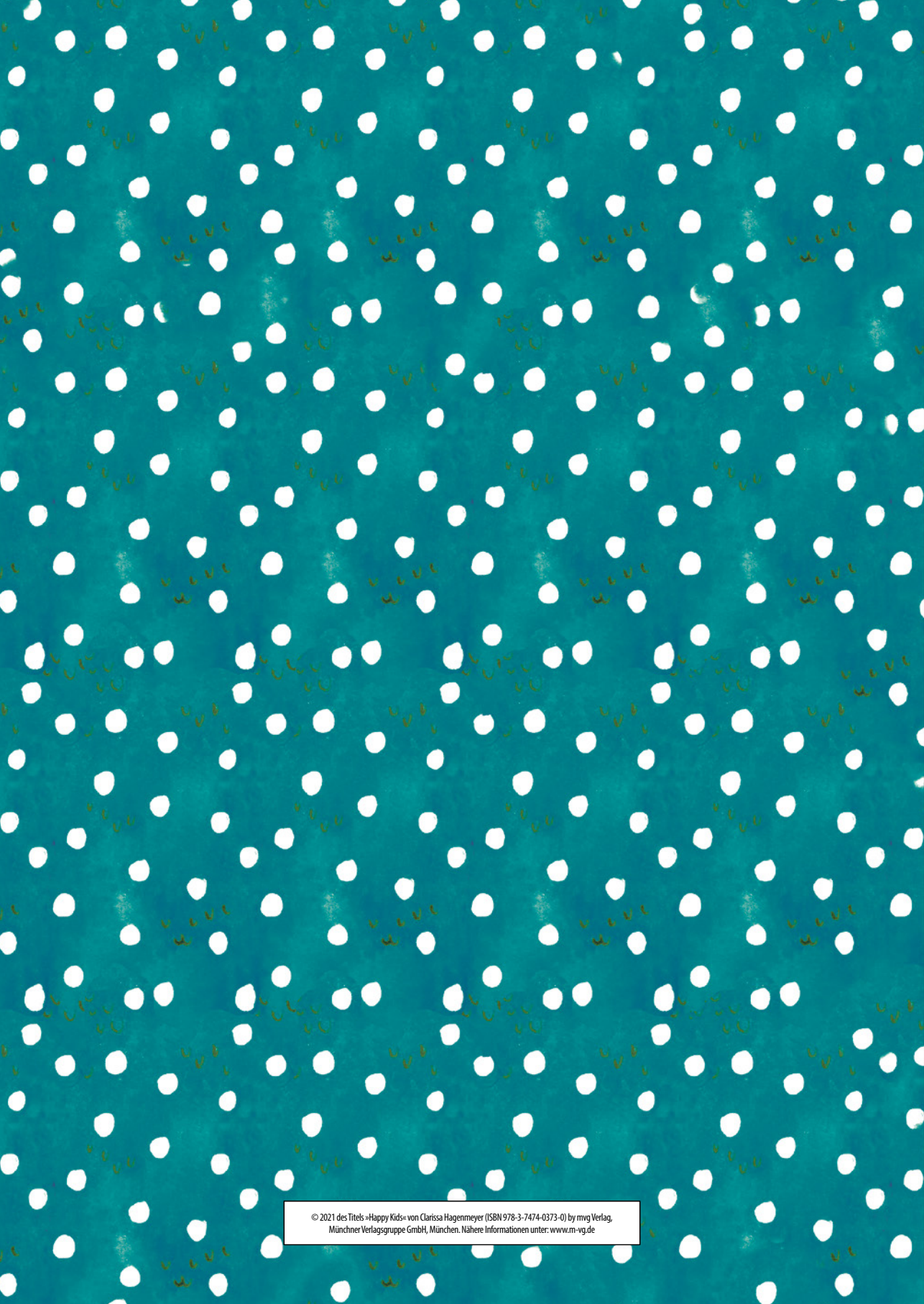


Clarissa Hagenmeyer



# Happy Kids

Mit einfachen Handabdrücken zu fröhlichen Motiven



## Vorwort

# Liebe Künstlerin, lieber Künstler,

hast du dir deine Hände schon einmal ganz genau angesehen?

Da stecken sooo viele Bilder drin: große Dinos, dicke Elefanten, bunte Blumen, kleine Hasen, lustige Schmetterlinge – und ganz vieles mehr!

