Родительский университет рекомендует

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**"ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ В ЖИЗНИ ВАШЕГО РЕБЕНКА"**

**Памятка родителям.**

**Что делать? У моего ребёнка несчастная любовь**

**1Не прячьте чувства.** Если подросток не проговорит, что именно чувствует из-за предательства, то в будущем это может выйти боком. Например, он может перестать спать, перестать доверять другим. Плакать, кричать и некоторое время думать о ситуации – это нормально.

**2Запишите чувства.**Чтобы пережить предательство, предложите ребенку записать свои эмоции.

**3Обсудите с ребенком ситуацию.** После обсуждения мысли встают на свои места и начинается процесс исцеления.

**4Объясните**сыну или дочери, что отпускать обиды необходимо. Ему будет гораздо легче жить, если он простит обидчика. Прощение поможет контролировать ситуацию у себя в голове и жить дальше.

**5Объясните** ребенку: если один человек предал его, это совсем не означает, что предателями окажутся другие.

*О чем важно помнить:*

- первая любовь для того и дается человеку, чтобы научить его любить, проявлять чувства и принимать любовь;

- первая любовь учит не выбирать «не тех» людей; у того, кто пережил это бурное чувство, появляется возможность найти впоследствии «своего» человека, с которым можно разделить свою жизнь;

-особенность первой любви – право на ошибку у молодого человека; у родителей в этой ситуации права на ошибку нет;

- сумейте спокойно и доброжелательно выслушать ребенка, если он решит рассказать вам о своих любовных переживаниях; не стоит осуждать его выбор, если избранник или избранница вам не по душе, даже если вы убеждены, что этот человек не стоит чувств и переживаний вашего сына или дочери – будьте тактичны; бестактность оттолкнет вашего ребенка;

- воздержитесь от ироничных замечаний («Тоже мне, Ромео выискался!», «Сколько еще у тебя будет таких Сергеев!») – это совершенно не то, что хочет услышать ребенок от родителей в этой ситуации; даже, если с высоты прожитых лет все это кажется вам наивным и смешным, лучше воздержаться от смеха; шутки, невинные и забавные, по мнению взрослых, могут нанести ребенку серьезную психологическую травму.

- относитесь к первой любви серьезно;

- уважайте личное пространство ребенка; не нужно копаться в телефоне ребенка и подслушивать его разговоры; главное – будьте рядом, будьте внимательным и понимающим.

По материалам сайта adu.by