

 [instagram.com/publikpraktikum](https://www.instagram.com/publikpraktikum)

 facebook.com/publikpraktikum

www.publikpraktikum.rs

NASLOV ORIGINALA:

LAWRENCE J. COHEN, Ph.D.

Playful Parenting: An Exciting New Approach to Raising Children
That Will Help You Nurture Close Connections, Solve Behavior Problems,
and Encourage Confidence

Copyright © 2001 by Lawrence J. Cohen, Ph. D.

This translation published by arrangement with Ballantine Books, an imprint of
Random House, a division of Penguin Random House LLC.

Za izdavanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2020

ZA IZDAVAČA:

Marko Sabovljević

UREDNIK:

Marina Sabovljević

PREVODILAC:

Jelena Radojičić

LEKTURA:

Maja Banjac Kesić

KOREKTURA:

Nataša Ninković

DIZAJN KORICE:

Siniša Subotić

ŠTAMPA

Alpha print, Zemun

TIRAŽ:

1000

IZDAVAČ:

Publik praktikum

Dobrovoljačka 10/I, Zemun

office@publikpraktikum.rs

011/4202 544; 011/4202 545

Sva prava zadržana. Nijedan deo ove knjige ne sme se kopirati ni prenositi u bilo kom obliku ili bilo kojim sredstvima, elektronskim ili mehaničkim, uključujući fotokopiranje, snimanje ili bilo koji sistem za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pismenog odobrenja izdavača.

Razigrano roditeljstvo

LORENS DŽ. KOEN



SADRŽAJ

POGLAVLJE 1

ZAŠTO JE DOBRO DA BUDETE RAZIGRANI RODITELJ	9
ZAŠTO SE DECA IGRAJU	12
NEGUJMO BLISKOST, A NE IZOLACIJU	15
NEGUJMO SAMOPOUZDANJE, A NE NEMOĆ	17
NEGUJMO EMOCIONALNI OPORAVAK, A NE BOL	19
KAKO DA POSTANETE RAZIGRANI RODITELJ	22

POGLAVLJE 2

PRIDRUŽITE SE DECI U NJIHOVOM SVETU	25
POVRATAK U SVET KOJI NAM JE BIO POZNAT	26
RUKA POMOĆI	27
KADA SE DECA TEŠKO POVEZUJU S VRŠNJACIMA ILI ODRASLIMA	28
KADA NE USPEVAJU DA SE IGRAJU SLOBODNO I SPONTANO	28
KADA DOŽIVLJAVAJU ODREĐENE PROMENE	29
KADA SU DECA U OPASNOSTI	30
ZAŠTO JE VAŽNO DA SE SPUSTIMO NA POD	31
ZAŠTO SE ODRASLI TEŠKO IGRAJU	33
PRE BIH REKAO – OTAC	35
POSEBAN OSVRT NA SVE KOJI NISU RODITELJI	38
USKLADITE SE S DETETOM	39

POGLAVLJE 3

USPOSTAVITE VEZU	44
POVEZIVANJE, ODVAJANJE I PONOVRNO POVEZIVANJE	44
PUNJENJE ČAŠE: POVEZANOST I POTREBA ZA PONOVRNIM POVEZIVANJEM	46
IGROM DO POVEZANOSTI	49
KAD NESTANE BLAŽENSTVO DUBOKOG POGLEDA	50
POVEZANOST SE NALAZI SVUDA: PIŠTOLJ LJUBAVI	52
OTKLJUČAVANJE KULE IZOLACIJE	54
KO TE TO DRŽI? PRELAZAK S POVRŠNE NA DUBOKU POVEZANOST	57

POGLAVLJE 4	
JACAJTE DECI SAMOPUZDANJE	60
MOĆ I NEMOĆ	61
ISPITIVANJE MOĆI: IGRAJTE SE USRANKA	64
PRIPREMITE DETE ZA ŽIVOT	66
UČUTKAJTE KRITIČARA U SEBI	70
OPORAVAK NAKON GUBITKA SAMOPOUZDANJA	72
POGLAVLJE 5	
PRATITE KIKOTANJE	75
ZAJEDNIČKI SMEH	78
OTKLJUČAVANJE KULE NEMOĆI	80
RAZVEDRITE SITUACIJU	82
ISKUPITE SE I PRAVITE SE GLUPI	83
ODREKNITE SE DOSTOJANSTVA DA BISTE DOŠLI DO DETETA	84
IGRAČKA–PLAČKA: KADA SE LOŠE OSEĆAMO NAKON DOBRE IGRE	86
POGLAVLJE 6	
NAUČITE SE GRUBOJ IGRI	90
LARIJEVA PRAVILA RVANJA	91
RAZIGRANO RVANJE ZA POČETNIKE	98
AGRESIVNOST	100
ZAŠTO JE FIZIČKI AKTIVNA IGRA KORISNA	103
POGLAVLJE 7	
ISKRIVITE STVARNOST: ZAMENITE ULOGE	107
PROMENJENE ULOGE	108
OD TRAGEDIJE DO KOMEDIJE	108
OSLOBAĐANJE OD STRAHOVA KROZ PRIČU	111
KADA JE NEOPHODNO, BUDITE I GLUMAC I REŽISER	113
IGRE ZAMIŠLJANJA	117
NEKA VAM SCENARIO BUDE ORIGINALAN	120
POGLAVLJE 8	
OSNAŽITE DEVOJČICE I POVEŽITE SE S DEČACIMA	124
ZAŠTO SE IGRAM BARBIKAMA (I AKCIONIM FIGURICAMA), IAKO IH NE PODNOSIM	128
POVEŽITE SE I SA DEČACIMA I SA DEVOJČICAMA	131
DEČACI, DEVOJČICE I NEMOĆ	134
DEČACI I OSEĆANJA	135
DEČACI I DEVOJČICE U ZAJEDNIČKOJ IGRI	138

POGLAVLJE 9	
PUSTITE DETE DA VAS VODI	141
JEDNOSTAVNO PRISTANITE	143
RADITE SVE ŠTO DETE ŽELI DA RADI	147
PAZITE NA BEZBEDNOST (ALI NE PRETERUJTE S BRIGOM)	148
ODREDITE VREME ZA IGRU	149
DAJTE SEBI VREMENA DA SE OPORAVITE	154
PUSTITE DECU DA VAS VODE KROZ IGRU	156
POGLAVLJE 10	
PREUZMITE KONTROLU (KADA JE NEOPHODNO)	158
NEŽNO POKRENITE DETE	158
INSISTIRAJTE NA POVEZANOSTI	160
IZAZOV	164
UVEDITE VAŽNE TEME	165
NEK BUDE ZABAVNO	168
KADA MI PREDVODIMO	169
POGLAVLJE 11	
NAUČITE DA VOLITE IGRE KOJE NE PODNOSITE/KAKO DA ZAVOLITE IGRE KOJE NE PODNOSITE	175
ZAVISNOST („NE MOGU!“) I NEZAVISNOST („RADIJE BIH TO SAMA!“)	176
AGRESIVNOST	182
SEKSUALNA OSEĆANJA I IZRAŽAVANJE	186
PODSTAKNITE PONAŠANJE KOJE NE PODNOSITE	189
POGLAVLJE 12	
PRIHVATAJTE SNAŽNA OSEĆANJA (I NJIHOVA I SVOJA)	192
ZADRŽAVANJE OSEĆANJA I OSLOBAĐANJE OD NJIH	193
PAUZA ZA OSEĆANJA	195
POTISNUTA OSEĆANJA ODRASLIH	196
KAKO DA IZAĐETE NA KRAJ S TANTRUMIMA I FRUSTRACIJAMA	198
KAKO DA IZAĐETE NA KRAJ S IZLIVIMA BESA	202
KAKO DA IZAĐETE NA KRAJ SA STRAHOM I ANKSIOZNOŠĆU	204
KAKO DA IZAĐETE NA KRAJ S DEČJIM SUZAMA	205
KAKO DA ZAUSTAVITE PRENEMAGANJE	208
DOŽIVLJAJ VELIKOG PLAČA	210
PODSTAKNITE EMOCIONALNU PISMENOST KROZ IGRU	210