Was du aus dem einfachen Umriss deiner Hand alles zaubern kannst, entdecken wir gemeinsam in diesem Buch!

Jede Anleitung in diesem Buch ist so aufgebaut, dass sie mit der einfachen Form deiner Hand beginnt. So findest du einen ganz leichten Einstieg ins Malen und kannst aus deiner Hand ganz viele unterschiedliche Bilder entstehen lassen.

Wir malen nach der **Happy Painting!**-Methode und kombinieren Farben und Stifte nach Lust und Laune so, dass kunterbunte, fröhliche Bilder entstehen!

Und das Tolle:

Es gibt keine Regeln!

Es gibt kein Richtig oder Falsch!



Du bist schon jetzt eine echte Künstlerin oder ein echter Künstler – und wir sorgen mit diesem Buch dafür, dass du beim Malen einfach richtig viel Spaß hast – und zwar genau so, wie es dir gefällt!

Du kannst also mit deinen Lieblingsfarben die buntesten Bilder und die verrücktesten Tiere und Wesen malen. Und es ist selbstverständlich auch total erlaubt, dass du von meinen Ideen in diesem Buch abweichst und plötzlich bei dir etwas ganz anders aussieht als bei mir.

Jeder Mensch ist einzigartig – auch du! Und so ist es ganz normal, dass wir auch ganz unterschiedliche Bilder malen. Keines ist besser oder schlechter als das andere – es ist einfach nur einzigartig und besonders!

Hab also einfach ganz viel Freude mit diesem Buch!

ALLES LIEBE ZU DIR UND GANZ VIELE  
FRÖHLICHE MALERFAHRUNGEN WÜNSCHT DIR

DEINE CLARISSA



PS: Falls du mit deinen Eltern, Großeltern, Tanten oder Onkeln, mit deinen Lehrern oder anderen Erwachsenen dieses Buch in die Hände nimmst: Du darfst dich freuen! Denn Regeln gibt es im **Happy Kids**-Buch wie versprochen nicht für dich – jedoch für die Großen! Die kommen gleich auf der nächsten Seite.

## Happy-Kids-Regeln für Erwachsene

### Liebe Erwachsene,



die ihr dieses Buch mit Kindern lest, hier kommen ein paar liebevolle Regeln – eigentlich mehr eine Einladung als ein Regelwerk. Denn was ich mir wünsche, ist, dass dieses Buch dazu beitragen kann, dass Kinder ihre Kreativität so frei entfalten können, wie sie sie auf diese Welt mitgebracht haben.

Lasst uns ein Beitrag sein, um die Freude, die im Malen steckt, zu zelebrieren.

Lasst uns das Malen als eine Möglichkeit genießen, unsere Einzigartigkeit zu feiern und uns mit allem zu zeigen, was wir im Herzen sind.

Viele von uns Erwachsenen haben im Laufe ihres Lebens verlernt, wie leicht und frei ein künstlerischer Ausdruck, ein ganz eigenes Bild sein darf. Wir müssen es uns mühsam wieder erarbeiten, nicht zu bewerten, zu vergleichen, uns selbst nach einigen ersten Pinselstrichen schon zu be- und verurteilen. Wir legen oft die Latte der Erwartung hoch, wenn wir malen – und sind schnell unzufrieden, wenn uns etwas nicht so gelingt, wie es unser Kopf uns vorschreiben möchte.

Was für eine Freude und Lebendigkeit erfahren wir jedoch, wenn wir uns die freie Kreativität zurückerobern: mit allem, was wir mitbringen und worauf wir gerade Lust haben!

In **Happy Painting!** und diesem Buch liegt die Chance, den Kindern unserer Zeit diesen Schatz zu bewahren oder wieder zugänglich zu machen, wo vielleicht erste wertende Erfahrungen schon Grenzen gezogen haben.

Und genau dafür sind die nachfolgenden »Regeln« als Einladung zu sehen:



## 1. Bewerte das Bild deines Kindes nicht.

Es ist genau richtig so, wie es entsteht. Zeige aufrichtiges Interesse an dem, was gemalt wird. Staunt gemeinsam über Farben, Formen, lustige Gesichtsausdrücke und schiefe Füße. Habt Spaß, in den Bildern immer wieder Neues zu entdecken! Zwischen »falsch« und »richtig«, »schön« und »verbesserungswürdig« liegt ein ganzer Regenbogen an Farben, die wir miteinander feiern können!

