

Юношеская любовь – первые трудности

Первая влюбленность — чудесная, но сложная пора для подростка и испытание для родителей, которым предстоит сделать всё, чтобы помочь ребенку встретить новый опыт.

Обычно первая влюбленность вызывает у окружающих улыбку и умиление. Родители не воспринимают детскую влюбленность всерьез, считая, что все это ненадолго. Да, в большинстве случаев первая любовь не перерастает в длительные отношения. Но ранние романтические чувства — обязательный этап взросления каждого человека и неотъемлемая часть переходного возраста, и относиться к ним нужно с одобрением, серьезно и деликатно.

Необходимый опыт

Опыт влюбленности совершенно необходим взрослеющему человеку, ведь ему предстоит сформировать свой образ мужчины или женщины, а это невозможно сделать вне общения и отношения с людьми другого пола. Именно сейчас, когда он так неловок, ему важно убедиться, что он может быть привлекательным и нравиться. Любовное чувство учит эмпатии, заставляет прислушиваться к любимому человеку, такому близкому и при этом такому непохожему, непонятному, другому. Оно расскажет подростку и о нем самом — и это тоже очень важно, ведь подросток так мало знает о себе новом, который еще только нарождается, высвобождается из кокона, как бабочка. Опыт первой любви дает возможность человеку лучше понять, как его воспринимают другие, и посмотреть на себя новым взглядом. Если он чувствует, что любим, это переживание будет окрылять и поддерживать его, он будет ощущать себя ценным, хорошим, достойным нежности, симпатии, уважения и внимания.

От того, в какой обстановке и при каких обстоятельствах рождается первая любовь ребенка, во многом зависит в дальнейшем его личная жизнь, его отношение к области чувств. Если первая любовь будет встречена насмешками взрослых и ровесников, подросток, скорее всего, замкнется в себе и больше не будет показывать своих чувств, что может привести к сложностям в будущих отношениях. А если родители отнесутся к нему, как к взрослому, покажут, что понимают его состояние и принимают его переживания, ребенок будет знать, что его чувства естественны, что с ним все в порядке.

Чтобы поддержать ребенка, помочь ему пережить болезненные стороны первой любви, родители могут рассказать ему истории из жизни с похожим сюжетом, вместе посмотреть фильм или дать почитать книги, которые будут созвучны его чувствам.

Особенности подростковой любви

1. Детям трудно разобраться в неожиданно нахлынувших чувствах, и они часто идеализируют своих избранников, наделяя их множеством положительных качеств. На отношения юные влюбленные смотрят сквозь розовые очки, и разочарование бывает очень болезненным.
2. Каждый второй случай — это история неразделенной любви. Отвергнутому сыну или дочери обязательно нужна поддержка и утешение от родителей или близкого человека. Тогда этот опыт не заставит в будущем отказаться от попыток сближения, а станет важной частью формирования взрослой личности.
3. Многие родители и учителя считают такие отношения помехой для учебы и требуют прекратить свидания. Подросток чувствует давление со стороны взрослых. Действуя подобным образом, родители могут надолго отдалиться от сына/дочери. Постарайтесь изменить отношение к ситуации и вернуть доверие ребенка.

Как вести себя родителям

Относиться серьезно

Подростки очень уязвимы, и насмешки или подшучивания в это время причинят им боль. Не пытайтесь уверять ребенка в том, что «все это баловство, блажь и ерунда», для него это совсем не так. Дети переживают настоящую бурю эмоций, и если родные не воспринимают эти чувства всерьез, то за советом в трудной ситуации ребенок обратится не к ним, а к тому, кто его понимает.

Существенно и то, что с моментом влюбленности связана половая идентификация подростков, поэтому ни в коем случае не мешайте ребенку общаться и строить отношения с противоположным полом, ведь именно в этом возрасте закрепляются модели поведения в соответствии со своей полоролевой принадлежности.

Родители совершают большую ошибку, запрещая подростку встречаться с понравившемся парнем или девушкой, считая, что время для отношений еще не настало. Это верный способ разрушить доверие в семье и утратить контакт с ребенком. Подобные запреты или сломают ребенка, или вызовут обратную реакцию: он станет делать все наперекор, чтобы доказать, что уже взрослый и в состоянии решать за себя, может совсем выйти из-под контроля и совершить непоправимую ошибку.

И не надо сильно беспокоиться об успеваемости: в подростковом возрасте существует прямая взаимосвязь между отношениями ребенка со сверстниками и его успехами в школе. Если подросток смог реализовать себя в межличностных отношениях, то с успеваемостью все будет в порядке.

Не вести допросов

Желание подростка оберегать свои интимные отношения и не делиться подробностями вполне естественно и законно. Поэтому родителям предстоит осознать право ребенка на собственные тайны и дать ему больше свободы. Конечно, имя избранника, его возраст и домашний адрес мама должна знать. Чтобы не пришлось долго выпытывать эту информацию, с детства интересуйтесь кругом общения сына/дочери, позволяйте его друзьям приходить, приезжать в гости и всегда находите время выпить с детьми чаю и лучше их узнать.

