

Ксения Добрина - Тульская  
СОЗВЕЗДИЕ ДОБРЫХ СЕРДЕЦ



# Ксения Добринина-Тулльская

## Созвездие добрых сердец

*<https://litres.ru/73995884>*

*SelfPub; 2026*

### Аннотация

Автор книги — педагог-психолог и мама двоих детей, объединившая свой профессиональный опыт и родительские наблюдения в уникальном сборнике терапевтических сказок.

В книге представлены волшебные истории, помогающие детям справиться с различными эмоциональными состояниями и жизненными ситуациями: страхом темноты, трудностями засыпания, неуверенностью в себе, ревностью, гневом и другими важными детскими переживаниями.

Главная героиня — добрая звёздочка Алиса, которая становится проводником в мир волшебства и мудрости для маленьких читателей. Через её истории дети учатся понимать свои эмоции, находить выход из сложных ситуаций и развивать важные жизненные навыки.

Каждая сказка сопровождается наводящими вопросами, помогающими родителям и педагогам обсудить с ребёнком затронутые темы. Книга станет незаменимым помощником в воспитании эмоционального интеллекта и решении психологических проблем дошкольников и младших школьников.

Льву и Еве посвящается...

# Содержание

Звёздный мир сказок	5
Миллионы звёзд	5
Космические истории	8
Волшебный кораблик	12
Необычный мышонок	16
Конец ознакомительного фрагмента.	19

# Ксения Добрина-Тульская

## Созвездие добрых сердец

### Звёздный мир сказок

#### Миллионы звёзд (боязнь темноты)

Жила-была на небе одна звёздочка. Точнее, звёздочка там была, конечно, не одна. Если вы когда-нибудь смотрели на небо ночью, поздним вечером или ранним утром, то, наверняка, видели, что звёзд там полным-полно. Много лет назад, когда на свете ещё не было телевизора и книжек с картинками, одним из самых интересных занятий для людей было именно разглядывание звёзд. Люди мысленно рисовали линии от одной звезды к другой и так у них получались созвездия - целые звёздные миры. Кто-то видел на небе настоящего звёздного медведя, а кто-то чудесную небесную рыбку...

Только наша сказка будет всего про одну маленькую звёздочку Алису.

Алиса была ещё совсем юной и очень скромной звёздочкой. Она всегда хотела найти себе друзей, но не знала, захо-

чет ли кто-то дружить с ней, ведь Алиса никогда ещё об этом никого не спрашивала.

И вот в один прекрасный вечер, когда Алиса, как обычно, уже сияла над городом, она, вдруг, услышала, что кто-то тихо плачет. До самых облаков доносился такой печальный детский шёпот. И хотя это точно печалился кто-то незнакомый, Алисе стало очень грустно. Она заглянула в одно из окон и увидела там маленького мальчика, он лежал в кроватке и тихо плакал. Алиса спустилась к нему немного поближе и спросила:

- Почему ты плачешь, малыш?

- Я не могу уснуть, - ответил мальчик и кулачком вытер слёзы. - Вокруг уже очень темно, а я боюсь спать в темноте.

- Тогда я могу тебе помочь, - радостно сказала звёздочка. — Только посмотри на небо. Видишь, сколько там красивых ярких звёзд? С ними на Земле не может быть совсем темно.

Звёзды за окном мерцали, как крошечные фонарики, и каждая будто шептала: „Мы здесь, мы с тобой“...

Алиса спустилась и мягко коснулась его лба своим светом. Мальчику стало тепло и спокойно.

— А если ты закроешь глазки, — продолжила Алиса, — то увидишь сон про звёздный хоровод. Раз, два, три... звёзды светят, ты спишь!

Мальчик сразу успокоился и ласково улыбнулся Алисе.

- А когда я проснусь, ты поиграешь со мной? - спросил он.

- А когда ты проснёшься, я спрячусь и буду отдыхать, но

завтра вечером обязательно загляну к тебе снова. Спокойной ночи.

- Спокойной ночи, - ответил мальчик шёпотом, потому что он уже спокойно и сладко засыпал, зная, что он не один, ему светят миллионы ярких звёзд, которые точно не покинут его до самого утра.

А Алиса была просто счастлива и сияла в эту ночь куда ярче обычного, ведь она, кажется, всё же, нашла себе друга.

