****

**Истина в игре: как и зачем играть с детьми**

Детская игра обладает огромной ценностью для развития. Чем больше играет ребенок, тем выше его способности познавать, раскрываться, внутренне расти и радоваться миру.

Игры окружают нас повсюду; игра – это не только каша в пластмассовом ведерке, игра – это политика и флирт, субкультурные традиции и религиозные ритуалы, театральные постановки и поведение на бизнес-переговорах, футбольные матчи и научные открытия. Играют взрослые, дети и даже животные. Собака, бегущая за мячом, дельфины, выпрыгивающие из воды, медведи в несерьезном спарринге - все демонстрируют игровое поведение. Но лишь в человеческой цивилизации игра имеет настолько универсальное значение, и, может, поэтому медведи с дельфинами до сих пор не строят стадионов.

В XIX веке считалось, что игра – это то, что отличает человека от прочих существ. Современные этологи знают, что и для животных игровое поведение чрезвычайно важно.

Например, играющие горные козы, скачущие по горам, наносят себе вред, так рискуют свалиться с высоты. Однако, выяснили исследователи, эти, казалось бы, глупые козы, которые прыгают по опасному серпантину, в итоге становятся умнее, чем их товарищи, лишенные такой возможности. Играющие козы успешнее приспосабливаются к жизни: оставляют больше здорового потомства и находят себе лучшую пищу.

Психиатр, клинический исследователь Стюарт Браун как-то рассказал об исследованиях, проведенных на мышах. Одну группу грызунов лишили возможности играть, другая развивалась нормально. После того как мышей напугали кошачьим запахом, ученые наблюдали за их реакцией. Сначала обе группы забились в угол, но потом зверьки, которые провели юные годы в играх, отправились осторожно исследовать территорию, обнюхивать углы. Другая группа, в которой были не игривые мыши, так и осталась сидеть в углу. *Вывод ученых заключается в том, что игровое поведение – жизненная необходимость, она помогает приспособиться к любым условиям.*

Пока ваш ребенок носится и, на взгляд дедушки, бессмысленно гудит паровозиком, его мозг изменяется физически. Никакие кубики с буквами не могут дать того эффекта, какой «паровоз с гудком» оказывает на нейросистему человека. Игра стимулирует рост клеток в амигдале – зоне, отвечающей за контроль над эмоциями. (Кстати, считается, что ее нарушения связаны с аутизмом и тревожными состояниями.) Игра влияет на дорсолатеральную зону коры головного мозга, а та отвечает за принятие решений, распределение информации. Нейробиологи готовы поклясться, что «казаки-разбойники», в которых вы гоняли в детстве, оказали существенное влияние на ваши когнитивные способности. Может быть, даже больше, чем уроки арифметики в третьем классе. Кроме того, игра позволяет испытать себя, примерить новый опыт, развить самоконтроль, прожить состояние потока – особое состояние концентрации, которое дарит массу энергии.

Приходит педагог к детям и говорит: «А давайте поиграем!» А дети хором: «Неа, не хотим!» Они не хотят, потому что знают: сейчас учитель будет радостно улыбаться, радостно прыгать, а потом попытается впихнуть в них что-то ненужное. (Может, оно и нужное, но вряд ли – раз его насильно впихивают под видом игры).

**У настоящей игры есть такие признаки:**

* Очевидная бесцельность, процесс ради процесса. Когда взрослый от радости делает колесо несколько раз, а не для того, чтобы показать, как выглядит буква Х сбоку.
* Добровольность. Если кто-то из участников заставляет себя понарошку есть песок, это уже не игра, а истязания.
* Неотъемлемая привлекательность. Игра манит, затягивает, выглядит интригующе, ради нее не жалко пожертвовать и обоями.
* Свобода от времени. Только что сел после завтрака поиграть, а за окном почему-то стемнело.
* Ослабление самосознания. Разгорячился и показываешь беременного удава, совсем забыв, что беременные удавы – не твоя сильная сторона.
* Потенциал для импровизации. О нет, только не это! Беременный удав запел арию.
* Желание продолжать. Несмотря на стук соседей по батарее.

Если наша деятельность не соответствует этим пунктам, нужно задать себе вопрос, а чем мы тут, собственно, занимаемся?

Деление игр по возрасту довольно условно и вовсе не означает, что только одним только образом нужно играть в 2 или 3 года. Например, манипулятивная игра появляется еще во время эмбрионального развития (да, у них есть очень увлекательные штуки вроде пуповины и плодного пузыря) и продолжается до конца жизни, пока пуповина медленно заменяется смартфоном, а потом аппаратом, меряющим давление.

