

# KĄCIK POZBYCIA SIĘ ZŁOŚCI

Oto kącik, jaki udało nam się stworzyć dla naszej grupy:



Zależało nam na miejscu, w którym dziecko będzie się mogło trochę schować i zaopiekować uczuciami, które nim targają. Tutaj może uczyć się rozpoznawać, co czuje i radzić sobie ze złością w społecznie akceptowalny sposób. Dziecko ma do dyspozycji wiele pomocy, które pomogą mu wyrzucić z siebie złość.

- **Stolik** z kartkami, kredkami i pudełkiem. Tutaj dziecko może narysować swoją złość i wrzucić ją do pudełka.
- **“Stopki”** przyklejone na macie do energicznego wytupywania złości



- **Rękawice bokerskie** - nie mogą być agresywny wobec kolegów, ale mogą uderzać rękawicami np. **w poduszkę** z wizerunkiem czerwonego ludzika przedstawiającego złość lub w **miękkie ciężarki**.



- **Pufa** - tu możesz usiąść, uspokoić się, pomyśleć o swoim zachowaniu. Przytul poduszkę z wesołą minką i oddychaj

spokojnie, wypuszczaj z siebie negatywne uczucia. Możesz też policzyć do 10, albo zanucić ulubioną piosenkę.



- **Folia bąbelkowa, gazety do darcia**
- **Pudełko z piłkami** - pomyśl co cię zezłościło i wrzucaj piłki do pojemnika



- **Gniotki** - weź gniotka, usiądź wygodnie na pufie, ściskaj gniotka i oddychaj spokojnie



- **Butelka i pałeczka sensoryczna** - wypełnione są żelam, który wolno spływa. Obserwacja tych przedmiotów uspokaja i relaksuje.
- **Bużki z różnymi minkami** - rozłóż minki i wskaż tą, która przedstawia, jak się czujesz
- **Plakat z emocjami** - wybierz swoje imię i umieść na plakacie przy odpowiednim rysunku



- **Duży arkusz papieru** - narysuj bardzo szybko swoją złość



Na koniec prezentujemy widok na cały kącik. Został on już wypróbowany przez dzieci i bardzo im się podoba. Cieszymy

się, że mamy miejsce, gdzie mogą w sposób bezpieczny dla siebie i otoczenia rozładować emocje i napięcia.



Monika Mielańczuk  
Jowita Dudzik