POGLAVLJE 13	
PONOVO PROMISLITE O NAČINU VASPITANJA	213
SMIRITE SE	213
POVEŽITE SE	215
ODABERITE „SASTANAK NA KAUČU”	
UMESTO „TAJM-AUTA”	215
IGRAJTE SE!	218
UČITE DETE DA PROSUĐUJE	221
GLEDAJTE ISPOD POVRŠINE, U TO KAKO SE	
DETE OSEĆA I ŠTA MU JE POTREBNO	223
SPREČITE UMESTO DA KAŽNJAVATE	224
UPOZNAJTE SVOJE DETE	225
POSTAVLJAJTE JASNE GRANICE	227
NEOČEKIVANI JUNAK	230
POGLAVLJE 14	
IGROM POBEDITE RIVALSTVO MEĐU BRAĆOM I SESTRAMA	232
KAKO SE IGRATI S VIŠE DECE	232
SVA DECA OSEĆAJU RIVALSTVO	
(ČAK I AKO NEMAJU BRAĆU ILI SESTRE)	236
BRAĆA, SESTRE I DOPUNJAVANJE PRAZNE ČAŠE	238
SKRIVENA MOĆ MLAĐE BRAĆE I DRUGE MISTERIJE	
PORODIČNIH ODNOSA	246
RAZIGRANO RODITELJSTVO S BRAĆOM I SESTRAMA	248
POGLAVLJE 15	
NAPUNITE SOPSTVENE BATERIJE	251
KAD DOĐE RED NA NAS	251
KAKO DA NAPUNIMO SVOJU ČAŠU	252
POMAGANJE DRUGIM RODITELJIMA	255
KADA SU ODRASLI ZAKLJUČANI U KULAMA	
NEMOĆI I IZOLACIJE	258
POSTANITE SJAJAN DRUGAR U IGRI	262
RAZIGRANA RODITELJSKA ZAJEDNICA	266
O AUTORU	269

ZAŠTO JE DOBRO DA BUDETE RAZIGRANI RODITELJ

Suština života je u igri.

Pomislite na bebu koja vas gleda pogledom punim ljubavi, na malo dete koje vas grli bez ustezanja, na bliskost koju osećate dok čitate priču za laku noć, ili dok se bez reči šetate držeći se za ruke. Svi napori koje kao roditelji ulažemo isplate se zbog ovih trenutaka najdublje povezanosti s decom, koja nam, ipak, prečesto izmiče. Do besvesti se natežemo umesto da uživamo u bliskosti, a svi znamo gde to vodi: beba neutešno plače, malo dete ima tantrume, dete koje ide u treći razred besni zbog toga što je vreme za spavanje, a dvanaestogodišnja devojčica se, razočarana, zatvara u svoju sobu.

Umesto prirodne razdraganosti i radoznalosti, kod neke dece javljaju se bes i potreba za svađom, ili se povlače i kriju iza *gejm-boja* i zaključnih vrata. U međuvremenu, duboku roditeljsku ljubav zamenile su tuga i ozlojeđenost, pa čak i bes. Zvocomo i kažnjavamo, ili kažemo: „Dobro, ostani u svojoj sobi.” Vičemo kada nam ne preostane ništa drugo, ili jednostavno iz navike. Sve ovo činimo jer se osećamo bespomoćno, odbačeno i odsečeno. Želimo ponovo da se povežemo, baš kao i naša deca, ali ne znamo kako. Još ih volimo, ali skoro da smo zaboravili kako smo se topili od njihovog pogleda kada su bili bebe. Ako se i sećamo, to sećanje sa sobom nosi i gorčinu, kao da je ta bliskost zauvek izgubljena.

Možda je igra – zajedno s razigranim roditeljstvom – onaj preko potrebni most, kojim će se roditelji ponovo emocionalno povezati s decom. Igra, koja podrazumeva razdraganost i zajedničko zadovoljstvo, može da vas oslobodi stresa koji roditeljstvo nosi sa sobom. Razigrano roditeljstvo je način da zakoračite u svet svog deteta, pod njegovim uslovima, kako biste bili povezani i bliski, i stekli poverenje jedno u drugo. Kada je u njihovom svetu sve u redu, igra pomaže u širenju dečje radosti, zabave, kreativnosti i saradnje. Pored toga, igra je način na koji deca stvaraju i istražuju sopstveni svet,

u kom nova iskustva dobijaju smisao, i u kom se oporavljaju kada ih nešto uznemiri. Međutim, odraslima nije uvek lako da se igraju, jer smo toliko toga zaboravili. Naravno, često izgleda kao da deca i odrasli žive u potpuno različitim svetovima, čak i kada su pod istim krovom. Ono što je jednima zabavno, drugima je dosadno ili čudno: kako može da provede čitavo popodne oblačeći barbike! Kako mogu čitavo veče tako samo da sede i pričaju?

Biti roditelj i igrati se možda zvuči nespojivo, ali ponekad nam je potrebna mala pomoć da bismo razumeli jedni druge i zabavili se zajedno. Jednom, kada sam bio na nekom koncertu na otvorenom, dok sam sa strane plesao sa svojom devetogodišnjom ćerkom, na podijum je došla jedna žena sa svojim sinom. Ona je napravila nekoliko plesnih pokreta, ali on je samo stajao, s prekrštenim rukama – postideo se sada kada se našao na podijumu za igru. Imao je otprilike šest ili sedam godina. Majka, koja je počinjala da se ljuti, rekla je: „Dovukao si me ovamo, a sada nećeš da plešeš?” Na to je on još jače stisnuo ruke, i bukvalno se ukopao u mestu. Pomislio sam: *Svi znamo gde ovo vodi*. Rekao sam: „A, ne, ovo je nov način plesa”, i prekrstio ruke baš kao i on, široko mu se osmehnuvši. Uzvratio mi je osmehom i promenio položaj ruku, a ja sam učinio isto što i on. Mama je odmah prihvatila igru i počela da oponaša njegove pokrete. Svi smo se smejali. On je počeo da podiže i spušta ramena u ritmu muzike, a mama mu je rekla: „Pa ti plešeš!” Onda je počeo da pleše i sjajno se proveo. Svi smo se sjajno proveli (uključujući i moju ćerku, koja je strpljivo sačekala da obavim „ono s razigranim roditeljstvom”, a onda ponovo zahtevala da joj posvetim punu pažnju). Mala razigranost je sve promenila.

