



Вместе с мамой

Вспомните, что вы чувствовали, когда были вынуждены сидеть дома с маленьким ребенком? Хотелось ли вам вырваться из четырех стен, куда-то пойти, чем-то обогатить свою будничную жизнь и хоть на время оставить свои ежедневные обязанности? Да, хотелось, но куда можно пойти с крохой? И вот появилось решение – автор уникального проекта «Вместе с мамой»

(<http://www.vmestesmamoy.ru>) Марина Кельман предлагает прекрасно провести время всей семьей, что еще больше укрепит ваши отношения. Это разнообразные занятия для взрослых, на которые удобно приходиться даже с месячным ребенком.

Вы можете отправиться в картинную галерею, на концерт живой музыки или на экскурсию по Москве; посетить спектакль или кулинарный мастер-класс, а потом съесть все приготовленное; послушать лекцию по психологии, фотографии, бизнесу, позаниматься английским или йогой вместе с малышом. Детям здесь разрешается все: ползать, сидеть и лежать на полу; трогать музыкальные инструменты, узнавать, что такое саксофон, флейта, скрипка; общаться

друг с другом, играть, есть, спать, если захочется. Проект, работающий по авторским методикам, существует уже несколько лет и пользуется популярностью среди молодых мам. Вот их отзывы: «Мне понравилось, очень рада была, что доехала, сбросив с плеч груз домашних забот. Движения, пение, медитации, общение, растяжки, наблюдение за детками и другими мамочками – все было гармонично»; «Спасибо большое за прекрасную возможность повспоминать язык, да еще и вместе с ребенком. Занятие было замечательным, атмосфера отличная, педагог Анна столько всего успела вложить в занятие, прямо не верится, что оно длилось всего полтора часа! Деткам было тоже интересно. Я не ожидала, что даже будет няня для малышек»; «Впечатления от концерта превзошли мои ожидания! Живая музыка! и так близко – где еще можно получить такие впечатления! Восторг добирался до самых отдаленных уголков души!»

А все началось с того, что однажды молодой маме Марине Кельман захотелось изменить свою жизнь...

– **Марина, расскажите, как возник проект «Вместе с мамой»?**

– Когда моей дочке было восемь месяцев, я поняла, что очень хочется новых впечатлений, что надо разбавить ежедневную рутину чем-то более впечатляющим. Думаю, с каждой мамой происходит то же самое: ты вся в ребенке, и первые несколько месяцев это доставляет удовольствие, а потом накапливается усталость, и хочется внести в свою жизнь некоторое разнообразие. Но в Москве отправиться куда-нибудь, да хоть в кафе, с маленьким ребенком – это всегда преодоление массы трудностей. Самое сложное – убедить себя в том, что это вообще возможно.

– **Вам это удалось?**

– Да, у меня очень активная жизненная позиция. Узнав, что в Консерваторию детей пускают только с четырех лет, я стала думать, а нужно ли вообще слушать музыку, сидя на стульях и в полной тишине? Может быть, надо изменить формат? Так возникла идея: пригласить мам с детьми, позвать музыкантов и вместе послушать музыку. Я очень долго искала музыкантов и зал. В результате одни знакомые дали мне телефон музыкального коллектива, другие посоветовали помещение, и первый концерт мы с моей мамой и сестрой Юлей устроили просто для друзей и их детей. Думали, что это будет разовое мероприятие, а получилось так здорово, что второй концерт состоялся уже на следующей неделе. В тот момент ни о каком бизнесе мы не думали, просто регулярно собирались и слушали классическую музыку. Где-то через полгода нам захотелось джаза, и мы стали искать джазовые коллективы. Все развивалось очень спонтанно. А через год я поняла, что эти концерты занимают у меня столько времени – весь день я о них думаю, а всю ночь переписываюсь с музыкантами и рассылаю приглашения, – что надо или как-то организовать процесс, или заканчивать с этим делом. Так появился проект «Вместе с мамой».

– **В чем, помимо того, что зрители сидят на полу, особенность работы с такой аудиторией?**

– Каждому музыканту или преподавателю, который к нам приходил, я объясняла, что наш проект направлен на взрослых, но ребенок тоже должен быть включен в процесс. То есть, если мы учим английский, то мы не слушаем песенки и потешки, а обсуждаем темы, которые интересны маме. Если мы занимаемся йогой, то это мама принимает какую-нибудь позу, при этом ребенок может, например, лежать у нее на груди. И при таком подходе мама, действительно, может ощутить ту самую йоговскую релаксацию. Три года назад мысль о том, что занятия могут быть направлены на маму, а не на ребенка, вызывала только удивление, и приходилось объяснять, что мамино хорошее настроение и самочув-





ствии для малыша не менее важны, чем любые развивающие занятия. Сейчас все больше мам уверены, что это нормально – выходить с маленьким ребенком в свет, заниматься собственным развитием, при этом не расставаясь с малышом. Значит, процесс идет, и мы рады, что тоже приложили руку к такой перекройке сознания.

