



## Тяжело играть с ребёнком?

**Однажды наша подруга, профессиональный психолог, провела для нас с мужем тренинг на тему «Путь к сознательному родительству». В нём было интересное задание: составить договорённость о правах родителя и ребёнка так, чтобы они соблюдались и не противоречили друг другу.**

Сочиняя свой список, мой муж, назначенный на роль ребёнка, жестоко потребовал не менее десяти минут игры «по детскому сценарию» каждый день. Я, конечно, понимаю всю важность этого пункта, но выполнять его мне тяжело. Дело в том, что наш сын обожает катать транспорт и бесконечно переезжать на нём через «лежачих полицейских». Причём радость ему доставляет сам процесс, и он упорно его повторяет, а я быстро устаю от однообразия и спасаюсь, переключившись на собственные дела.

### **Надо ли играть с ребёнком?**

Есть распространённый стереотип: «играть с детьми нужно». Я постараюсь проанализировать эту установку с целью сознательно включить (или не включить) её в свои отношения с ребёнком.

Конечно, игра развивает, но если взять за основу только это, то выходит, что не принципиально, чтобы с ребёнком играли именно родители. Например, можно переложить задачу на педагогов из детского центра. Но на своём опыте в различных развивающих группах я видела, что детей часто «втискивают» в заготовленную программу, которая по форме похожа на игру. Я не критикую ни детские центры, ни педагогов — везде есть одарённые и искренние люди, а я лишь отмечаю, что если у играющего с ребёнком взрослого возникает искушение «отработать программу», то у них не получится *прожить* и *прочувствовать* момент игры. Программа, безусловно, поможет отработать какой-то важный навык, например, грамотной речи, но она не позволит ребёнку и взрослому настоящему оценить сам процесс, мгновения совместного действия. За отработкой навыков потеряется более ценная способность — умение почувствовать *дыхание оттошений* и жить реальной жизнью вмес-

те, на сто процентов сознательно. А если это дыхание удастся поймать, то не так важно, произойдёт ли это в игре, разговоре или совместном хозяйстве.

### По вдохновению

Моему сыну всего три года, но у нас уже получается вместе готовить. Он режет продукты пластмассовым ножиком, месит тесто, и это действие приносит радость нам обоим. В такие моменты мне легко сосредоточиться на приятном занятии: готовке, рисовании, прогулке — и по возможности включить в него ребёнка. Сложнее, когда интересного процесса нет, а ход игры предлагает сын. Чтобы всё получилось, мне приходится посмотреть на мир его глазами, прожить с ним его желания и задачи, например, закатить все машинки в автосервис. Это требует определённой внутренней работы — сам по себе детский сценарий для меня скучен. Может ли и такая игра пойти по вдохновению? Я вижу решение в том, чтобы наши отношения стали для меня настолько важными, что их ценность перекроет «издержки» занятия.

На мой взгляд, ребёнку полезны оба типа игр — и по взрослому сценарию, и по детскому. И их ценность вытекает не из установки «нужно играть», а из личного выбора: я, мама, играю с ребёнком, потому что он просит, и потому что я хочу сделать для него что-то важное. Не потому что мне нужно его чем-то занять или что-то развить, а потому что так мы сможем качественно побыть вместе.

### Бесплатный тренинг

Вникнув в проблему с машинками, мой муж сказал: «А ты сделай игру в катание интересной для себя. Во что тебе нравится играть?» Тогда я решила нарисовать вместе с сыном карту — к вымышленным землям у меня врожденная симпатия.

На несколько сеансов мне удалось увлечь Максима рисованием дорог и перемещением по ним к какой-то определённой цели: в кемпинг, зоопарк, магазин. Не-

сколько раз получалось интересно. Я, в основном, занималась градостроительством, а Максим — заказом на постройки и перемещением машинок. Потом затея исчерпала новизну, а желание катать осталось. И снова для той же игры нужно было свежее решение. Игра с ребёнком превращается в развитие творческих способностей.

Я знакома со скульптором, с которым очень интересно пройтись по обычной улице: там, где простой прохожий ничего не заметит, он видит смешные особенности построек. В одном и том же квартале он каждый раз находит новые забавные вещи. Так и с игрой в машинки — сюжет один и тот же, но каждый раз в нём найдётся что-то новое.

При этом хорошо, чтобы и ребёнок постепенно научился генерировать разные сценарии, а не ждать предложений от мамы. Эта часть взросления, как я убедилась, не всегда проходит без кризисов. Но маленькой личности, конечно, пригодится способность занять себя самостоятельно.

### От полноты энергии

Иногда приходит вдохновение, и игра получается сама собой. Интересно, что это бывает, когда мне удаётся что-то по работе, в творчестве. Легче уделить себя ребёнку, когда есть ощущение собственной полноценности или успеха, потому что отдать от себя может только наполненный сосуд. Так что маме важно не терять своей личности и постоянно наполняться творческой энергией. Но каждый день такое везение не случается. Откуда найти силы, чтобы уделять ребёнку полноценное внимание? Э. Кюхлер-Росс, женщина-психиатр из США, заметила: «Люди подобны витражам. Они сияют, когда светит солнце, но, когда воцаряется тьма, их истинная красота открывается лишь благодаря свету, идущему изнутри». Звучит, конечно, красиво, но как использовать это на практике? Я думаю, что мой следующий шаг к «включению света» состоит в том, чтобы ещё больше ощутить ценность данного нам с ребёнком совместного времени. И осознание этой ценности будет помогать в игре и любом другом занятии. ●



●  
Казалось бы, игра — источник позитивной энергии. Например, зачем ходят взрослые в бильярд? Чтобы отдохнуть и развеяться. Почему же бывает так тяжело играть с любимым ребёнком? И что мне делать, чтобы игра с ним проходила «на одном дыхании»?