**1. Манипулятивная игра** (с 3–4 мес. эмбрионального развития)

Для ребенка до полутора лет это наиболее важная деятельность – бросить, покатить, спрятать, найти, изменить форму, пошуршать, позвенеть, рассыпать. Эксперименты с летающей овсянкой могут иногда расстраивать взрослых, но они непременно должны присутствовать в жизни малыша. Если человек бросает посуду – нужно дать ему набросаться, насытить свой интерес. А если вы не готовы кричать каждый раз «На счастье!», купите не такие хрупкие тарелки.

**2. Символическая игра** (с 1,5–1,8 г)

Этот вид игры начинается, когда ребенок может дать объекту новые функции: кусок хлеба становится короной, палка – куклой, стул – машиной. Символическое мышление лежит в основе воображения и чувства юмора. Так что, когда вам навстречу едет паровоз из сосисок, отправьте ему наперерез другой паровоз – из вилок. Это создание так называемой мнимой ситуации, в которой воображение работает на полную мощь.

**3. Ролевая игра** (с 2–3 лет)

Здесь уже не предмет, а ребенок примеряет на себя образы: отрабатывает социальные роли, превращается в котенка или динозавра. По тому, какие роли выбирает себе малыш, можно выяснить, каковы его сильные и слабые места. Например, тревожный ребенок выберет агрессивное амплуа: я хватаюсь за гранатомет, потому что не уверен в ситуации вокруг и заранее должен всех напугать.

В литературе описаны случаи, когда сестры в жизни предлагают друг другу: «А давай играть, что мы сестры!» В чем тут фокус: играя, они пытаются воплотить свои идеальные представления о сестрах. Если в жизни ты можешь сестру дергать за ухо, то в игре вы ходите за ручки и гладите друг друга по косам. Родителям будет легко воплотить с ребенком идеальную модель мамы и малыша («Давай поиграем, будто ты моя мама!»), качать его на ручках и целовать в макушку.

Ролевая игра хорошо служит для восприятия новых ситуаций: если семье предстоит путешествие, переезд или приучение к горшку, то перед этими событиями следует несколько раз поиграть в путешествие, переезд или приучение к горшку. Информация будет ребенком усвоена, и он сможет переварить ее в обычной жизни. Ролевая игра будет сопровождать нас всю жизнь, и чем лучше мы наиграемся в нее в детстве, тем лучше мы сможем изображать бодрствующего сотрудника на совещании.

**4. Сюжетно-ролевая игра** (с 3–4 лет)

На этом этапе у играющего не просто есть роль, с ним еще все время что-то происходит: это не просто пират, который машет саблей, – это пират, который сел на корабль, поплыл в море, там на него напали акулы, а еще у корабля сломалась мачта… Сюжетно-ролевая игра эмоционально проживается, в ней очень важно находить свой стиль поведения и развивать событийную канву. Современные дети обычно очень плохо играют в сюжетно-ролевые игры, потому что в 3–4 года мы вдруг начинаем их обучать, вводим плотный график занятий и показываем буквы. Если сходить в игре в магазин и уложить спать кукол ни для кого не проблема, то развить историю с потерей денег в супермаркете может редкий ребенок. Здесь можно посоветовать играть самим, водить туда, где умеют и любят играть, читать литературу, ходить семьей в театры…

**4. Режиссерская игра** (с 4–5 лет)

Это высший пилотаж, такая игра может длиться очень долго – месяцами, в ней много сюжетов, и она принимает разные формы. Сочинять изо дня в день разные истории про затерянный мир, играть все лето с друзьями в Робин-Гуда с домиком на дереве, создавать серию комиксов про бродячий цирк – это все виды режиссерской игры. Умеющий создать и поддержать такую игру ребенок не только развивает мышление и речь, но и завоевывает лидерское положение среди сверстников, которые пока еще не научились играть в военную диктатуру африканского племени «Тубма».

**Игры, пугающие родителей**

Больше всего волнений у взрослых вызывают детские игры, связанные с сексом и смертью. Доктор, которому показывают части тела, обнимающиеся «папа с мамой» – все это заставляет родителей нервничать, и совершенно напрасно. Детский интерес к разнополости, к телу, к отношениям – нормален. Секс есть в нашей жизни, и знания о нем ребенок в любом случае приобретет. Важно решить, берем ли мы на себя эту родительскую функцию – объяснить детям про секс, или мы отодвигаем ее от себя в надежде, что лучше всего малышу об этом расскажут в случайном ролике в интернете. То, что у ребенка появились игры с сексуальным подтекстом, говорит только об одном – пора с ним об этом поговорить. И напротив – спрятанные за семь антресолей книжки «Как меня принес аист» лишь подогреют к запретной теме интерес.

