Жалеть или сочувствовать

* Что такое жалость? Это – желание защитить, принять решение за другого человека. Мы жалеем больных, стараясь сделать их жизнь менее проблемной, а людям, пережившим горе, стремимся смягчить боль. Жалость к детям чаще всего выражается в стремлении «подстелить соломку» и избавить от трудностей. Детские психологи не рекомендуют этого делать, а наоборот, советуют увеличивать нагрузки, так как с возрастом душевные и физические возможности у детей возрастают.
*  Сочувствующий родитель поможет ребенку преодолеть трудности, но не будет решать его проблемы. Родители должны дать понять ребенку, что он справится, он сильный, он все может. Если что-то не так – мы поможем, поддержим. И никаких причитаний о бедном несчастном ребенке.

 Несколько правил помогут научиться не жалеть, а сочувствовать.
 Каждый раз, когда ребенок приходит со своим горем (пусть даже кажется смешным), нужно принять его без сюсюканий и истерики. Нужно разделить боль и похвалить за любые активные действия: встал, пошел искать, вытер руки. Обнимите ребенка, скажите, что гордитесь тем, какой он стойкий.
 Любая негативная эмоция имеет место быть. Мы не поощряем негативизм, но признаем право на его существование: «Я понимаю, как тебе обидно», «Ты расстроился из-за плохой оценки и винишь себя», «Ты сейчас очень зол из-за неприятной ситуации». Ребенок должен осознавать, что вы

ПОНИМАЕТЕ и ПРИНИМАЕТЕ его.

 Не смейтесь над детскими проблемами, даже если они кажутся недостойными внимания, иначе у ребенка появится недоверие к взрослым. Отсутствие вашей поддержки и сочувствия будут проецироваться на окружающих, и ребенок вырастит черствым и бездушным. Он должен знать, что его всегда ПОДДЕРЖАТ.
 Проговаривание проблем с родителями имеет важное психотерапевтическое значение: так ребенок осознает, что ИНТЕРЕСЕН маме и папе, и в сложной ситуации не будет искать решение в других местах или замыкаться в себе.
 Если ребенок жалуется, чтобы привлечь внимание (ему явно не больно), то задумайтесь об эмоциональном тепле, возможно, что малышу его не хватает. Поэтому научитесь его проявлять не из-за жалости, а в позитивные моменты.

 Жалеть или не жалеть – решать вам. Но если мы хотим счастья своему ребенку, то научимся сочувствовать и поддерживать. Каждый ребенок должен набить собственные шишки, не мешайте ему в этом, а лучше научите вставать и двигаться дальше.