## 2. Lass zu, dass völlig andere Dinge herauskommen, als dieses Buch vorgibt.

Es ist absolut okay, wenn im Buch ein Elefant angeleitet wird und dein Kind ein Flughörnchen malt. Genau darum darf es gehen: dass die Kreativität sich ihren Weg vielleicht noch zaghaft mit einer Vorlage, einer Orientierung anbahnt und sich dann immer freier auf eigenen Pfaden bewegt.

## 3. Ermutige dein Kind, wenn es mal schwierig wird.

Jede Künstlerin und jeder Künstler kennt sie: die Phasen während des Malens, in denen man sein Bild am liebsten in die Ecke werfen würde. Frustrationsmomente während des Malens sind ganz normal. Oft stellen sie eine Art Weggabelung dar: Wir lassen mehr und mehr Erwartungen los und geben uns dem Flow hin. Der Kopf ist verunsichert, das Herz ruft: »Unbedingt weitermalen!«

Bestärke dein Kind darin, mutig weiterzumalen. Das Bild ist erst fertig, wenn es gefällt, und bis dahin ist noch alles möglich.

Wertvoll finde ich, den Frust da sein zu lassen: Es geht nicht darum, ihn herunterzuspielen (»Ach, das Bild sieht doch schön aus!«), sondern Mitgefühl zu zeigen und wieder in die Leichtigkeit zu kommen. Dabei helfen oft auch Fragen: »Ich verstehe, dass du gerade verärgert bist. Was könnte dir jetzt richtig Spaß machen, wenn du weitermalst?«

Humor ist oft der Schlüssel:

Macht Quatsch miteinander.

Entdeckt gemeinsam in Farblecksen kleine Wesen.

Erfindet Geschichten zu dem, was auf dem Blatt entsteht.

Habt Spaß!

Der Spaß bringt die Leichtigkeit mit sich, die es umso einfacher macht, wieder anzuknüpfen und weiterzumalen.

#### 4. Malt gemeinsam!

Was könnte schöner sein, als etwas zu malen? Richtig: Gemeinsam etwas zu malen!

Zusammen kreativ zu werden, macht so viel Freude, motiviert, bestärkt und lässt uns Erwachsene zu echten Vorbildern werden. Vor allem dann, wenn dein Kind feststellen darf, dass auch du nicht alles »perfekt« machst – beziehungsweise auch ganz bewusst gar nicht alles perfekt machen willst!

Malzeit ist eine ganz wunderbare, kraftvolle Qualitätszeit, die ihr miteinander genießen könnt!

Und wenn du selbst vielleicht auch schon lange nicht mehr zum Pinsel gegriffen hast: Entdecke es neu für dich! Dieses Buch ist auch für Erwachsene eine Einladung, das innere Kind wieder ans Malen zu erinnern – und richtig viel Spaß dabei zu haben!

\*\*\*

Danke, dass du diese Regeln beherzigst – und dass du mit diesem Buch einen Weg aufzeigst, das Malen ganz selbstverständlich, frei und fröhlich in ein Kinderleben zu integrieren. Das ist ein Geschenk fürs Leben!

Natürlich lade ich dich von Herzen gerne auch ein, selbst kreativ zu werden: Auf [www.happypainting.club](http://www.happypainting.club) findest du viele bunte Anregungen, um selbst wieder den Pinsel zu schwingen. Weitere **Happy Painting!**-Bücher für Erwachsene stelle ich am Ende dieses Buches vor.

Nun lasst uns aber loslegen! So viele Bilder warten schon darauf, gemalt zu werden!

# Material- empfehlungen





Du kannst mit allen Farben und Materialien malen, auf die du Lust hast. Hier zeige ich dir, womit ich in diesem Buch male und was ich dir von Herzen gerne empfehle.

## AQUARELLPAPIER

Dein Aquarellpapier sollte so groß sein, dass ein oder auch mal zwei Hände Platz haben

Nimm gerne dickeres Papier: 250 g oder 300 g starkes Papier ist großartig.

