

УДК 372.3/4
ББК 74.102
Б95

Во внутреннем оформлении
использованы элементы дизайна:
harrykaprry, Norpharat4569,
Anna Kutukova / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

«Ленивая мама»® является зарегистрированным
товарным знаком. Все права на его использование
принадлежат ООО «Издательство «Эксмо».

Быкова, Анна.
Б95 Кляксотерапия. Развивающая тетрадь от «ле-
нивой мамы». 5+ / Анна Быкова. — Москва :
Эксмо, 2018. — 48 с. : ил. — (Ленивая мама).

ISBN 978-5-04-094339-5

Дорогие родители! Эту развивающую тетрадь разра-
ботала педагог, психолог и автор бестселлера «Самосто-
ятельный ребёнок, или Как стать "ленивой мамой"» Анна
Быкова. Еще в детстве она полюбила одну игру: закапать
краской лист бумаги, а потом вертеть его, придумывать,
на что это похоже, дорисовывая кляксы до красивой
картинки. Таким образом получается замечательная кор-
рекция страха ошибки. Любые ляпы можно дорисовать,
переделать, использовать для нового рисунка.

УДК 372.3/4
ББК 74.102

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

ЛЕНИВАЯ МАМА

Анна Быкова

КЛЯКСОТЕРАПИЯ

РАЗВИВАЮЩАЯ ТЕТРАДЬ ОТ «ЛЕНИВОЙ МАМЫ». 5+

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*
Руководитель направления *Л. Ошеверова*
Ответственный редактор *К. Свешникова*
Художественный редактор *Е. Мишина*
Художественное оформление *Н. Дмитриева*
Технический редактор *О. Куликова*
Компьютерная верстка *А. Москаленко*
Корректор *Е. Дмитриева*

ООО «Издательство «Э»
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Өндүрүш: «Э» АКБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Тауар белгісі: «Э»
Интернет-магазин : www.book24.kz
Интернет-дүкен : www.book24.kz
Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».
Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ - Алматы» ЖШС.
Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию, в Республике Казахстан:
ТОО «РДЦ-Алматы»
Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының
өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3-а», литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92.
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.
Сертификация туралы ақпарат сайтында Өндүрүші «Э»
Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Э»
Өндiрген мемлекет: Ресей
Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 06.04.2018. Формат 60x84 1/8.
Гарнитура «Myriad Pro». Печать офсетная. Усл. печ. л. 5.6.
Тираж экз. Заказ

В электронном виде книга и аудио файлы вы можете
купить на www.litres.ru
ЛитРес:
считайте до десяти

ISBN 978-5-04-094339-5



9 785040 943395 >



ISBN 978-5-04-094339-5

© Быкова А., текст, 2016
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2018



Здравствуйте!

Я рада встрече с вами на страницах этой тетради.

Меня зовут Анна Быкова. Я педагог, психолог и арт-терапевт. Рядом со мной всегда кисти, краски и карандаши.

Идеи для работы с детьми я часто черпаю из жизни. Например, «Кляксотерапия» родилась из моих детских историй.

Мне было пять лет, я лежала в больнице с воспалением легких. В те годы пятилетних детей помещали в стационары без родителей. Плакать я не плакала, потому что «хорошие девочки не плачут». Но скучала сильно. Из развлечений у меня были пластилин, карандаши и тетрадь для рисования. Я начала рисовать свою семью: маму, папу, брата, себя во время прогулки. Вдруг на листе появились огромные алые пятна — закапала кровь из носа. Мамочка годовалого малыша из нашей палаты потащила меня к умывальнику. Потом, помню, я долго лежала с холодным мокрым полотенцем на носу. И все думала про незаконченный рисунок. У меня была острая потребность всех нарисовать. Я, ребенок, хотела таким образом приблизить к себе родных людей. Дети интуитивно чувствуют целебные возможности арт-терапии. Когда мне разрешили встать, незаконченный рисунок, закапанный кровью, так и лежал на столе. И я продолжила рисовать. Чужая мамочка раздраженно перелистала тетрадь до чистого листа со словами: «Да оставь ты тот, испорченный, у тебя еще столько чистых!»

Но я перелистнула обратно. Потому что там остались уже нарисованные родные: мама, папа и брат.

«Вот упрямая!» — сказала чужая мамочка и отстала.

Красные пятна я превратила в цветочки. А потом, мусоля карандаши, поярче раскрасила одежду людей. В довершение подписала каждого человечка, обозначив, где мама, где папа. Рисунок показался мне безумно красивым. Я вырвала его из тетради и на пластилин прилепила на стену у своей кровати. Чужая мамочка что-то пробормотала про «Врач придет и заругает», но я была невозмутима. Мне было важно, чтобы семья пусть нарисованная, но была рядом. Врач, кстати, на следующий день сказал: «Очень красиво», и чужая мамочка успокоилась, больше не стремилась снять со стены мой рисунок. Так я получила ценный опыт, что **все можно исправить, все в моих руках.**

Позже я полюбила играть в эту игру: закапать краской лист бумаги, а потом вертеть его, придумывать, на что это похоже, дорисовывать до красивой картинки. И я поняла: **любые ляпы можно дорисовать, переделать, использовать.**





Мне семь лет. Урок рисования. Традиционная тема первого занятия сентября — «Как я провел лето». Я рисую бабушкин домик и синий пруд. Я хочу раскрасить солнце очень насыщенным ярко-желтым цветом. Но когда я несю кисточку над альбомом, желтые капли падают с кисточки и растекаются по листу. В первые секунды — паника. Я смотрю на «испорченный» рисунок. Но быстро успокаиваюсь, вспоминаю про свою игру с кляксами. Смотрю на нелепую случайность — желтые капли — и вдруг... я вижу подсолнухи вдоль забора. Да-да, эти желтые пятна похожи на крупные подсолнухи.

Мне десять лет. Мы с активом класса рисуем новогоднюю газету для классного уголка. Чье-то неловкое движение — и стаканчик с водой опрокидывается на бумагу. Грязная лужица разливается по газете, которая была почти готова. Грязная лужица разливается тоской в сердцах девчонок, готовых заплакать от отчаяния: «Теперь все заново придется делать!» У меня просыпается азарт: «Интересно, а как это можно исправить?» После того как вода с листа собрана бумажными салфетками, остается серо-бурое пятно, и я начинаю с любопытством его разглядывать: «Интересно, на что оно похоже?» А так как вопрос я задаю вслух, остальные тоже подключаются к процессу и высказывают свои идеи: «Это же борода Деда Мороза! А вот его нос! Как будто он с краю заглянул, а целиком на лист не поместился!»

Эта игра по превращению клякс и пятен не только развивает фантазию и воображение, но и учит **легко относиться к ошибкам и неприятностям.**

Когда кажется, что все испорчено, можно подключить творческое мышление и придумать выход. Ужасные пятна превращаются в веселые иллюстрации. Попробуйте сами, у вас тоже получится!