

О подростковой любви часто говорят, как о некоем чистом чувстве, и, отчасти, это действительно так. Первые взаимоотношения могут быть не самыми лучшими, но подростку не с чем их сравнить, и чтобы там ни было, для него первый партнер самый лучший.

Первая любовь одно из самых важных и самых памятных событий в жизни человека. В памяти она остается вне зависимости от того, была ли она счастливой, несчастной или же безответной. Переживания, связанные с первой влюбленностью яркие и драматические.

Первая любовь запоминается потому, что это первая эмоциональная привязанность к человеку из окружающего социума и не принадлежащего к семье подростка. Это его личный выбор без оглядки на родителей. Фактически это самый первый шаг за пределы семейного круга, а значит и шаг в самостоятельность. Подростка захватывают небывалой силы эмоции. Он чувствует прилив эмпатии (умение сочувствовать и понимать окружающих), желания заботиться о любимом, он купается во внимании со стороны другого. И конечно, все это происходит в первый раз. Многие моменты первой любви запоминаются на всю жизнь. Они первые, никогда ранее неиспытанные и эта новизна никогда не будет испытана снова. Первый поцелуй никогда не повторится, будет второй, третий, сотый. Но все уже не будет так, как впервое.

В первой стадии любви, которую называют в народе «конфетно-букетным периодом», подростки очень часто идеализируют свой объект влюбленности. Это есть и у взрослых. Однако взрослые уже имеют некоторый опыт и, бывает, что сами имеют за спиной неудачные связи и отношения. На своего нового кандидата в партнеры они даже

в период идеализации смотрят с долей осторожности. Подросток же нередко влюбляется без оглядки.

Подростки далеко не всегда начинают встречаться потому, что влюблены. Для них отношения - это не только чувства, но и признак социализации, взросления, успеха и конкуренции. Часто особое значение придается статусу партнера в подростковом коллективе, его возможности и связи. Наличие парня или девушки, даже формальное, повышает самооценку, и он занимает значимое положение в группе сверстников. Бывает, что подростки даже сговариваются между собой «ходить вместе», чтобы создать видимость благополучия.

Но, наверняка, все знают и имеют перед своими глазами примеры того, что люди с полным крахом первой любви впоследствии находили прекрасного партнера и «жили долго и счастливо». А есть и такие, которые проносят первый неудачный опыт взаимоотношений через всю свою жизнь. Много зависит от того, сможет ли подросток оценить свои неудавшиеся отношения конструктивно. Ведь первая любовь — это не только незамутненная радость без опыта неудач. Есть в ней место и душевной боли. Для многих конец первых отношений — это еще опыт переживания потери.

### **Что из этого выносят подростки?**

Одни понимают, что такова жизнь и вновь ищут себе сердечного друга, исправляя ошибки первой любви и отношений. Другие выносят убеждение, что мир несправедлив к ним, и они никогда не будут желанны. Их оттолкнули, и страх повторения этой ситуации преследует их всю оставшуюся жизнь. Нередко они ищут партнера, похожего на свою первую любовь. Счастья это большинству не приносит,

часто все выливается в наступании на те же грабли.

В высоком риске такого исхода первой любви, дети, которые не испытывали эмоционального тепла от родителей. Тоска о безусловной и принимающей любви и привязанности выливается на друга или подружку. Они часто бросаются слепо в новые отношения и особенно сильно идеализируют партнера.

Многие считают, что девочки переносят разрывы со своей первой любовью острее и болезненнее, чем юноши. Но на самом деле наоборот. Просто проявление любовных страданий у подростков разного пола различны. Девушки на разрыв отвечают депрессией, юноши нарушением поведения (хулиганство, рискованное поведение).

### **Сетевая романтика**

Большую лепту в любовные переживания молодого человека или девушки сейчас вкладывают социальные сети. В них проходит большой кусок их жизни, и там происходят подростковые взаимодействия и кипят нешуточные страсти. Подростки любят социальные сети. Там можно быть анонимным и выражать свои позитивные и негативные чувства без страха быть узнанным или осмеянным. Социальная сеть делает доступными всех членов детско-подростковой группы и предоставляет лучшие временные рамки, чем реальность. Не обязательно быть всегда в одном месте с друзьями, чтобы узнать новости или сплетни. Оставь сообщение, и его прочитают, и ответят. Но социальные сети не только облегчают жизнь подростка и улучшают его взаимодействие в коллективе. Они позволяют вести себя более рискованно по отношению к другим, в том числе и своему партнеру. Например, можно флиртовать с

несколькими людьми в одно и тоже время, отслеживать подробно все передвижения и активность предмета воздыхания, преследовать, распускать сплетни, угрожать и травить. Преследование и преднамеренное вызывание негативных чувств у человека при помощи интернета называется кибербуллинг. Подростки занимаются этим из разных побуждений и не последнее место в их списке причин занимают проблемы любовные. Кто-то кому-то перешел дорогу, кто-то кого-то бросил или «отбил». Один из подростков замечает преступный лайк, проставленный под постом соперника или соперницы. А дальше гнев, зависть ревность и т.п.

Со стороны это может звучать смешно и даже нелепо. Но это реальная проблема, и подростки используют социальные сети для выражения агрессии по отношению к друг другу. В отчаянии, захваченные негативными эмоциями, они могут поступать очень жестоко по отношению друг к другу. Интернет создает иллюзию собственной недостижимости и безнаказанности, поэтому агрессоры не сдерживают себя в выражении чувств. Интернет дает возможности преследовать жертву довольно жестоко. Дети прекрасно владеют фотошопом, по этой причине лицо жертвы можно вставить куда угодно. Можно выложить клипы на youtube со сценами унижения. Если причиной этого преследования послужила размолвка подростков в отношении дел любовных, то пострадавшему придется долго расхлебывать психологические последствия, это может отражаться очень серьезно именно на отношениях в будущем. Последствия могут быть драматические. Бывают и суициды.

Долго ли длится первая любовь? Немало людей считает, что отношения

обязательно должны развалиться. Первая любовь, хоть и чистая, но короткая. С кем-то встречался в старших классах, а потом перестал? Обычное дело. Но на самом деле далеко не все романы распадаются. Не так часто, но и все-таки не редко, первая любовь перерастает в более серьезные и зрелые отношения. Люди вступают в брак, растят детей и живут долго и счастливо.

Многие родители заранее переживают за своего ребенка и за то, как сложатся его первые отношения. Во многом фундамент для счастливого периода времени закладывается задолго до подросткового возраста. Первая любовь играет очень большое значение в формировании самооценки. Достаточная любовь и эмоциональные связи с родителями, навыки эмпатии и адекватная самооценка - отличная профилактика от несчастной любви и длительных страданий по этому поводу. Естественно, никакое воспитание не сможет на 100% оградить подростка от жизненных разочарований. Но оно дает преимущество в том, как ребенок справится с возможным разрывом или отвержением объекта первой любви.

Обычно в ситуации неразделенной любви или разрыва отношений подростка с объектом его первой любви, родители, видя, как их дитя страдает, считают это глупостью. Сказав фразу: «Ты столько еще на своем жизненном пути встретишь людей, к которым будешь испытывать чувства», думают, что этого достаточно, и заканчивают разговор. Однако подростку легче от этого не становится и он остается один на один со своими душевными переживаниями. А вот если мама и папа различными способами отвлекут страдающее сокровище от несчастной любви, то это будет всем на пользу.



## **Первая любовь: что нужно знать родителям подростков**



**февраль 2017**