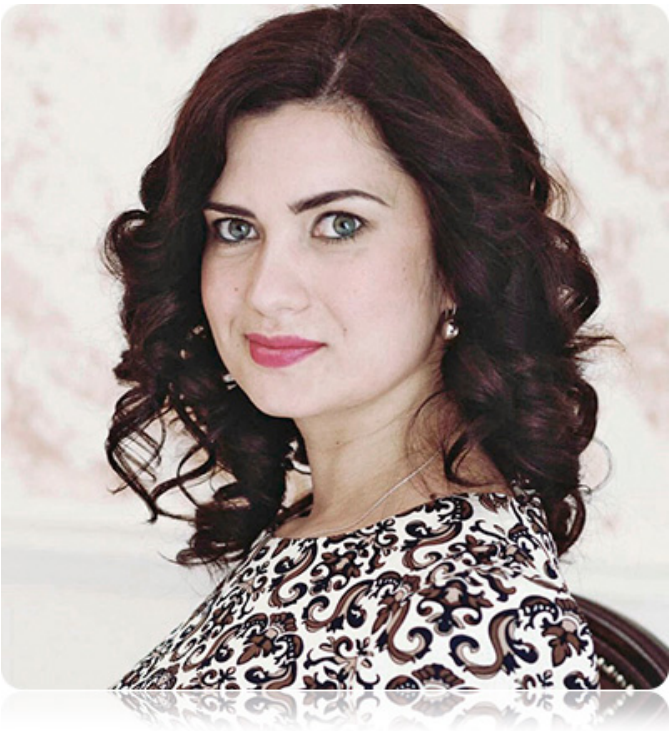
Какие бывают чувства и что они означают?

Аўтар: Ольга Парада, детский психолог, арт-терапевт
23.10.2016 00:00



Здравствуй, Маленький Друг! Наверняка, Тебе не раз приходилось слышать, что у кого-то душа радуется или плачет, болит или поет... Это маленькие звоночки, к которым нужно прислушиваться. Они сигнализируют о том, что внутри человека что-то происходит, а именно – зарождаются чувства. Чувства – удивительный Божий дар. И если удастся с ними подружиться, жить станет намного проще и веселее. Не нужно делить чувства на хорошие и плохие. Любое ощущение, которое мы испытываем, подсказывает, как поступить в той или иной ситуации, помогает лучше понять себя и других. Смотри, как это происходит. †

Чувства доставляют удовольствие

Как прекрасно ощущать себя счастливым. Какой ужасной была бы жизнь, если бы радоваться было нечему. Ты бы не замирал от восторга перед рождественской елкой и не бросался на шею родителям, по которым успел соскучиться за день. Все это

приятные чувства, которые позволяют получать удовольствие от жизни, отличать радостные события от грустных.

Чувства предупреждают: что-то не так

Есть чувства, которые вспыхивают внутри, как красный свет светофора, и громко кричат о помощи. Например, Ты злишься или напуган. Очевидно, Тебя кто-то обидел, причинил зло. Если будешь обращать внимание на такие чувства, пытаться в них разобраться, этим самым позаботишься о себе и не попадешь в беду.

Чувства помогают понять, чего не хватает

Если Тебе грустно, одиноко, значит, не получил того, что действительно необходимо. В таком случае Тебе нужен друг, с которым можно поиграть и посекретничать. Порой могут быть непонятны слова учителя. А следовательно, нужны дополнительные разъяснения от него.

Вот видишь, все чувства одинаково важны.
Неправда, что одни – хорошие, а другие – плохие.
Есть чувства, которые не доставляют удовольствия, их даже не хочется переживать.
Кому приятно, к примеру, злиться, грустить, скучать в одиночку?
Но не стоит забывать, что каждое из них приходит не случайно.
Всякое чувство стремится чему-то Тебя научить.
И если не будешь их сторониться, научишься жить в спокойствии и счастье.

Несмотря на то, что среди чувств есть и очень неприятные, запомни:
даже в худшие моменты Ты не один. В Библии Бог дает нам одно прекрасное

обещание: «Вот Я повелеваю тебе: будь тверд и мужествен, не страшись и не ужасайся; ибо с тобою Господь, Бог твой, везде, куда ни пойдешь» (ИсНав. 1, 9). Не забывай об этом.

Упражнение в семье «Рисунки на тему библейской книги Иисуса Навина»

Возьмите каждый по листу бумаги, карандаши, фломастеры. Прочтите стих из книги Иисуса Н

 Господи, благодарю Тебя за то, что Ты всегда со мной, даже когда .

 Аминь.

По материалам книги Л. Сибли «Чувства разные нужны – чувства разные важны»