Ova kratka epizoda pokazuje da roditelj može biti razigran bilo kad i bilo gde, a ne samo u vreme određeno za igru. Razigrano roditeljstvo počinje igrom, ali podrazumeva mnogo više od toga – od smirivanja uplakane bebe do izlaska u tržni centar; od učešća u igri jastucima do skidanja pomoćnih točkića s bicikla; od postavljanja pravila do izlaska na kraj s emocionalnim ispadom nakon povrede na igralištu; od spremanja za školu do razgovora o dečjim željama i strahovima pred spavanje. Nažalost, ove jednostavne zajedničke radnje ponekad nam deluju nedostižno i komplikovano, a mogu da se završe ljutnjom.

Činjenica je da u životu odraslih ljudi nema mnogo mesta za igru i zabavu. Dani su nam ispunjeni stresom, obavezama i napornim radom. Ponekad smo ukočeni i umorni, i teško nam je da sednemo na pod i igramo se s decom – posebno kada to treba da radite nakon

što ste proveli naporan dan na poslu ili obavljajući kućne poslove. Možda rado pristajemo na ono što od nas traže – kao ona mama na koncertu – ali se onda iznerviramo kada se ne igraju onako kako očekujemo ili kada previše traže od nas.

Neki od nas ne uspevaju da ostave takmičarski duh i potrebu da sve drže pod kontrolom po strani. To nam dosadi, postajemo razdražljivi i gubimo živce; ne znamo da podnesemo poraz; razmišljamo o tome kako da naučimo dete da pravilno baca loptu, a ono samo želi da se dobacuje. Žalimo se na to da *decu* pažnja ne drži dugo, a koliko dugo *mi* možemo da sedimo igrajući se klikerima i barbikama, *Monopola* ili društvenih igara, dok nam ne dosadi ili nam nešto odvuče pažnju, ili nas obuzme osećaj da je važnije da završimo neki posao ili spremimo večeru?

Dok je moja ćerka još išla u vrtić, smislila je sjajnu igru koja mi je pomogla da budem razigran umesto da vičem na nju da požuri i spremi se. Jednog jutra sišla je niz stepenice, sakrila se iza vrata i šapnula mi: „Pretvaraj se da sam još gore i da ćemo stvarno zakasniti i da si mnogo ljut.“ Onda sam ja povikao prema stepenicama: „Kasnimo, i *mnogo* sam ljut!“ a zatim sam počeo da uzdišem i šetkam se ukrug lupajući nogama. U međuvremenu, ona je bila iza vrata i kikotala se, pokrivši usta rukama. Rekao sam: „Bolje bi ti bilo da siđeš, ili idem bez tebe. *Sam* ću otići u tvoj vrtić!“ Počela je glasno da se smeje, pa sam se pretvarao da je ne čujem. Pustivši je da se iskrade ispred mene, napravio sam pravu predstavu izašavši iz kuće bez nje, kao da ne primećujem da je ona tu. Ušla je u auto, a ja sam se pretvarao da naglas pričam sam sa sobom: „Baš sam ljut. Vaspitačice će pitati, 'Gde je Ema?' a ja ću reći, 'Nije bila spremna pa sam krenuo bez nje.'“ Ona se kikotala i kikotala, pokušavajući da prikrije kako je u stvari tu. Ona je zbog *mene* spremanje za vrtić učinila zabavnim! Pretvaranje je pomoglo meni da se ne ljutim stvarno, a igra je pomogla njoj da se spremi brže nego što bi se spremila da sam vikao!

- ZAŠTO SE DECA IGRAJU -

Neka deca vode, a druga ih slede; neka vole igre u kojima se mašta, dok drugu privlače igre loptom. Međutim, praktično svako dete ima nagon za igrom koji se pojavljuje neposredno po rođenju, i potpuno je razvijen kada dete napuni dve ili tri godine. Deca mogu da se igraju bilo kad i bilo gde, igra je paralelni svet mašte i zamišljanja u koji deca ulaze kad god poželeva. Za odrasle, igra predstavlja nešto što se radi u slobodno vreme, dok je za decu igra više poput njihovog posla. Za razliku od većine odraslih, deca svoj posao obično vole i retko im je potreban slobodan dan. Igra za decu predstavlja i osnovni način komunikacije, ispitivanja i učenja.

Kada vidimo dete koje ne može ili neće da se igra, istog trenutka znamo da je emocionalno veoma uznemireno, poput odrasle osobe koja nije u stanju da radi ili ne želi da priča. Ozbiljno zlostavljana i zanemarena deca često moraju najpre da nauče kako da se igraju da bi im terapija igrom pomogla. Zašto dečju radnu snagu doživljavamo kao nešto tako strašno? Zbog toga što ta deca rastu bez detinjstva i bez igre. Još je gore kada ih odrasli izrabljuju kako bi imali više slobodnog vremena, kao što je opisano u poemi koju je Sara Norklif Klegorn napisala u devetnaestom veku:

Teren za golf je tako blizu mlina

Teren za golf je tako blizu mlina

Samo, znate, zbog toga

Vrednu decu da obuzme milina

Gledajuć' igru odrasloga.

Mnogi stručnjaci opisuju igru kao mesto – mesto čarolije i mašte, mesto na kom je dete u potpunosti ono što jeste. Kao što je psihološkinja Virdžinija Ekslin napisala o deci predškolskog uzrasta: „Oni sebi mogu da naprave planinu, bez problema se popnu na vrh i poviču tako da ih ceo svet čuje: 'Mogu da napravim planinu, i da je srušim. Ovde sam, veliki sam!'” Na trećem rođendanu svoje ćerke doživeo sam nešto što me je podsetilo na samu suštinu igre. Osmislilo sam različite igre za igru u parku preko puta kuće i, naravno, pošto sam psiholog, objašnjavao sam deci složena pravila ovih igara, a ona su stajala oko mene i gledala me kao da sam vanzemaljac. Nisam znao šta da radim. Deca su bila suviše razigrana da bi se vratila u kuću, a nisu bila zainteresovana za moje igre. Umešala se moja žena, rekavši: „Hajde sad svi da otrčite do kraja parka i nazad!” Svi su razdragano pojurili kroz park, cičeći i smejući se, a onda su

dotrčali natrag i bacili se na zemlju, zadihano se kikoćući. Pogledali su u mene, a onda je jedan dečak progovorio: „To je bilo super, je l' smemo opet?” Tada sam shvatio.

Ipak, ne mogu baš da prestanem da govorim o ozbiljnoj strani igre. Igra je nešto zabavno, ali istovremeno je nešto smisleno i složeno. Što je neka životinja inteligentnija, više se igra. Za razliku od puževa i drveća, ljudska bića spoznaju svet i sebe, otkrivajući ga i vežbajući. Nešto od svega učimo automatski, samim tim što smo živi, ali velikim delom to se događa kroz igru. Naše detinjstvo je sve duže, što znači da je sve duže i vreme koje imamo za igru. Igra je važna, ne samo zbog toga što se deca toliko igraju već i zbog toga što svaka, čak i najobičnija igra ima mnogo slojeva značenja.