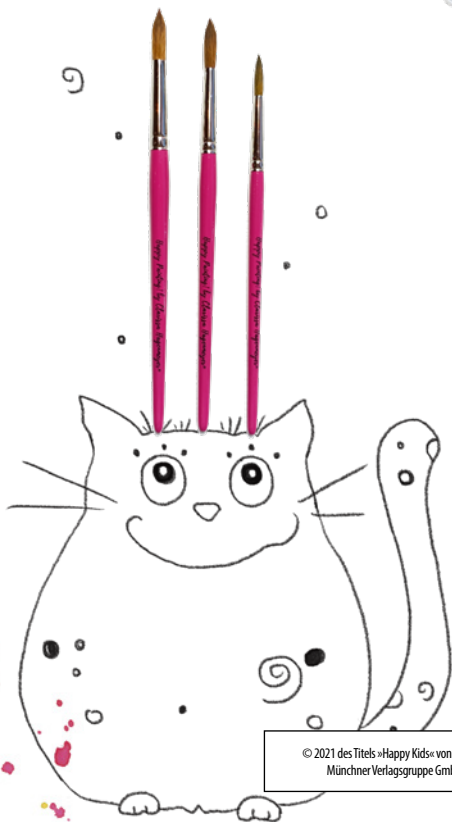
Ein Block ist praktischer als einzelne Papierbogen: So verrutscht nichts!



## AQUARELL- ODER WASSERFARBEN

Du kannst mit Aquarellfarben oder Wasserfarben (die heißen auch Deckfarben) malen

Du kannst mit einem kleinen Farbkasten beginnen: Die Farben lassen sich beliebig untereinander mischen.



## AQUARELLPINSEL

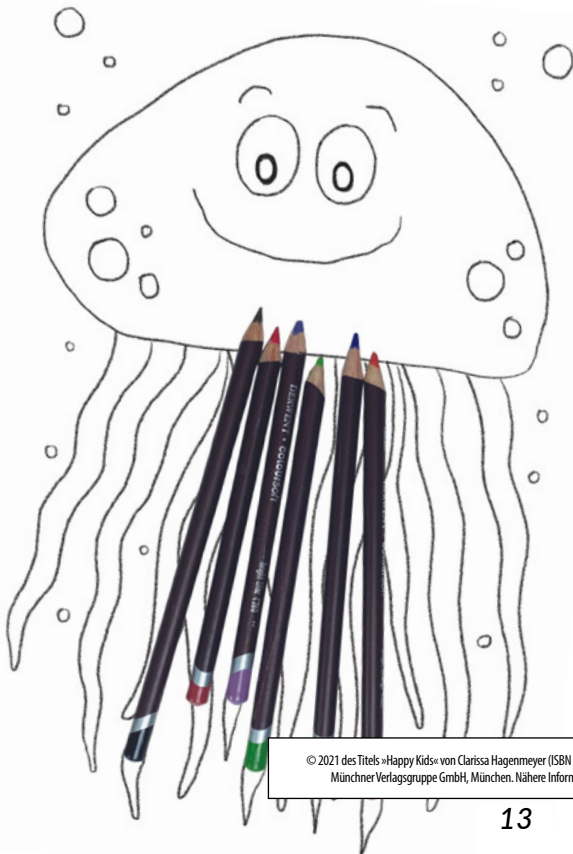
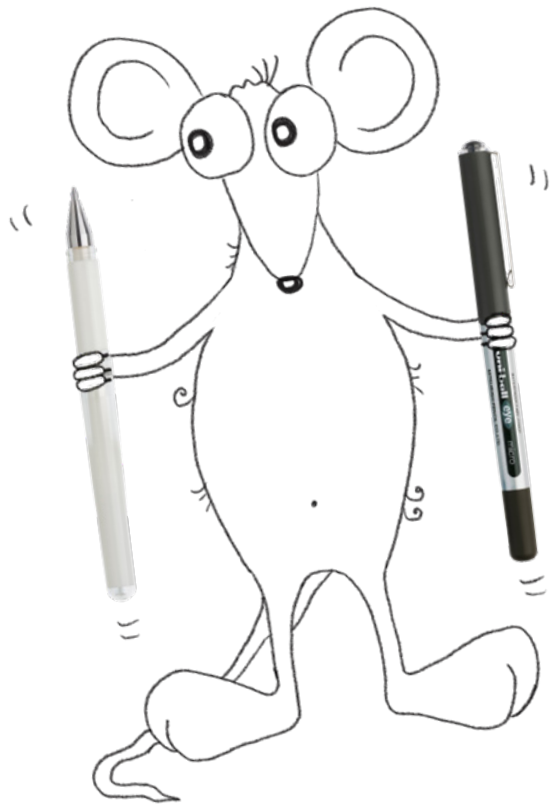
Ein bis zwei gute Aquarellpinsel sind perfekt für deinen Start. Ich benutze Rundpinsel in den Größen 4, 6 und 8.

