

# ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

В фильме «Муха» есть такая сцена: ученый, случайно скрестивший себя с мухой, вглядываясь в зеркало, изучает тот кошмар, в который он превратился – странные нарости на лице, странные телодвижения. Теперь его тело вышло из-под контроля.

Став подростком, возможно, тебе приходилось испытать подобные мучения: тело и лицо, к которым ты уже притерпелся, вдруг начинают изменяться с чудовищной скоростью. Порой ты уверен, что Мать-природа – настоящая садистка, потому что иначе она не влепила бы тебе на лоб этот прыщ, его же видно на 100 километров, это вообще не прыщ, это рог растет! Итак у мальчиков между одиннадцатью и четырнадцатью годами тела начинают развиваться. Ты становишься выше, но в весе зачастую не прибавляешь. Шея, руки, ноги – непропорционально длинные, такое впечатление, что они лезут из тела, как молодые ростки. Ты вдруг превращаешься в страшного соня и обжору. Есть хочется все время.

С годами ты выровняешься, да и твой внешний вид станет занимать тебя все меньше и меньше. К тому же такой вид – это всего лишь упаковка. Если ты хочешь ее улучшить, что ж, отлично, старайся. Но не забывай и о самом продукте, о том, что внутри.

Привлекательная девушка, спортивный парень, которых любят только за внешние данные, могут не чувствовать потребности развивать другие качества, гораздо более важные. И в каком дурацком положении они окажутся, когда новые знакомые посмотрят на них новыми глазами и увидят только глупое, совершенно неинтересное существо.

Ребенком ты вынужден общаться с определенным кругом детей, с которыми у тебя может не быть ничего общего. Однако, чтобы влиться в стаю, ты принимаешь ее стиль одежды, манеры, взгляды. «Присоединившись», ты обретаешь и определенную степень безопасности, окружающие знают, как тебя воспринимать, потому что на тебя распространяются общегрупповые признаки. Ты отчаянно стремишься «присоединиться», потому что еще не понимаешь, кто и (или) что ты есть на самом деле.

Когда ты поймешь, что у тебя есть достоинства, ты познаешь и свои недостатки. Самое важнее – помнить, что только ты сам можешь точно оценить себя. И если ты недоволен результатами оценки, только ты сам сможешь что-то изменить.