Pogledajmo naizgled jednostavnu igru kao što je dobacivanje – dete i roditelj se dobacuju lopticom za bejzbol. Poput vode iz ribnjaka kada je posmatramo pod mikroskopom, ako pobliže pogledamo igru dobacivanja, otkrićemo da se pred nama odigrava mnogo toga. Dete uvežbava koordinaciju oko–ruka i krupnu motoriku; dete i roditelj uživaju u posebnom, zajedničkom trenutku; dete uvežbava novu veštinu sve dok je ne savlada, a zatim uživa hvaleći se; zvuk loptice koja ide tamo-amo predstavlja most koji održava duboku povezanost između odrasle osobe i dece; a komentari kao što su „dobar pokušaj” i „bravo” pomažu da se izgrade samopouzdanje i poverenje.

Međutim, ova jednostavna igra može u sebi da krije bujicu osećanja. Jedan otac koji je dolazio kod mene na terapiju pričao je o tome kako mu je, dok su se dobacivali, sin bacao loptu sve brže i jače. Po tome koliko jako je bacao loptu, osetio je koliko mu je sin ljut i besan. Zajedno smo došli do zaključka da ga sin zapravo pita: „Možeš li da uhvatiš ovo što ti bacam? Možeš li da podneseš moja osećanja? Hoćeš li me čuvati od mojih nagona i moje ljutnje?” Drugi otac mi je pričao kako njegov sin voli dobacivanje, ali kada ne uspe da uhvati loptu, dečak brizne u plač i doživi tantrum, govoreći: „Rekao sam ti da bacaš niže – uopšte me ne slušaš!” U ovom slučaju, dete je izgleda koristilo igru kao način da se oslobodi nagomilanih bolnih osećanja koja nisu imala nikakve veze s bejzbolom.

Dobacivanje, kao i bilo koja druga igra s detetom, ne sadrži uvek sve ove slojeve značenja. Ipak, u svakoj igri se kriju dublja značenja nego što obično mislimo. Prvo, igra je način isprobavanja uloga i veština odraslih, baš kao mladunci lava koji se međusobno rvu. Naša deca se igraju grubo, a zatim imitiraju odrasle. Kako otkrivaju svet i otkrivaju šta sve mogu u tom svetu, deca razvijaju samopouzdanje i različite veštine.

Igra je takođe način da održimo bliskost, a još važnije, način da se ponovo povežemo ako smo se udaljili. Šimpanze golicaju dlanove jedne drugima, posebno nakon svađe. Dakle, druga svrha igre služi našoj neverovatnoj – gotovo bezgraničnoj – potrebi za povezivanjem, nežnošću i bliskošću.

Treća svrha igre, koja je verovatno svojstvena samo ljudima, jeste da pomogne deci da prevaziđu emocionalni bol. Zamislite dete koje je u školi doživelo nešto što ga je povredilo. Ono se vraća kući i na ovaj ili onaj način vam pokazuje da je povređeno. Priča o tome, ili je razdražljivo i drsko. Zaključava se u svoju sobu ili traži dodatnu pažnju. Međutim, najčešće spontano započinje igru, koja će mu pomoći da prevaziđe problem. Možda se igra škole, ali je sada *ono* nastavnik. Možda igra video-igricu i neko vreme uništava neprijatelje iz svemira. Ili pozove drugaricu i razgovara o događaju – to starija deca i odrasli često rade umesto igre. Pretvaranjem ili prepričavanjem događaja, ponovo se postavlja doživljena scena, samo je ovoga puta dete glavno. Kada sve ponovo odigra, dolazi do emocionalnog isceljenja. Beg u knjigu ili grublja igra tenisa takođe pomažu da se ružan događaj prevaziđe.

Jedna devojčica koju znam, koja je imala mnogo poteškoća u čitanju, uvek bi, po povratku iz škole, radila nešto u čemu je bila zaista dobra, a to je bilo crtanje. Pre večere bi pokazala roditeljima šta je nacrtala. U jednom prijatnom trenutku ona bi se ponovo povezala s njima, ponovo bi se osetila sposobnom, i oporavila bi se od osećaja ljutnje i poniženosti zbog neuspeha u školi.

Pre nego što se upustimo u detaljnu analizu dubljih značenja igre, ponoviću da je igra *nešto zabavno*. U vremenu koje provodite s decom treba da uživate. Vaspitačica moje ćerke rekla mi je da se deca u vrtiću smeju u proseku trista puta na dan. Šta bi bilo kada bismo se svi tako smejali? Zabavljajmo se više: pevajmo šaljive pesmice, preturajmo se, preterujmo, gađajmo se jastucima, pričajmo viceve. Ako se osećate isfrustrirano jer morate po dvanaest puta da podsetite dete da spakuje užinu ili iznese smeće, pokušajte da mu sledeći put otpevate zahtev glumeći operu, umesto da mu zovocate kao inače. Ako ništa, privući ćete njegovu pažnju.

Međutim, kao što ćemo videti, razigrano roditeljstvo je više od neke igre. Možemo deci da se obraćamo razigrano, ili na duboko emocionalnom nivou, bez obzira na to da li obavljamo kućne poslove, bavimo se sportom, završavamo domaći zadatak, izlazimo, gledamo televiziju, mazimo se ili ih čak vaspitavamo.

- NEGUJMO BLISKOST, A NE IZOLACIJU -

Roditelji i bebe koriste igru kao način povezivanja od prvih pogleda punih ljubavi koje razmene među sobom. Svaka zajednička igra približava ljude, ali u nekim igrama se upravo i radi o povezivanju. Igre poput gde-je-mama, žmurke i šuge pomažu da dete stekne pojam blizine i udaljavanja. Radio sam s jednom porodicom čiji je sin izmislio divnu igru povezivanja. Rekao bi roditeljima da sednu na kauč, a onda bi potrčao prema njima i bacio se između njih. Oni bi se onda posvađali oko toga ko će ga prvi zgrabiti, i onda bi se svi kotali dok se njih dvoje otimaju oko njega. Igra je jedan od najboljih načina za razvijanje bliskosti koji postoje. Mislim da zbog toga deca školskog uzrasta igru definišu kao „nešto što se radi s drugarima”.

Kada je moja ćerka, u uzrastu od pet godina, volela igre pretvaranja, ponekad bi mi, kad počnem da gubim strpljenje s njom, rekla: „Hajde da se pretvaramo da si ti tata, a ja ćerka i da si ti ljut na mene.” Pomislio bih u sebi: *Pa, neće mi biti teško da se pretvaram*, ali uskoro se više ne bismo raspravljali, već bismo se smejali. Mislio sam da je veoma pametno to što nerazumevanje igrom pretvara u nešto što nas spaja. Onda sam pročitao jedan rad o tome kako šimpanze koriste igru pretvaranja i zadivio se još više.