## FINELINER

Die Fineliner sind meine Zauberstifte!

Mein weißer Lieblingsstift ist der Tintenstift Uni-ball Signo Pen UM-153.

Als schwarzen Stift empfehle ich dir ein wasserfestes Modell. So kannst du jederzeit noch mal mit Farben über die Striche malen, ohne dass etwas verwischt.



## FARBSTIFTE

Ein paar bunte Farbstifte machen unseren Malspaß perfekt!



## ... UND WAS NOCH?

Halte Bleistift und Radiergummi zum Vorzeichnen bereit.  
Für das Malen mit den Aquarell- oder Deckfarben brauchst du einen Wasserbecher und am besten ein kleines Tuch, um den Pinsel zwischendurch abzustreifen.  
Etwas Küchenpapier ist gut, wenn mal etwas Farbe daneben oder versehentlich auf dein Bild tropft.

Du möchtest noch mehr über meine Lieblingsmaterialien erfahren?  
Auf [www.happypainting.club/happy-kids](http://www.happypainting.club/happy-kids) findest du viele weitere Infos zum Buch, darunter auch meine ganz persönlichen Materialtipps.

Liegt alles bereit?  
Dann nichts wie ran an Papier und Farben!  
Ich freue mich riesig darauf, jetzt mit dir zu malen!  
Im nächsten Kapitel zeige ich dir, wie die Bilder in diesem Buch aufgebaut sind.  
Meine Malmethode **Happy Painting!** wird dir wunderbar leichtfallen!  
Wir starten mit einer einfachen, bunten Hand – ganz leicht und mit viel Spaß!

# Unser fröhlicher Start



# Wir malen eine bunte Hand - ganz leicht!



In diesem Kapitel zeige ich dir meine **Happy-Painting!**-Malmethode.

Sie besteht immer aus vier Schritten:

- Aquarellfarben oder Wasserfarben
- Fineliner
- Farbstifte
- Alles mischen!

Damit du im Buch immer genau siehst, was gerade dran ist, erkennst du die einzelnen Schritte an den kleinen Symbolen:

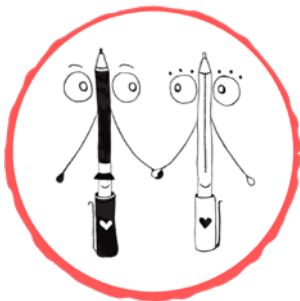
### Aquarellfarben oder Wasserfarben



### Farbstifte



### Fineliner



### Alles mischen!



Du kannst jedes Bild so gestalten, egal ob Hund, Drache oder Fee.

Jedes Motiv in diesem Buch beginnt außerdem mit einer ganz leichten Vorzeichnung: Wir nehmen uns immer deine Hand als Schablone und zaubern daraus die fröhlichsten Bilder!

Lass uns mit einem einfachen Hand-Bild beginnen:

So lernst du **Happy Painting!** ganz einfach kennen und kannst die nachfolgenden Motive locker-leicht auf dieselbe Weise malen.



## ■ DIE VORZEICHNUNG



Lege deine Hand aufs Papier, sodass zwischen den Fingern etwas Abstand ist.

Nimm einen Bleistift und fahre die Umrisse deiner Hand nach.

Wenn du fertig bist, nimm die Hand weg und ergänze die Zeichnung unten mit einem Bleistiftstrich, um die Hand zu schließen:

Schon ist unsere Vorzeichnung fertig!

Das ging ganz leicht, oder?

Und schon geht es an die Farben!







## SCHRITT 1: AQUARELLFARBEN ODER WASSERFARBEN

Welche Farbe ist heute deine Lieblingsfarbe?  
Mit genau der beginnst du jetzt.

Starte irgendwo auf deiner Hand, um sie  
auszumalen. Ich nehme Pink, und du?



