**Если Ваш подросток влюбился…**

Подготовила педагог-психолог Теплова Д.С.

Важной особенностью подросткового возраста является половое созревание организма. У девочек оно начинается практически с одиннадцати лет, у мальчиков - несколько позже. Половое созревание вносит серьезные изменения в жизнь ребенка, нарушает внутреннее равновесие, вносит новые переживания, влияет на взаимоотношения мальчиков и девочек между собой – появляются первые симпатии и первые влюбленности. Но изменения касаются не только подростков, но и их родителей. Вернее меняются взаимоотношения между родителями и подростками. Чтобы не потерять продуктивного контакта со своим ребенком, родителям важно вовремя обратить внимание на изменения в поведении и внешности своего чада.

У девочек переходный возраст проходит совершенно по-разному – одни начинают осознавать свою женственность и хотят надевать платья, краситься, другие попадают в компанию «по интересам», а третьи переодеваются в джинсы и футболки «унисекс». При этом чувство влюбленности может возникнуть вне зависимости от особенностей характера, увлечений и количества общения с представителями противоположного пола. Если дочка стала более замкнутой, слушает грустную или наоборот слишком «тяжелую» музыку, что-то пишет или часами с кем-то говорит по телефону, то либо у ребенка появилась какая-то проблема, либо дочь не знает, что делать с первыми романтическими чувствами. Доверительный разговор способен решить проблему – мама также может рассказать о свое первой любви или об истории знакомства с папой, а также подробнее узнать о ситуации. Когда ребенок не хочет делиться, то не нужно давить или ругать – лучше сказать, что родители все поймут и всегда помогут, т.к. очень любят ребенка даже тогда, когда он делает ошибки.

Если сын влюблен и ведет себя не так, как обычно, то отцу стоит проявить инициативу для разговора, т.к. для мальчиков-подростков мнение папы,как взрослого и опытного мужчины, имеет большой вес. Когда сына воспитывает одна мама, то ей стоит избегать нравоучений или подчеркнутого участия – стоит поговорить с ребенком не как родитель, а как близкий друг. Для начала нужно объяснить сыну, как лучше себя вести, необходимо объяснить сыну, что этого не стоит стесняться. Наоборот, сильные мужчины не боятся прямо показать свою симпатию, а, когда друзья не понимают или смеются, это не значит, что он делает что-то не так, это значит, что сверстники еще не настолько сознательны, чтобы понимать такое поведение.

**Правила, которые помогут родителям:**

**1. Познакомьтесь с избранницей(избранником) своего ребенка**. Не нужно делать сразу поспешных выводов, не поговорив с человеком.

**2. Придерживайте критику и претензии**. Не нужно много раз указывать ребенку, что этот молодой человек ему не пара. Постарайтесь вывести его на дружеский откровенный разговор, чтобы понять, что его так сильно привлекло.

**3. Не превращайте откровенный разговор в нравоучение.** Нотациями и упреками вы лишь понизите его самооценку. В такой ситуации, лучше его искренне хвалить.

**4. Дайте возможность ему ошибиться**. Не секрет, что первая влюбленность может привести к мучительным и болезненным переживаниям. Но трудно наперед защитить ребенка от бед. Так не лучше ему дать возможность получить свой собственный опыт?

 **5. Не старайтесь поссорить юных влюбленных**. Помните, что влезая во влюблённые отношения, вы рискуете быть виновными во всех его неудачах. Даже спустя многих лет, он может вам припомнить, как вы разрушили его хрупкие чувства.

**6**.**Обязательно поговорите о контрацепции**. Разумеется, мысль о том, что совсем юный ребенок познает радости полового акта, вряд ли кого обрадует. Не редко взрослые предпочитают не думать об этом, ведь ещё очень рано. Сегодня подростки взрослеют очень быстро. А отсутствие знаний, повышенный гормональный фон и эмоций могут сыграть злую шутку. Так что, полезно поговорить заранее, чтобы не было поздно.

 **7.** **Станьте подростку настоящим другом**. Ведь он только познает взрослую жизнь, и добрый совет взрослых поможет справиться с первой влюбленностью.