

# ленивая  
мама



АННА БЫКОВА

# КЛЯКСОТЕРАПИЯ

## РАЗВИВАЮЩАЯ ТЕТРАДЬ ОТ «ЛЕНИВОЙ МАМЫ»

Развиваем:

фантазию

творческое мышление

внимание

любовь к рисованию

уверенность в себе



БОМБОРА™

Москва 2018

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 «ленивой мамы». 5+ / Анна Быкова. — Москва : Эксмо, 2018. — 48 с. : ил. — (Ленивая мама).

ISBN 978-5-04-094339-5

Дорогие родители! Эту развивающую тетрадь разработала педагог, психолог и автор бестселлера «Самостоятельный 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 коррекция 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](http://www.book24.kz)  
Интернет-дүкен : [www.book24.kz](http://www.book24.kz)  
Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».  
Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ - Алматы» ЖШС.  
Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию, в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»  
Қазақстан Республикасында дистрибьютор 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 сайтындағы «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 скачать на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)  
**ЛитРес:**  
считай и читай

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 несую 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!