Nimm so viele Farben, wie du magst, um deine Hand bunt anzu-  
malen:



Meine Hand wird ganz farbenfroh mit Pink, Orange, Gelb, Beige, Rosa, Grün und Blau. Die Farben trage ich mit Wasser gemischt auf, und sie laufen wie von selbst ineinander.

Dann lassen wir alles erst mal gut trocknen.



Noch mehr Farben?

Vielleicht hast du auch Lust, noch mehr Farbe in deine Hand zu bringen?

Ich lege eine zweite Farbschicht an. Jetzt male ich nicht mehr die ganze Handfläche an, sondern male kleine Muster, Kringel, Kreise und Formen auf die ersten Farben.

Hast du auch Lust? Dann lass uns loslegen!

Schau nur, wie bunt und fröhlich unsere Hand schon aussieht:

Jetzt lassen wir alles wieder gut trocknen!

Und dann geht es weiter mit dem nächsten Schritt, nämlich mit den Finelinern!





## SCHRITT 2: FINELINER

Mit dem schwarzen Fineliner geht es jetzt ganz locker an den Rändern entlang. Das Schöne daran: Die Linien müssen überhaupt nicht gerade sein! Du kannst sie krumm, schief, gekringelt, gewellt oder als Zickzack-Linien malen.

Alles ist erlaubt, was dir gerade Spaß macht.

So sieht die umkritzelte Hand jetzt bei mir aus:



Natürlich kannst du mit dem Stift auch kleine Muster in die Farben malen.





Das macht total viel Spaß, oder?

Jetzt ist der weiße Fineliner dran. Auch der darf einfach auf der Hand spielen:

Es entstehen kleine Punkte, Kringel, Kreise, Linien ... einfach so, nach Lust und Laune.

Schau nur, wie unser weißer Zauberstift die Hand verändert! Das sieht doch schon toll aus!

In die Muster ist auch ein kleines Blatt gehüpft. Findest du es?



Und jetzt geht der Spaß mit den Farbstiften weiter!



### SCHRITT 3: FARBSTIFTE

Mit den Farbstiften verschönerst du dein Bild weiter. Male mit den Stiften kleine Flächen und Muster aus oder ergänze deine Hand um weitere Muster und Kringel! Du darfst alles in dein Bild malen, was dir gefällt – und natürlich auch mit jeder Farbe.

Hui, schau nur, wie bunt unsere Hand schon geworden ist!



Ich habe Blau, Rot, Lila, Beige, Gelb und Violett als Farbstifte ausgewählt. Was nimmst du?

Nun folgt der vierte und letzte Schritt: Wir bringen alles noch einmal zusammen.



#### SCHRITT 4: ALLES MISCHEN!

Dieser Schritt macht noch einmal richtig Spaß: Wir suchen uns alle Materialien noch einmal aus, die wir in den letzten drei Schritten verwendet haben. Aquarell- oder Wasserfarben, Fineliner und Farbstifte: Alles darf jetzt noch einmal beliebig kombiniert und gemischt werden!

Was magst du noch in dein Bild bringen?

Wähle einfach aus dem Bauch heraus aus!

Wenn dein Bild schon gut voll ist, denke daran, dass du auch außen herum noch malen kannst.

Da ist noch so viel weiße Fläche!

Ich mache das jetzt auch und male erst mit Aquarellfarben noch einige Farbkreise aufs Blatt:





Auch der schwarze Fineliner mag noch mal aufs Papier und setzt ein paar Herzchen und Kringel um die Hand herum:

Dann noch ein paar Farbstifte-Kringel ... und schon ist unsere bunte Hand fertig: dein allererstes **Happy-Painting!**-Bild!

Ich habe noch meinen Namen mit Fineliner unter die Hand geschrieben.

Vielleicht magst du auch deinen Namen dazuschreiben?

Dann ist dein Bild auch gleich ein schönes Geschenk für jemanden aus deiner Familie oder für eine Freundin oder einen Freund: dein ganz persönlicher Handabdruck mit Unterschrift!

Ich hoffe, du hattest viel Freude mit unserem Start. Jetzt kannst du ganz leicht jedes Motiv aus diesem Buch malen: Sie alle folgen den vier Schritten, die du hier kennengelernt hast.

Mit welchem Motiv möchtest du jetzt weitermachen? Es gibt keine feste Reihenfolge. Schau einfach, was dir gerade gefällt, und lass uns losmalen!



Ich freue mich auf deine Bilder!