Šimpanze, a posebno odrasli mužjaci, mnogo se svađaju među sobom, ali su i stručnjaci za pomirenja. Vole da se iskupljuju. Kada dve šimpanze ne uspevaju da se pomire posle svađe, ponekad se jedna od njih pretvara da je pronašla nešto zanimljivo u travi. Počće da viče i galami, a sve ostale šimpanze će dojuriti da vide šta je ova našla. Pošto tu, u stvari, nema ničega, jedna po jedna će odlaziti, dok ne odu sve sem one s kojom je ova bila u svađi. Dva nekadašnja suparnika će nastaviti uzbuđeno da skakuću iznad zamišljenog predmeta u travi. Na kraju će se smiriti i početi da trebe jedna drugu, a to je kod šimpanzi znak da su ponovo prijatelji.

Ako to čine šimpanze i petogodišnjaci, možemo se složiti da je shvatanje igre kao načina ponovnog povezivanja prilično osnovna ideja. Ipak, ponekad se deca ne povezuju, ponovo ili prvi put, tako lako. Ponekad se osećaju tako usamljeno da se povlače u ćošak, ili izlaze agresivno mašući obema rukama, i mogu da budu dosadni, drski i stvarno naporni dok očajnički pokušavaju da nam pokažu da im je potrebno više bliskosti. Ove situacije pokazuju da je potrebno da odvojimo više vremena za igru, a ne da kažnjavamo dete ili da ga ostavljamo samog.

Kada su deca usamljena, deluju povučeno i tužno, a ponekad su i hiperaktivna, ne uspevaju da zadrže pažnju, mirno sede ili da se

smire. U svakom slučaju, ona se *ne* osećaju slobodno kao deca koja uspevaju da se povežu.

- Usamljeno dete govori: „Dosadno mi je.”
- Dvanaestogodišnjak uzdiše: „Niko me ne voli.”
- Roditelji govore: „Ne znam šta moja trogodišnja devojčica hoće; ponekad deluje tako tužno, a neće da mi kaže u čemu je stvar.”
- Pokušavate da nagovorite ćerku da pozove drugaricu telefonom, a ona poviče: „Ne mogu da je zovem! Šta ako nije kod kuće?”
- Osmogodišnji dečak se na igralištu uvek drži po strani, čak i kada dobro poznaje drugu decu. On kaže: „Jednostavno ne volim da igram fudbal.”

Roditelji na ovu usamljenost kod dece reaguju ljutnjom ili brigom. Ponekad se hvatamo za ponašanje koje nas ljuti, a ne vidimo da se ispod toga krije bol, ili jasno vidimo bol, a osećamo se bespomoćnim da im pomognemo. Ovi trenuci su teški svim roditeljima. Ono što nam je potrebno jesu ključevi koji će otključati vrata koja vode u tu izolovanu tvrđavu, kako bismo pomogli detetu da ponovo oseti slobodu igre. Razigrano roditeljstvo nam pruža te ključeve.

Dok sam pisao ovo poglavlje, jedna majka sa kojom sam radio me je pozvala da mi ispriča kako se, pomoću principa razigranog roditeljstva, ponovo povezala sa svojim sinom. Njen trogodišnji sin Dejvid bio je zlovoljan otkako su mu se roditelji vratili s produženog vikenda na koji su otišli bez njega.

„Dejvid je postao zaista zahtevan i kmezav”, rekla je. „Kad god bih pokušala da izađem iz kuće, pa čak i iz sobe, on bi se čvrsto uhvatio za mene. Juče sam, kao i svake nedelje, krenula na partiju tenisa s prijateljicom. Ne radim druge vežbe, i to mi je najdragocnije vreme koje svake nedelje odvajam za sebe. Čim je Dejvid video da sam krenula ka vratima s reketom u ruci, zgrabio me je za nogu i zavapio da ne idem. Pokušala sam da mu objasnim da 'i mama mora da se druži', ali se uhvatio još čvršće. Videla sam da će to eskalirati u veliku borbu za moć, a nisam imala srca da ga odlepim od sebe i pružim ga bebisiterki.

Onda sam se setila onoga o čemu smo pričali. Umesto da pobegnem od Dejvida, uzela sam ga u naručje i odnela do kauča. 'Dobro', rekla sam veselo, 'neću da idem na tenis. Ostaću ovde s tobom i odremati. Baaaaš sam umorna. Kako udoban jastuk.' Zevnula sam i legla preko njega, pretvarajući se da glasno hrčem. Počeo je da se smeje, stavivši mi ruku preko usta kako bi me ućutkao. Pretvarala sam se da sam se probudila i pogledala oko sebe, govoreći: 'Gde je

Dejvid? Ovaj jastuk se baš migolji!' Onda sam se opet malo pretvarala da spavam, a da mi je on jastuk, i ponovo sam zahrkala.

Nakon što se još nekoliko minuta kikotao, Dejvid me je odgurnuo i rekao: 'Hajde, idi – kasniš na druženje.' Zaista smo se lepo zagrlili na vratima, a on je uspeo da izdrži bez mene. Kad sam se vratila kući, nacrtao me je kako igram tenis ogromnim reketom."

– NEGUJMO SAMOPOUZDANJE, A NE NEMOĆ –

Šta pomislite kada čujete izraz „igramo se doktora"? Većinu ljudi ovaj izraz asocira na tajno dečje istraživanje seksualnosti: „Pokaži mi svoje, a ja ću tebi moje." Ova igra doktora pokazuje kako deca koriste igru da bi istražila sopstveno telo. Iako odrasli teško podnose igru doktora i druge vrste ispoljavanja seksualne radoznalosti, ovo je zaista samo jedan vid imitacije odraslih. Na kraju krajeva, odrasli imaju različite uloge, a svaka od njih zanima decu. Kroz igru, ona vežbaju kuvanje, čišćenje, odlazak na posao, svađu, negu bebe – sve što su videla da odrasli rade. Kroz ovu igru – koju ponavljaju nebrojeno puta – ona stižu sve više samopouzdanja.

Mala deca se igraju i kako bi spoznavala svet. Zašto mi nismo zadivljeni kada mala devojčica po stoti put baca hranu sedeći u hranilici? Zato što mi već znamo za gravitaciju (i zato što moramo to da počistimo). Međutim, ona je krajnje zadivljena, jer joj je sve u ovom univerzumu novo i zanimljivo i čeka da ga ona otkrije kroz igru – čak i smešne grimase koje pravimo, kao i zvuci koje ispuštamo pokušavajući da je sprečimo.

Već sam rekao da nešto starija deca definišu igru kao nešto što rade s drugarima. Međutim, mala deca i predškolci smatraju da je igra kada rade šta god poželeva. Ova samoopredeljenost spada u aspekt moći u igri. Moja nećaka Bejli, kada je imala oko šest meseci, imala je zvečku u obliku grozda, koju je obožavala da protresa. Roditelji su je zvali gospodarica grožđa. Kada sami birate šta ćete raditi, veća je verovatnoća da ćete se tome i posvetiti.

Kada je moja ćerka krenula u predškolsko, prošli smo kroz fazu u kojoj nije htela sama da se obuče. Mislila je da sam zao jer odbijam da je obučem ili da joj pomazem kao što sam joj pomagao dok je išla u vrtić. S druge strane, ja sam mislio da je ona teška i da ne želi da sarađuje, jer sam znao da zna to sama da uradi. Umesto da mi kaže da je usamljena, ona je ponavljala da *ne može* sama da se obuče. Gubio sam živce zbog toga što se ponaša kao da je bespomoćna, i ništa ne može sama. Gubio sam živce i zbog toga što sam ujutru imao pametnija posla.