Разрешать встречи и прогулки

Свидания и прогулки «за ручку» должны быть в жизни любого подростка. Бессмысленно запрещать такие встречи, ведь возможность увидеться они найдут и без разрешения. Чтобы и вам, и детям было спокойнее, следует четко оговорить время возвращения домой и увеличить объем карманных денег на случай походов в кино или в кафе.

Помочь пережить переходный возраст

Подростки часто выглядят нелепо и смешно. Переход во взрослую жизнь для них может ассоциироваться с ярким макияжем, курением или употреблением бранных слов. А первая любовь только добавляет путаницы в их сознание. Родители могут помочь ребенку обновить гардероб и выбрать первую косметику. При этом нужно забыть о нравоучительном тоне и о советах, напоминающих приказы. Пришло время разговаривать с ребенком на равных. Помогая детям почувствовать себя взрослыми, разумными и привлекательными, их можно уберечь от многих глупостей — так им не придется ничего доказывать ни себе, ни родителям.

Поддерживать баланс

Первая любовь настолько захватывает ребенка, что учеба и увлечения отходят на второй план. Задача родителей — не допустить провала в успеваемости и отказа от спортивных секций. Чтобы поддержать баланс между привычными занятиями и новыми отношениями, придумайте дополнительные стимулы за хорошие оценки в полугодии или победы на школьных олимпиадах. Измените ситуацию спокойно, без скандалов. Не забывайте, что дети просто еще не умеют расставлять приоритеты: взрослый человек вряд ли не пойдет на работу, потому что влюбился, а подросток в

таких обстоятельствах легко забросит учебу, и возвращаться к ней потом будет непросто.

Поговорить о сексе

Возраст первых сексуальных контактов обычно гораздо ниже, чем думают родители. Большинство Россиян сейчас начинают половую жизнь до 18 лет. Средний возраст дебюта составляет 16-17 лет и у юношей, и у девушек, а многие вступают в интимные отношения гораздо раньше. Поэтому не стоит надолго откладывать разговор о сексе. Своевременная информация поможет избежать трудностей с незапланированной беременностью, болезнями, передающимися половым путем, и психологическими проблемами. Замалчивание сексуальной темы — одна из основных ошибок родителей.

Да, поговорить с ребенком о сексе часто бывает сложно, и дети, и родители испытывают стеснение, но секс — естественная часть жизни каждого здорового человека, достигшего возраста половой зрелости. Игнорирование этой темы, нежелание родителей отвечать на вопросы создает у детей впечатление, что речь идет о чем-то постыдном, что чревато серьезными проблемами в сексуальной жизни подростка в будущем. Поэтому подобный разговор обязательно должен состояться, особенно, если подросток влюбился. Лучше, если с ребёнком поговорит родитель того же пола — молодым людям легче обсудить такую щепетильную тему с отцами, а девушкам — с матерями.

Если у мальчика нет отца (или нет матери у девочки), то пусть это будет кто-то из ближайшего окружения — дядя (тетя), друг (подруга) семьи, старший брат (сестра). Даже если ребенок уже почерпнул немало информации от друзей или из интернета, это не заменит честного разговора с живыми взрослыми людьми, которым он доверяет.

Будьте готовы к вопросам, на которые придется искренне отвечать, ведь сексуальная тема — одна из важнейших тем для подростков. Не бойтесь, что этот разговор спровоцирует раннее начало половой жизни; скорее, наоборот — удовлетворив свое любопытство, получив ответы на многие свои вопросы, ребенок не будет немедленно пытаться проверить свои фантазии опытным путем. Знания о методах контрацепции и причинах, по которым она необходима, не мешают даже многим взрослым, так что для подростка эта информация точно не будет лишней.

Быть рядом в трудную минуту

Более 90% подростковых романов заканчиваются болезненным разрывом отношений. Особенно тяжело дети переживают открытый финал, когда подростку не удалось разобраться, что с ним происходило и почему все закончилось. И самая распространенная реакция — печаль, апатия, уход в себя. Не пытайтесь развеселить или разговорить его, просто дайте почувствовать, что вы всегда рядом и сможете его выслушать тогда, когда он этого захочет. Если чрезмерные переживания ведут к потере аппетита или расстройству сна, проконсультируйтесь с опытным психологом. Юношеские отношения отличаются необычайной искренностью, чистотой и безрассудством. Дети не думают о выгоде или статусе, а с головой погружаются в нахлынувшие чувства. И родителям порой очень тяжело деликатно присматривать за своим подростком, выносить его переживания. Понимание того, как важен опыт первой любви для будущей жизни их сына или дочери, придаст им сил и поможет быть рядом на этом ключевом этапе взросления.

Педагог – психолог.