Вопросы к сказке:

1. Как ты думаешь, почему плакал мальчик? (боялся темноты);

2. А почему он успокоился и перестал бояться темноты? (потому что узнал, что он не один и даже тёмной ночью всегда может найти что-то яркое и светлое вокруг себя или даже на небе);

3. А что мы можем увидеть с приходом темноты? (луну, звёзды, фонари, ночник и т.д.).

# Космические истории (долгое засыпание)

Наступает вечер. Становится прохладнее, птички уже не поют, зато теперь, в тишине, лучше слышны стрекотания кузнечиков. Кузнечики такие странные, коленки у них повернуты не в ту сторону, что у всех остальных, кого знал Тиша.

Мальчику уже очень хотелось спать, и больше он не боялся темноты, но, всё равно, долго возился в кровати, прислушивался ко всему и думал то о кузнечиках, то о машине. Её он, кстати, приглядел себе утром в киоске, когда проходил мимо с мамой. Это была полицейская машинка, с проблесковыми маячками, синей полоской и, наверняка, даже металлическая. Но, на самом деле, Тише были нужны вовсе не кузнечики и даже не металлическая полицейская машина. Больше всего он ждал, когда же снова появится его новый друг – загадочная, но необыкновенно добрая маленькая звёздочка.

Уже совсем стемнело, как вдруг, откуда-то послышалась тихая нежная музыка, похожая на лёгкий звон маленьких колокольчиков.

- Здравствуй, малыш, - сказала Алиса. - Как твои дела?

Мальчик несказанно обрадовался ей.

- Здравствуй, милая, звёздочка, - ответил он. - У меня всё

чудесно! Правда, я очень ждал, когда ты придёшь.

- И вот я здесь! - подмигнула Алиса. – Тоже с нетерпением ждала нашей встречи. Правда, мы с тобой до сих пор не знакомы! Как тебя зовут, мой новый друг?

- Меня зовут Тихон, - гордо произнёс мальчик, - но можно и просто «Тиша».

- Очень приятно, а меня зовут Алиса, - с улыбкой ответила звёздочка. – Почему же ты ещё не спишь? В это время все ребята обычно уже спят.

- Ничего, посплю попозже, пока мне кажется, что я совсем не устал и хотел бы даже ещё поиграть или погулять во дворе, но мама и папа почему-то уже ничего не разрешили.

- Это очень важно, Тиша. - сказала Алиса. - Видимо, твои родители тебя очень любят и заботятся о тебе. Давай ты тоже всегда будешь заботиться о себе и засыпать вовремя? А сегодня я помогу тебе в этом. Ложись поудобнее, посмотри в окно и послушай одну из моих историй...

- С удовольствием, - обрадовался мальчик.

Алиса улыбнулась.

- Видишь на небе большую яркую звёздочку? Это Венера. Она светит, как фонарик, чтобы тебе не было страшно.

- А где наша Земля? - спросил Тиша.

- Она прямо под нами! - ответила Алиса. - Представь огромный-огромный шар, на котором живут все-все: и ты, и мама с папой, и даже кузнечики из твоего двора. Земля кружится, как волчок, и ночью все её жители оказываются на

той стороне, где темно.

- А Луна? - интересовался Тиша. - Она тоже кружится?

- Конечно! Луна - наша ночная подружка. Она всегда рядом, светит мягко, как лампадка, и охраняет сны. А знаешь, почему она такая яркая?

- Почему? - затаил дыхание Тиша.

- Потому что её освещает Солнце! Даже ночью оно не спит — посылает Луне свои лучи, чтобы они отразились на Землю.

- Как волшебный зеркальный шарик! - догадался Тиша.

- Точно! - засмеялась Алиса. - А ещё выше, за Луной, живут другие звёзды. Они далеко-далеко, но всё равно дарят людям свой свет. Каждая звезда - как солнышко для других планет.

- А я смогу до них долететь? - зажмурился от восторга Тиша.

- Когда-нибудь, - подмигнула Алиса. - Но сначала надо хорошо выспаться. Знаешь, почему важно спать по ночам?

- Почему?

- Потому что во сне ты растёшь, набираешься сил и учишься новому. А ещё во сне можно увидеть самые удивительные сны — про космические корабли, про далёкие планеты.

- Я хочу увидеть такой сон! — прошептал мальчик, укутываясь в мягкое одеяло. Он улыбался и представлял себя то учёным астрономом, то космонавтом.