Trebalo mi je previše vremena da shvatim da zanovetanjem nikada neću ništa postići. Konačno, više zbog toga što sam bio očajan, nego zbog toga što sam bio pametan, uzeo sam dve njene lutke i napravio se da jedna od njih kaže (nevaljalim glasom): „Oh, ona ne može sama da se obuče; ona ne zna sama da se obuče.” Onda sam uzeo drugu i rekao kao ona (veselim glasom, punim podrške): „E pa može, stvarno može.” Onda bi prva rekla: „A ne, to nema smisla; ona ima samo pet godina, ne može sama da se obuče.” Nevaljala lutka nekako nikada ne bi videla kada se Ema sama oblači. Ona bi rekla: „Vidiš, nije se sama obukla”, a druga bi joj odgovorili: „Baš jeste! Nisi obratila pažnju!” U međuvremenu, ona ne samo da bi se sama obukla već se i smejala, umesto da se buni. I ja bih se smejao, umesto da se nerviram ili nestrpljivo lupkam nogom ne bih li je ubrzao.

Nakon što smo se svega nekoliko puta ovako poigrali, ušlo joj je u naviku da se oblači sama, a ja nisam morao svakog jutra da izmišljam dijalog koji vode lutke. Posle toga bi s vremena na vreme, umesto da bude drska i da me izluđuje, rekla: „Dodi ovamo i pravi se da si onaj čovek što kaže da ne znam da se obučem.” Igra je vreme koje nas je oboje frustriralo pretvorila u nešto zabavno, u čemu uživamo dok gradimo poverenje. Ema je prevazišla usamljenost i otpor, i uspostavila novu rutinu. Naravno, da bih to postigao, morao sam najpre da uložim neko vreme. Kao što svi roditelji znaju, ponekad je teško odvojiti vreme, ali veoma brzo se isplatilo. Ako bih uračunao vreme koje sam provodio natežući se, ljuteći se i nadzirući je, zaista sam bio na dobitku.

Deca koja su suviše isfrustrirana ili ne mogu da se služe igrom kako bi pokorila svoj svet, povlače se u – kako ja to zovem – kulu nemoći. Livade i polja ih privlače, ali da bi izašla da se igraju, potrebno im je samopouzdanje. Zaključani u kuli, nesposobni da se slobodno igraju, možda nam deluju slabo i bespomoćno. Ili divljaju, pa izgledaju nepromišljeno i nevaspitano, ili čak agresivno, ali se duboko u sebi osećaju nemoćnim. Kada se deca previše plaše da će biti povređena, ili očekuju da će biti odbijena, ili ne veruju u to da svet čeka da ga otkriju, ona se povlače: „Ne želim...”, „Neću...”, „Ne ide mi...”, „Timi me udara!”

Ipak, nemoć se ponekad ispoljava na čudne načine. Kako je to rekla jedna zabrinuta majka: „Vi kažete da se moje dete oseća nemoćno, a kako to da ga šalju kući iz škole jer je nekoga udario? Kako to da ga se nastavnici plaše?” Nemoć je dobro branjena tvrđava, savršeno mesto za skrivanje, ali i za neočekivane napade: „Mrzim te! Evo ti na!” (uz šutiranje, udarac ili ugriz), „Glup si”, „Igraću se samo ako mogu ja da budem kapiten.”

Baš kao što nam razigrano roditeljstvo pruža ključ da pomognemo deci da otključaju kulu izolacije, kada sa decom radimo razigrano, ona će izgraditi i samopouzdanje koje im je potrebno da iskorače iz kule nemoći.

- NEGUJMO EMOCIONALNI OPORAVAK, A NE BOL -

Deca se ne igraju doktora samo kako bi ispitivanje genitalija izgledalo pristojnije. Ponekad se deca igraju doktora pretvarajući se da je neko zaista bolestan ili povređen. Ovakva igra doktora je primer za to kako deca koriste igru kako bi se oporavila od nekog traumatičnog događaja, bilo da je veći ili manji. Trogodišnja devojčica dobije vakcinu kod doktora. Vraća se kući, i čega želi da se igra? Naravno, doktora. A šta će ona biti? Lekar ili sestra, neko ko daje vakcine – definitivno *ne* pacijent. A kome želi da dâ tu vakcinu? Pa, pre svega roditeljima ili drugoj odrasloj osobi. Ako to nije moguće, uzeće plišanu igračku ili lutku. A kako će voditi igru? Želeće da se pretvarate da zapomažete i govorite: „Ne, ne, ne, molim te nemoj da mi daš vakcinu. Mrzim vakcine! Nemoj, nemoj!” i da se pretvarate da se plašite i da vas užasno boli.

Na ovaj način, devojčica je u moćnijoj poziciji. To je jednostavna igra obrnutih uloga (devojčica koja je vakcinu primila sada je ona koja je daje), ali nju to zadovoljava. Dok je primala vakcinu, osećala se nemoćno, a to ju je podsetilo na sva sitna nezadovoljstva koja je doživela kad god nije mogla da bira šta će raditi, jesti ili obući – znate, bilo šta od svega onoga o čemu deca ne odlučuju. Sigurno nije bila *njena* ideja da ode i primi vakcinu tog dana. Ovakva igra doktora pomaže joj da se oporavi, jer je u prilici da vidi kako ste *vi* bespomoćni, nemoćni i posramljeni, a *ona* je moćna i odlučuje.

Igra vakcinisanja možda jeste pretvaranje, ali njena potreba za emocionalnim oporavkom je stvarna. Devojčica bira ovu igru pretvaranja jer želi pomoć u prevazilaženju stvarnih osećanja koja su se javila zbog prave vakcine. Toga se ne igra samo zbog zabave (iako će se dete verovatno prilično zabavljati); ova igra ima svrhu. Svrha je ponovni prolazak kroz čitav slučaj, samo što će se ovoga puta osloboditi zastrašujućih osećanja – obično kroz kikotanje. Zbog toga deca uživaju u beskrajnom ponavljanju ovakve igre.

Svima nam je poznat onaj niz iz stripova: šef se izviče na tatu, tata se izviče na mamu, mama na dete, dete gurne mlađeg brata. Mlađi brat šutne psa, a pas se pomokri na tepih. (Ja ovo nazivam emocionalnim vrućim krompirom.) Iz ovog kruga se izlazi tako što *odrasli* aktivno pomažu deci da se oporave. Za razliku od mlađeg

brata ili sestre, mi možemo da istrpimo ko bajagi iglu, a da ne govorimo: „Zašto uvek ti da budeš doktor?“ i da ne povičemo: „Mama, Roni me bode!“ Nažalost, pošto smo pristojne odrasle osobe, verovatno ćemo reći: „Beži, zauzet sam“ ili „Skloni se, mrzim igle“, umesto da se poigramo s njima. Naravno, ponekad detetu nije potrebna razigranost, već jednostavno krilo u koje će se sklopčati kako bi se požalilo na to koliko ga je vakcina bolela.

