**Перше кохання. Про що варто пам’ятати?**

Підлітки закохуються у першу чергу в зовнішність людини. Це пов’язано з тим, що особистість в них самих ще не сформована (саме в підлітковому віці вона трансформується, оскільки дитина перетворюється на дорослу людину).

Тому підліткам важко оцінити об’єкт своєї закоханості з точки зору характеру, здібностей, морального та інтелектуального розвитку тощо.

Численні дослідження показують, що, коли людина подобається нам ззовні, ми автоматично наділяємо її хорошими рисами. Нам здається, що вона більш добра, розумна, цікава, порядна. Й лише після довготривалого знайомства, ми можемо оцінити її більш об’єктивно. А це може супроводжуватися розчаруванням у об’єкті нашої закоханості.

Не варто оцінювати людину, спираючись на її зовнішність. Потрібно якомога більше спілкуватися, спостерігати за людиною в різних ситуаціях, щоб скласти правильну думку про неї.

Коли люди закохуються, вони воліють показати себе лише з хорошої сторони. Під впливом позитивних емоцій вони навіть не бажають звертати увагу на певні негативні прояви в об’єкта своєї закоханості. Тому їм і здається, що це — найпрекрасніша людина в світі, ідеал.

Щоб надалі не розчаровуватися у людині, не потрібно нею зачаровуватися. Слід старатися оцінювати її якомога більш об’єктивно, з усіма її плюсами та мінусами. А це можливо лише при тривалому знайомстві.

Слід бути обачними при взаємодії з об’єктом своєї симпатії: не розкривати про себе якісь таємниці, не ходити в безлюдні місця, не бути надто довірливими, не погоджуватися, якщо людина пропонує шкідливі речі (алкоголь, наркотики, протизаконний вчинок, просить гроші тощо). Не зважаючи на те, що людина може дуже сильно подобатися, ви все ж таки її мало знаєте. Вона може виявитися небезпечною.

**Не слід поспішати і вступати у ранні близькі (інтимні) стосунки.**

* По-перше, ви зовсім не зобов’язані це робити, навіть, якщо партнер на цьому наполягає.
* По-друге, для такого кроку людину потрібно дуже добре знати, а також бути готовим до нього як фізично, так і психологічно.
* По-третє, ніколи не слід забувати про незаплановану вагітність і хвороби, які передаються статевим шляхом.