Тут Тиша почувствовал, как тёплый свет Алисы коснулся его лба, и медленно закрыл глаза. Где-то вдали всё ещё звенели колокольчики, а Тиша уже засыпал, и этой ночью ему приснились самые чудесные космические сны. А с утра он, выспавшийся и полный сил, уже чертил карандашом схему своей будущей ракеты.

### Вопросы к сказке

1. Почему Тихон не мог уснуть? (отвлекался, ворочался);
2. Почему так важно вовремя засыпать? (чтобы отдохнуть/чтобы было много сил для интересных дел с утра);
3. Как Тихону удалось уснуть? (он не ворочался, закрыл глазки и тихо послушал историю перед сном).

# Волшебный кораблик (уверенность в себе)

Теперь, когда Тиша и Алиса были официально знакомы и уже считали себя настоящими друзьями, они стали видеться каждый вечер. Алиса рассказывала мальчику свои волшебные истории, а он рассказывал ей про детский сад, про игрушки и про других ребят.

Однажды, когда уже стемнело, Алиса, как обычно, заглянула к своему другу, но он не обрадовался её появлению, как это было раньше. Мальчик сидел весь надутый, словно большущий воздушный шар. Звёздочка долго расспрашивала его о том, что случилось, но Тиша молчал, как партизан. А когда шарик по имени Тиша немного сдулся, и мальчик решил поделиться с Алисой, он показал ей лист с каким-то очень странным рисунком.

- Что это? - удивлённо спросила Алиса

- А на что больше всего похоже?

- Больше всего похоже на гриб, - не задумываясь ответила звёздочка.

Тиша опять превратился в надутый шар.

- Я совсем ничего не умею, - сердито сказал он. - Я весь день рисую корабль, а получается, то шляпа, то гриб. Я вообще ничего не могу, и не буду я больше рисовать.

Алисе стало очень грустно. Она так хотела подбодрить Ти-

шу.

- А ты пробовал нарисовать сначала самое простое? Например, только дно корабля?

Тиша задумался. Действительно, он сразу хотел нарисовать парус, мачту, волны...

- Давай начнём с дна, - предложил он сам. - А потом добавим паруса.

- Отлично! А я тебе помогу Тиша!

- Чем же ты мне поможешь? - по-прежнему надуту и неуверенно спросил он.

- Я знаю один волшебный кораблик! Он плавает в морях и океанах, а когда на него светит Луна, корабль вместе с капитаном может в любой момент исчезнуть и появиться в любом другом месте!

- Даже у меня дома? - удивился мальчик.

- Да, Тиша! Может произойти всё, что угодно, если стараться и верить в это!

- И что нужно для этого сделать? - спросил Тиша. Он уже совсем не дулся и не сердился, а внимательно слушал звёздочку.

- Для этого нужно только ещё раз постараться! Но уже не грустить и не сердиться, когда рисуешь корабль, ведь не всё должно получаться с первого раза. А ещё, если станет трудно, можно попросить о помощи маму, папу или друга. Например, меня, - улыбнулась Алиса.

- Хорошо, - решительно сказал Тихон. - Давай мы попро-

буем нарисовать его вместе!

Тихон включил светильник, взял карандаш и принялся за дело.

- Сначала нарисую дно, - сказал он. Скрип-скрип — карандаш побежал по бумаге. - Теперь паруса!

Алиса всё время посыпала листочек своей волшебной пылью, чтобы с ним обязательно произошло что-то необыкновенное.

Бу-у-у! - засмеялся Тиша. - Он плывёт!

Корабль на рисунке неожиданно качнулся на волнах.

- У меня получается! - крикнул мальчик и обнял Алису.

- Видишь, главное – не сдаваться!

Мальчик задумчиво прищурил глаза. А потом улыбнулся и продолжил работу.

И вот, когда рисунок был готов, действительно, начались всякие чудеса: нарисованные волны, вдруг, зашевелились, нарисованный парус расправился, и нарисованный корабль поплыл. На корабле очутился нарисованный капитан и приветливо помахал рукой мальчику.

Тихон был бесконечно счастлив!

- Это тот самый волшебный корабль? - восторженно спросил он у звёздочки.

- Конечно, Тиша. Ведь на этот раз ты не сдавался на полпути, а это, кстати, качество настоящего капитана.

Тиша был доволен собой. Он повесил рисунок на стену, и засыпая, всё ещё смотрел на капитана, на корабль и на бу-

шующие морские волны.