Kada obeshrabrismo ili kaznimo dete jer je pokušalo da se emocionalno oporavi na tako neozbiljan način, ono se povlači u sebe. Pokušaće da se oporavi na ozbiljniji način, pa će možda naći pravu iglu i ubosti brata ili mačku, ili će privremeno potisnuti osećanja, makar do ponovnog odlaska kod lekara, kada će napraviti scenu i vrištati. Kada vidimo dete koje je plašljivo, nasilno ili izvan kontrole, obično ne pokušavamo da složimo celu priču. Ne pitamo se da li je imalo prilike da prođe to kroz igru, ili da popriča o tome. Obično vidimo problematično ponašanje, i to nas toliko ljuti ili brine da i ne pomišljamo da će nam igra pomoći da rešimo problem.

Moja prijateljica Lori bila je na igralištu, časkala sa ženom koju je upravo upoznala i igrala se s njenom malom decom, trogodišnjom devojčicom i njenim mlađim bratom. Lori nisu smetali ni rvanje ni grublja igra, pa su joj se deca uskoro pela na glavu. Majka je smatrala da bi trebalo da se smire. Pre nego što je Lori stigla bilo šta da kaže, majka je jako udarila starije dete. Moju prijateljicu je to pogodilo – ona je snažni protivnik udaranja dece i želela je da kaže majci da greši – ali znala je da majka u tom trenutku nije bila u stanju da je sasluša. Svi su bili uznemireni i ljuti. Zato je Lori odlučila da motri na dete koje je dobilo batine. Devojčica je odmah uzela neki štap i krenula za svojim mlađim bratom. U pravom trenutku, Lori ju je nežno uhvatila, povukla je u stranu, uzela joj štap i rekla, kao kroz igru: „Aaaaa, ne, nećeš!“ Devojčica je počela da se smeje i traži da se opet i opet igraju te igre. Potpuno je zaboravila da je *stvarno* htela da udari brata (barem u tom trenutku). Majka koja je videla kako je moja prijateljica sprečila potencijalno opasnu situaciju bez vike i udaranja, zainteresovano je posmatrala njihovu igru.

Nije teško zamisliti kako bi ova devojčica bila kažnjena da je uspela da udari brata. Majka bi tada smatrala da je stroga kazna sasvim opravdana, a zaboravila bi da je agresija počela time što je ona bespotrebno istukla ćerku. Umesto toga, iz cele situacije izvukle su se kroz igru. *Nedelotvoran* pokušaj devojčice da izađe na kraj s tim što je primila udarac, tako što bi ga prosledila nekom manjem od sebe, pretvorio se u *delotvoran* oporavak, u kom niko nije povređen.

Osim toga, moja prijateljica nije morala mnogo toga da učini; samo je ostala blizu deteta, pazila da nikoga ne udari, i obraćala joj se opušteno, kao u igri. Devojčica je uradila sve ostalo, odlučivši da se *igra* „pokušaj da udariš malog batu” umesto da ga *zaista* udari.

Vakcina ili udarac roditelja po guzi su samo dve bolne situacije od hiljada onih u kojima se dete oseti povređenim, pa mu je potreban emocionalni oporavak. Ničije potrebe nisu savršeno zadovoljene; niko od nas nije prošao kroz detinjstvo bez fizičkog ili emocionalnog bola. A to nije sve. Pored svega što ih manje ili više povređuje i uznemirava, deca moraju da obrade nove informacije koje svakodnevno upijaju. Samo pomislite koliko je to milijardi bitova podataka za jedno dete. Njima je toliko toga novog, a sve moraju da proseju i razvrstaju, a to najviše vole da čine kroz igru. Srećom, igra je jedan od najboljih mogućih načina kako da prevaziđu bol, tako i da obrade nove informacije.

Jedan otac koji mi se obratio za pomoć rekao mi je da njegova ćerka u razredu ima nekoliko drugara koji su tek počeli da uče engleski jezik. Ona je time bila oduševljena, pa mu je nedeljama, dok bi se vraćali iz škole, tražila: „Hajde da se pravimo da pričamo drugim jezikom.” Onda bi njih dvoje razgovarali mrmljajući nešto, pretvarajući se da govore nekim drugim jezikom. Otac je pomalo brinuo da će ih neko čuti i pomisliti da su šovinisti koji ismevaju decu iz Rusije i Japana. Uverio sam ga da se njegova ćerka, u stvari, uči toleranciji. Nešto sa čim se nikada ranije nije srela pokušavala je da shvati na jedini način koji je znala: kroz igru.

Vesela igra će pomoći detetu da sâmo prevaziđe manje probleme, ali kada je dete zaglavljeno u duševnom bolu, teško mu je da uživa u igri. Ponoviću, ono je zaključano u kulama izolacije i nemoći. Ponekad je teško odrediti u kojoj od njih je zatvoreno dete. Ćerka vam kaže: „Neću da idem na fudbal, užasna sam u tome”, a vi se pitate da li je zbunjena zbog toga što druge devojčice bolje igraju, ili ne uspeva da se sprijatelji ni sa kim u ekipi. Mali nasilnik iz prvog razreda udari nekoga kad god učiteljica okrene leđa. Da li se oseća odbačeno od vršnjaka i ne shvata da će ga još više odbaciti zbog takvog ponašanja? Ili ispituje svoju moć, proverava sa čim će se sve izvući, ili kako će ljudi reagovati?

Neka deca – koja su veoma povređena – najveći deo vremena se osećaju usamljeno i nemoćno, a gotovo uopšte ne provode vreme u slobodnoj igri. Međutim, čak i najsrećnija i najvoljenija deca će se povlačiti u ove tvrđave kada su uplašena, kada se osećaju napušteno ili im je previše. Pomislite na neraspoloženu decu. Da li vam se

čini da ona ne uspevaju veselo da se igraju, pa se umesto toga kriju ili vam dosađuju? Možda samo prolaze kroz život, bez ikakvog uživanja? Možda su zaglavljeni, pa uporno ponavljaju neke reči i igre, bez novih ideja i bez mnogo zabave, ili se igraju grublje nego obično, ili razuzdanije. Sve ovo ukazuje na usamljenost i nemoć.

Kada ne mogu da se oporave kroz igru, decu će ophrvati emocije (poput tantruma). Možda će udarati druge, jurcati unaokolo ili briznuti u plač uznemireni zbog najmanje sitnice. Druga deca se povlače u svoju sobu, ili potiskuju emocije (na primer, bezizražajno pilje u TV i kompulsivno menjaju kanale). Deluju beživotno i ravnodušno, a odrasli to često previde, pa, pošto su tiha, za decu koja potiskuju emocije često pogrešno misle da su „dobra”. A ona se uopšte ne osećaju dobro.

Roditelji se pitaju kako da pomognu deci kada se zaključaju u neku od kula i za sobom podignu pokretni most. Ponekad se i sami osećamo nemoćno i odbačeno, a ponekad čak idemo tako daleko da se povlačimo u sopstvene tvrđave nemoći i izolacije, odakle ćemo još teže pomoći deci.

