



УНИСЕКС

В переходном возрасте дети стремятся скрывать свои половые различия, возможно, потому что инстинкт продолжения рода уже пропал, а психологической зрелости еще нет.

И подростки одеваются в стиле унисекс, маскируя под ним свою половую принадлежность и пряча себя как сексуальный объект. Девочки не знают, что делать со своей женственностью, а мальчишки еще боятся становиться мужчинами. Пубертатный период резко отличается от возраста начальной школы, когда дети подражали своим родителям. Физиологический и гормональный скачок в развитии влечет за собой и психологическую перестройку, в том числе и кардинальную смену ориентиров. Если раньше ребенок стремился быть похожим на маму или на папу, то теперь все родительские установки вызывают категорический протест и даже негативизм – желание все сделать вопреки. Ребенок все подвергает сомнению, а своим внешним видом демонстрирует отказ от детской нежности и насмешку над родительскими ценностями. Единственный выход для родителей – набраться терпения и демократично относиться к временным причудам своего чада.

ЭПИДЕМИЯ ЛЮБВИ

Влюбленности у подростков похожи на эпидемии. Если в классе появляется одна пара, то тут же любовной лихорадкой заражаются поголовно все, при этом часто дружно влюбляясь в наиболее популярную личность.

Девочки начинают вздыхать по лучшему спортсмену, мальчики – сходить с ума по «королеве класса». В этом возрасте существуют четкие границы, разделяющие сексуальные переживания (которые подростки считают низменными и недостойными) и чистые, возвышенные чувства. Объекты, вызывающие эти полярные ощущения, соответственно тоже разные. Подростку так трудно совместить пробуждающуюся чувственность с представлением об идеальной любви! Возможно, поэтому первая любовь часто остается платонической. К тому же мальчик, хоть и пытается выглядеть в глазах своей избранницы настоящим мачо, еще не имеет сексуального опыта, поэтому чувствует себя неуверенно. А девочек общественные стереотипы вынуждают скрывать свои чувства, чтобы не испортить свою репутацию. Задача взрослых – как можно деликатнее помочь подростку разобраться в собственных чувствах и еще более деликатно поговорить с ним о контрацепции.



СТРЕССЫ

В подростковом возрасте тяжелее, чем в любом другом, переносится стресс.

У детей и взрослых организм вырабатывает специальный гормон успокоения, нормализуя работу нервной системы, а у подростков (особенно у девочек) этот же гормон, наоборот, обостряет стрессовое состояние. К тому же причин для стресса у подростка больше, чем у других, недаром этот возраст называется переходным. Они уже не хотят, чтобы их считали маленькими, но еще боятся быть большими. Изменяющаяся внешность часто вызывает разочарование и недовольство собой. Временная угловатость и прыщавость воспринимается как неисправимое уродство, а развитие вторичных половых признаков – как стихийное бедствие. Школьные стрессы – экзамены, выбор профессионального пути – добавляют масла в огонь. А какими переживания сопровождается у подростка ожидание первого свидания! Коленки дрожат, земля уходит из-под ног...

Девочки, как правило, все тревоги переживают в себе, что чревато соматическими заболеваниями. Мальчики чаще переводят свою нервозность в агрессию, направленную на внешний мир, их поведение может стать асоциальным. Главное для родителей – суметь направить разрушительную энергию своего отрока в созидательное русло. Лучше всего для этого подходят спортивные секции и школы энергичных танцев, например латино-американских и рок-н-ролла.

фото Shutterstock Images (6)