Игры в болезнь, смерть и похороны тоже являются осмыслением тревожащей информации. Если мы напряженно скрываем тот факт, что прадедушка вовсе не уехал в командировку, то ребенка пугает наше молчание больше, чем это сделала бы истина. Единственное, над чем стоит подумать, как именно об этом.

А вот то, что не является игрой и должно настораживать родителей, – это буллинг и компьютерный игры. Буллинг (травля) – это не просто дразнение, это дразнение, превышающее силы ребенка, ситуация, из которой он не может по собственному желанию выйти. Сами по себе дразнилки – штуки полезные. Человеку свойственно поддразнивать окружающих, любимого мужа, лучшую подругу, а у детей вербальная агрессия – это вообще шаг вперед по сравнению с агрессией физической. Ловкий в дразнилках человек может и без кулаков не дать себя в обиду на детской площадке. В отличие от ситуации буллинга, играя просто в дразнилки, дети чувствуют, где граница, за которую выходить не следует, чтобы не ранить другого.

Компьютерная игра – это не игра, потому что пока ребенок сидит перед экраном, с ним самим ничего не происходит, он не узнает нового о себе, не испытывает границы возможностей. Он никак внутренне не меняется.

Настольные игры хороши тем, что обычно именно на них смыкаются интересы детей и родителей, в них легче всего искренне увлечься всей семье. Игровой энтузиазм заразителен. Если в 2 годы мы поддерживаем и анимируем самые элементарные игры, то к пяти-шести годам перед нами окажется человек, способный составить конкуренцию в сложных стратегических играх, вроде «Колонизаторов».

Удивительный факт: 35 минут урока в первом классе ребенку приходится высиживать принудительно, в то время как два часа в той же неудобной позе за столом перед настольной игрой он проводит легко и одновременно сосредоточенно. Это колоссальная тренировка самоконтроля и самодисциплины. Человек добровольно садится за игру, принимает ее правила и по собственному желанию решает сложные вопросы, испытывая при этом не одну только радость, но и огорчения, и досаду.

Речь пойдет о тонких моментах, о которых нужно помнить в процессе игры, чтобы она принесла радость всем участникам.

1. Проигрыш и выигрыш

Здесь родители часто портят всю малину, либо подыгрывая, либо, наоборот, не позволяя ребенку одержать победу. Поддаваться нельзя, в игре должен быть драйв, зато можно установить особые правила, дать фору. «Тебе нужно съесть трех лягушек, а мне - целых шесть». С 4–5-ти лет ребенку важно научиться проигрывать, ведь потом сверстники не будут поддаваться или посыпать голову пеплом, когда что-то пойдет не так. Проигрыш – тоже ценный опыт. И особенно легко переживается, если родитель тоже показывает свою реакцию: искренне расстраивается, продувая, или от души радуется, набирая очки.

2. Соревновательный момент

Этот момент родители часто используют для манипуляций: «А ну-ка, кто быстрее завяжет шнурки и вымоет посуду?!» Психологи не советуют подпитывать лишний раз соревновательность, в жизни и без того достаточно конкуренции и напряжения.

3. Слишком много игрушек

Распространенная проблема, которую довольно трудно понять родителям. Игрушки, которые занимают три шкафа, – это игрушки, которые ребенок не может подчинить себе. Они как будто его победили. А ведь ребенок должен быть властелином своих владений. Но его игровой энергии не хватает на покорение Сибири и Дальнего востока. Проблема легко решается сокращением рядов роботов и тракторов.

4. Скрытые цели

Если под видом игры в моряков вы пытаетесь обучить дочку азбуке Морзе, в этом нет ничего плохого, но следует себе честно признаться, что вы сейчас не играете, а занимаетесь обучением. Игрой легко обмануть малышей, но главное не обманывать себя: мы не играем в змею, а надеваем человеку колготки без истерики.

5. Недостаток мотивации у кого-то из игроков

Мама, которая, зевая, спрашивает, можно ли бледнолицым во время битвы мыть посуду, – очень тоскливое зрелище. Мама, которая сказала, что играть – очень здорово и интересно, а потом убегает из темницы, чтобы ответить на телефонный звонок, очевидно, лукавит. Если вам так невыносимо качаться на лианах, позовите кого-то из друзей, кто может научить ваших детей играть в покер и будет при этом искренен и азартен.