- „On je razmaženo derište.”
- „Ne znam šta ću s njom.”
- „Mrzim samu sebe kad vičem na njih, ali ipak i dalje vičem.”
- „Sad se odjednom plaši vode, a ja sam platila časove plivanja unapred, tako da ima da pliva.”
- „Beži, zauzet sam.”

Igra je jedan od najboljih načina da pomognete deci da prestanu s potiskivanjem emocija i lošim ponašanjem, i osete poverenje i povezanost.

- KAKO DA POSTANETE RAZIGRANI RODITELJ -

Kada roditeljima pričam o igri, neko uvek kaže: „Ja se baš i ne igram s decom, to sam prepustila mužu.” Često kažu i ovo: „Moja deca se sjajno igraju sama – ne treba im moja pomoć.” Zahvalan sam na ovim odgovorima, jer predstavljaju izazov, pa moram da objasnim zbog čega je igra tako važna deci, zašto je toliko važno da i odrasli učestvuju u igri, i zašto svi roditelji koji žele da pokušaju mogu postati razigraniji.

Nadam se da ćete u narednih četrnaest poglavlja pronaći jasna uputstva o tome kako da probijete zidove koji razdvajaju decu i odrasle, da biste našli načina da se vidite srcem. Razigrano roditeljstvo će vam pomoći u najtežim trenucima roditeljstva: kada malo dete ima tantrume, predškolač počne da ujeta, dete u trećem razredu

postane anksiozno, ili se pretpubertetlija otme kontroli. Igra će nam pomoći da prevaziđemo natezanje oko oblačenja i jutarnjeg spremanja, da smirimo iskidane živce posle napornog dana i da povratimo porodični mir. Razigrano roditeljstvo će nam pomoći čak i kada nam razigranost deluje kao nešto nedostižno ili neslana šala. Kada smo iscrpljeni ili nemamo više strpljenja, obično mislimo da će nam igra samo još više iscrpeti energiju. Međutim, kada se razigramo s decom, uviđamo da odjednom *imamo* energije, kako za zabavu, tako i za kreativno rešavanje ozbiljnijih problema.

Mnogi roditelji mi govore: „Ne bih mogao da budem šašav kao ti.” Ne znam da li ovo da shvatam kao uvredu ili kao kompliment, ali u svakom slučaju, samo je potrebna vežba. Iako moja ćerka tvrdi suprotno, morao sam da vežbam kako bih postao ovako šašav. Morao sam da pobedim svoju stidljivost i osećaj stida kako bih se igrao s njom na penjalicu kada je to zatražila, umesto da sedim na klupi s ostalim roditeljima. Sve dok smo dovoljno ozbiljni da se brinemo za njihovu bezbednost i da im obezbedimo hranu, za decu je dobro i potrebno im je da se malo „otkačimo”. Ne mislim da je pametnije da igru prepustimo drugima, kojima „to bolje ide”. Zašto da se samo oni zabavljaju?

A ukoliko se ne igramo, ne propuštamo samo zabavu. Igra je prostor u kom nam deca pokazuju ono što osećaju i doživljavaju u sebi, a o čemu ne mogu ili ne žele da pričaju. Mi treba da čujemo šta imaju da nam kažu, a njima je potrebno da nam to kažu. Deca ne govore: „Danas mi je bilo baš naporno u školi, možemo li da porazgovaramo o tome?” Ona kažu: „Hoćeš da se igramo?” Ako pristanemo, kroz igru će nam, na najbolji mogući način, pokazati šta se dogodilo. Ili ne kažu ništa, jer im je potrebno da mi preuzmemo inicijativu. Dok završimo s igrom, možda smo im pomogli da povrate samopouzdanje i da osete u sebi da su voljena – a to im je trebalo da bi se vratila u školu i sama rešila problem. Ako misle da nećemo hteti da se igramo, možda nas neće ni pitati. Samo će gledati svoja posla, dok mi gledamo svoja, i redom ćemo propuštati prilike da se ponovo povežemo.

Na poslu provodim mnogo vremena ponovo učeći igri i razigranosti porodice koje su sasvim normalne i prosečne, ali su izgubile nešto radosti i poleta. Na primer, kasnio sam nekoliko minuta kada sam pokucao na vrata stana svoje prijateljice Koni, došavši da se igram s njom i njenim sinom Brajanom. Oni su se tad suočavali s nekim manjim problemima – ni sa čim ozbiljnim, samo uobičajeni sukobi devetogodišnjeg dečaka s majkom: nije joj dozvoljavao da ga poljubi, bio je sarkastičan; odgovarao je; sve mu se svodilo na sport; odbacivao je majku i sve što je „žensko”. Brajan i ja smo se ranije

jednom igrali. Tada su Koni i Brajan došli kod nas, pa smo se menjali dekom – ja sam se malo grublje igrao s Brajanom, dok se ona igrala barbikama s mojom ćerkom. Svi smo se zabavili i osetili olakšanje: konačno odrasla osoba koja zna da se igra; konačno dete koje želi da se igra nečega što mi ide.

Ovoga puta, dok sam stajao na vratima, nisam znao šta da očekujem. Kada je Koni viknula: „Uđi!” Brajan je povikao: „Idiote, zakašnio si!” Već smo počeli. Ušao sam i kao kroz šalu rekao: „Kako si me to nazvao?” Pojurio sam za njim u drugu sobu, gde se on bacio na kauč, a zatim sam ga zatrpao jastucima. Izvukao se skočivši, pa smo započeli borbu jastucima. Koni je sedela pored mene i prigušeno se smejala. Uživala je videvši da je, za promenu, nepristojan prema nekom drugom; on je uživao u tome što može to da radi, a da mu niko ne drži predavanja, ne kažnjava ga i ne prekida igru. Ja sam uživao jer je Brajan izražavao ono što oseća u sebi. Nije bio direktan, ali nazvavši me idiotom i udarivši me jastukom, otkrio je svoje slabe tačke, kako ih ja zovem – mesta na kojima se on sâm osećao udareno ili glupo.

Tresnuo sam Koni jastukom kako bih je uvukao u igru. U pitanju je bio *njihov* odnos, i on je bio važan, a ne moj odnos s Brajanom. „O, ho-ho”, rekla mi je Koni. „Dakle, hoćeš da se i ja igram s vama?” „Da!” odgovorio joj je Brajan, pa je usledila sjajna borba jastucima utroje. Nekoliko nedelja kasnije pričao sam s Koni o tome kako je ona doživela tu igru. Primetila je da joj se odnos sa sinom značajno poboljšao, jer je njoj igra pomogla da primeti da on i dalje zaista želi da se igra s njom i da budu bliski, uprkos tome što joj se činilo da je odbacuje. Takođe je shvatila da se osećala iscrpljeno zbog svakodnevnih dužnosti – kuvanja, voženja, pomaganja s domaćim zadacima, odvođenja na treninge – pa joj nije preostajalo mnogo snage za igru. Međutim, malo kvalitetne igre ne samo da joj je pomoglo da shvati koliko je njenom sinu to bilo potrebno i koliko je to želeo već i da uvidi koliko ovakva igra može da joj podigne energiju. Tada su počeli mnogo više da se igraju, a sudeći po onome što Koni kaže, nisam siguran ko u tome više uživa.