимали сексуальные отношения как нечто грязное и постыдное. От этого во многом зависит их физиологическое взросление.
7. В период полового созревания мальчикам важно получать поддержку и одобрение со стороны мам, а девочкам — со стороны пап.
8. Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.
9. Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайтесь внимание на любые изменения в поведении своего ребенка.
10. Старайтесь защитить своего ребенка возможными средствами, если он в этом нуждается.