– Как родилась идея с походами в музей для мам с малышами?

– Точно так же. Мне кажется, что любой проект развивается согласно мировоззрению и кругозору его создателя. Я много путешествовала по миру и видела, что в Лондоне, Париже, Тель-Авиве мамы с малышами ходят по музеям так же, как и все остальные посетители. В Лондоне даже висят указатели: «с колясками сюда». В Британском музее я видела, как на полу расстилают коврик, туда садятся мамы и малыши и разглядывают зал. Мне эта картинка запала в душу. Когда Маше было три месяца, я потащила ее в Третьяковку, видимо, только ради того, чтобы потом рассказывать, что Маша была в музее еще грудничком. Но мысль о походах в музей с малышами меня не оставляла, и мы почти год пытались придумать, как это сделать. Собственно, проблемы были скорее бюрократические: принести в зал коврики ничего не стоит, а вот получить разрешение от Третьяковки на экскурсию для мам с детьми – это надо потрудиться. Вообще мы сейчас додумываем идею с музеями, потому что хочется сделать так, чтобы мама могла больше обращать внимание на ребенка, отмечая, что ему нравится, а когда мама слушает экскурсию, ей это непросто.

– Когда у проекта стали появляться филиалы?

– Прошлой осенью. Нам часто приходили слезные письма: хотим ходить на ваши концерты и занятия, но не можем доехать до Покровки. Правда, самые решительные все-таки добрались к нам, на-

пример, из Бутово или даже Жуковского. И вот мы объявили, что все желающие могут принять участие в открытии филиала проекта в своем районе. Откликнулось довольно много активных и целеустремленных мам, мы устроили для них обучающий курс. Сейчас у нас 8 филиалов в Москве, а также есть площадки в Петербурге и Калининграде.



– Чем вы занимались до того, как появился проект «Вместе с мамой»?

– Я закончила два факультета Университета Управления: экономический и социально-психологический, и лет семь я занималась бренд-менеджментом в крупной международной компании. Но рождение ребенка заставляет пересмотреть взгляды на мир: начинаешь искать смысл в том, что ты делаешь. Занимаясь проектом «Вместе с мамой», я понимаю, кому он нужен, какую пользу он несет, вижу людей, которым приятно к нам

приходить. Хотя, что скрывать, отказаться от стабильной жизни сотрудника крупной компании очень сложно. Еще у меня есть музыкальное и художественное образование. Когда Маша родилась, мне особенно захотелось найти, какое же дело мое... Я закончила курсы фотографов и в МАРХИ получила специальность «дизайнер интерьера», а потом придумала «Вместе с мамой». При этом в процессе всех моих поисков себя очень важным для меня была возможность быть с дочкой, я сама с ней «сидела» до трех лет, часто брала ее с собой. Для ребенка ведь очень важно видеть, что мама чем-то интересуется, увлекается.

Мне вообще кажется, что рождение ребенка – это удивительный момент, когда ты вдруг получаешь в жизни паузу и можешь подумать, а чего тебе действительно хочется, куда ты идешь и зачем. Мы же, как с первого класса разгоняемся, так все не можем остановиться, а ребенок дает тебе такой шанс. Например, наша педагог по йоге была финансистом, потом у нее родился ребенок, и она стала преподавать йогу, и теперь крупная фигура в этой области и мама троих детей. Другой наш преподаватель была аудитором, а после рождения ребенка стала заниматься живописью.

Одним словом, проводить время с удовольствием и вместе – полезно для родителей и важно для детей. Вы уже поняли, что если в семье есть ребенок и даже если ребенок еще совсем маленький – это не повод лишать себя полноценного досуга. Наоборот! Когда вы еще сможете, удобно лежа на подушках, слушать хороший джаз воскресным утром? Приходите к нам всей семьей! Берите с собой пап! У нас удобно, легко и интересно людям любого возраста. Живите полной жизнью! Ведь если взрослому хорошо и интересно, то малышу рядом с ним тоже хорошо.

Елена **ВЛАДИМИРОВА**