**Памятка для родителей. Взросление подростка – первая любовь.**

Ранние романтические чувства - обязательный этап взросления каждого человека. Первый эмоциональный опыт переживания любви - это первые пробы «себя», это тот опыт, который будет основой для дальнейшего построения отношений. Сначала это платоническое влечение, когда достаточно просто видеть предмет своего обожания, говорить с ним, вместе делать уроки, ходить в кино. Затем возникает эротическая стадия, когда в мечтах уже присутствуют чувственные элементы - прикосновения, объятия, поцелуи, которые подросток стремится реализовать на практике в общении с любимым человеком. Вскоре наступает черед сексуального влечения. Учитывая, что это первые чувства подобного рода присутствует сильная вовлеченность в переживания.

Отнеситесь серьезно. Подростки очень уязвимы, и насмешки или подшучивания в этот период воспринимаются ими болезненно. Также неправильным будет поведение родителей, которые уверяют ребенка, что это баловство, блажь или ерунда. Дети переживают настоящую бурю эмоций, и если старшее поколение не осознает этот факт, то за советом в трудной ситуации они придут к другому человеку.

Причина не только и не столько в безответной любви, потому что даже безответная любовь может быть ресурсом (влюблен в звезду, учит английский язык). Даже ответное чувство может быть «испорчено» постоянными конфликтами и негативными переживаниями. Вступление в отношения требует от подростка целого ряда умений и навыков.

Самое первое, что может сделать родитель: не паниковать и не смеяться!

Если есть доверие, то гораздо проще обсудить то, что с подростком происходит.

Помните, что нельзя критиковать выбор ребенка, Вы можете оценивать поступки избранника, но не его самого.

Возраст юношей и девушек, впервые вступающих в половой контакт, значительно снизился в последние годы. Поэтому не стоит надолго откладывать разговор о сексе. Своевременная информация поможет избежать трудностей с незапланированной беременностью, болезнями, передающимися половым путем, и психологическими проблемами. Сейчас есть много энциклопедий на эту тему, если Вы сами стесняетесь говорить об этом (перед этим ознакомьтесь с содержанием сами).

Более чем 90% подростковых увлечений заканчиваются болезненным разрывом отношений. В этот период важно находиться рядом с ребенком, сочувствовать и сопереживать ему. Не пытайтесь развеселить его, не убеждайте «не переживать», не утешайте, не говорите: «будет у тебя еще таких много», потому что в данный момент подростку нужен именно этот человек. Просто дайте почувствовать, что вы всегда рядом и сможете его выслушать тогда, когда он этого захочет. Лучше действительно говорить о том, что да, сейчас грустно, но через какое-то время будет легче. Самое важное - давать понять, что подросток не один, что он важен для вас.