Когда мальчик проснулся утром, звёздочка уже спряталась, а корабль на листе снова стал самым обычным, но Тиша, всё равно, хранил его у себя на стене, чтобы никогда не забывать, как важно верить в свои силы.

Вопросы к сказке:

1. Почему Тихон был расстроен, когда к нему прилетела Алиса? (у него ничего не получалось);

2. Что они решили сделать, чтобы всё получилось? (не сдаваться, справиться со всем вместе, выполнять сложную задачу постепенно);

3. Зачем Тихон решил оставить свой рисунок на стене? (чтобы помнить, как важно верить в свои силы).

# Необычный мышонок

## (смелость)

Сегодня Тиша проснулся раньше, чем обычно. Даже раньше солнышка. Звёзды уже прятались, и он помахал на прощание звёздочке Алисе.

Мама с папой ещё не встали, и Тиша пока решил полепить из пластилина. Но только он удобно уселся за столик, как на нём, откуда ни возьмись, появился мышонок. От неожиданности мальчик даже испугался. Мышонок без конца пищал и пытался что-то объяснить, но Тиша, конечно, не мог разобрать ничего из этого писка.

Он взял мышонка в ладошку и понёс показать маме. Мама сначала очень удивилась. Она захотела поближе разглядеть этого малыша, и он с радостью перебежал на ладошку прямо к ней. Так мама сразу полюбила маленького, но очень смелого мышонка. Они с Тишей решили оставить его у себя, а назвали малыша японским именем Хосико.

Весь день Тиша не мог налюбоваться на своего нового друга, а когда пошёл гулять, даже взял его с собой на улицу. Хосико сидел на плече у мальчика и с удовольствием разглядывал большущие белые одуванчики, как вдруг... исчез! Да-да, он просто взял и исчез, так же внезапно, как и появился. Что только не делал бедный Тихон, чтобы найти мышонка. Он и звал его, и лазил в траве... Но Хосико так и не нашёлся.

Вечером к мальчику заглянула Алиса.

- Что случилось, Тиша? - встревоженно спросила она.

Алиса успела сильно полюбить своего друга, и переживала все его печали, как свои собственные.

- Я нашёл мышонка, - грустно ответил Тихон, - и почти сразу же его потерял. А что, если теперь он в большой беде?

- Кажется, я знаю, про какого мышонка ты говоришь.

Звёздочка чуть развернулась и осветила на уголок в комнате Тиши, где, дрожа от страха, сидел Хосико.

- Хосико! Ты нашёлся! - радостно крикнул мальчик. - Я везде тебе искал! Как же ты снова оказался дома?

Хосико снова начал пищать, а Тиша снова не понимал, что именно значит этот писк.

- Пи-пи-пи-пи-пи-пи-пи. Пи-пи-пи-пи-пи. Пи-пи-пи!

Мышонок менял интонации, махал лапками в разные стороны, что-то показывал.

А наша звёздочка Алиса, между прочим, живёт уже очень давно, и, хотя для других звёзд, она кажется маленькой, на самом деле, она светит уже много-много лет.

И, конечно, Алиса уже видела даже таких необыкновенных мышек. Она слегка посыпала Хосико своей волшебной пылью, послышался тихий звон колокольчиков... и Хосико стал говорить. Только в этот раз Тиша понимал уже каждое слово.

- Я не обычный мышонок, - пропищал Хосико. - Когда я вижу кошку, собаку или любого другого опасного хищника,

я могу стать невидимым.

- Вот почему я тебя потерял на улице! - догадался мальчик.

- Да, на самом деле я так и сидел у тебя на плече, только спрятался, потому что в белых пушистых одуванчиках увидел белую пушистую кошку. А я вовсе не такой уж смелый, и ужасно их боюсь! - мышонок зажмурился от страха и снова весь задрожал.

- Я тоже очень испугался, Хосико - ответил ему Тиша.

- Правда? А чего же испугался ты? - удивился малыш. - Ведь ты такой большой! Наверняка, и сам можешь спугнуть любого кота!

- Я испугался вовсе не кошки и не кота, - сказал мальчик.

- Я испугался за тебя, потому что ты теперь мой друг.

- И все иногда чего-то боятся, - добавила звёздочка. - Боятся - это нормально. Смелый не тот, кто ничего не боится, а тот, кто смог победить свой страх.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.