

# **"Уголок уединения"**

## **для психологического комфорта детей первых и вторых младших групп**

Адаптация к детскому саду может проходить не так болезненно, как ее описывают психологи и некоторые родители. Благо, есть множество средств, призванных облегчить процесс привыкания ребенка к новому коллективу, стенам, распорядку дня. Одним из этих средств является уголок уединения в детском саду — то место в группе, где ребенок ощущает себя в полной безопасности, где он может отвлечься от событий, сопряженных со стрессом: прощание с родителями, притирка к одноклассникам и воспитателям.

Особенно востребованы уголки уединения в младших группах, когда дети наиболее остро переживают разлуку с родителями.

Не все воспитатели разделяют необходимость наличия такого уголка в группе. Лучше, по их словам, просто посадить ребенка к себе на колени, обнять. Это более эффективно и терапевтически верно, нежели ребенок спрячется ото всех и останется один на один со своими невеселыми мыслями.

Любопытно то, что еще несколько десятилетий назад о подобных уголках не могло быть и речи. Если в советское время дошкольное воспитание было основано на лучших традициях коллективизма, то сейчас, несмотря на обязательные прогулки, сон, на первое место выдвигается индивидуальность ребенка.

### **Как выглядит уголок уединения в детском саду?**

Уголок уединения в детском саду должен быть небольшого размера. Он, скорее, напоминает небольшой домик, норку, в которой ребенок переживает стресс, неприятные эмоции, расслабляется, а затем снова идет навстречу коллективу.

Цвета, используемые в уголке, должны быть спокойными, не кричащими, пастельных оттенков. Ребенок должен отдыхать, а не дополнительно раздражаться яркими тонами.

Изготовить такой мини-домик можно в виде шатра, ширмы, палатки. Скорее, лучше его сделать мобильным, чем стационарным. В помощь воспитателю легкие конструкции: передвижные ширмы, невесомые драпировки. Малыш сам может обозначить границы уголка, передвинув ширму или задернув шторы.

Чего только воспитатели и педагоги не придумывают! Вот уж действительно, где простор для фантазии и знания детской психологии. Можно ведь просто отгородить пространство с помощью занавески, закрепленной на абажуре или мобиле. Но в некоторых группах вы можете

увидеть в качестве несущей конструкции обычный ... зонт. Смотрится очень оригинально и прибавляет ощущение легкости.

Ребенок может самостоятельно проявить желание отправиться в уголок уединения, но иногда это происходит по подсказке воспитателя: если педагог видит, что малыш чувствует себя некомфортно, зажато или, наоборот, ведет себя вызывающе, агрессивно.

### **Что может быть размещено в уголке уединения?**

Уголок уединения в детском саду наполняют предметами, которые ребенку близки, к которым он испытывает теплые чувства. Психологи рекомендуют положить фотографии родных. Также можно положить в уголок игрушечный телефон, по которому можно понарошку позвонить маме с папой.

Если позволяет расположение и форма уголка, то на стену можно повесить пейзажные картины, обладающие терапевтическим эффектом.

Издавна известно, что вода обладает умиротворяющим свойством, поэтому различные световые и шумовые водопады займут достойное место в "нише уединения".

Обязательный атрибут — подушки, на которые малыш сможет прилечь и отдохнуть. Как вариант, послушать плеер с расслабляющей музыкой (шум воды, дуновение ветра, пение птиц, звуки дождя).

Помимо мягких подушек, желательна "населить" уголок мягкими игрушками. Очень полезны дидактические игры, различные шнуровки, пластилин — все то, что способно отвлечь внимание дошкольника на некоторое время.

Отдельная категория игрушек и пособий может быть направлена на то, чтобы ребенок выплеснул негативные эмоции. С этим отлично справится "коврик злости", подушки для битья, коробочки "Спрячь все плохое", стаканчики для крика.

Содержимое уголка периодически обновляется, однако какие-то предметы должны находиться в уголке постоянно. Это придаст ребенку чувство уверенности, постоянства.

Эффективность работы зависит от того насколько дети осведомлены о предназначении уголка, его оснащённости и умении пользоваться атрибутами. Поэтому детей знакомят с уголком сразу после его организации, предлагают осмотреться, опробовать игрушки. По мере внесения нового атрибута, детям демонстрируются различные способы манипулирования с ним. При правильной организации Уголка уединения, это место станет настоящим помощником воспитателя в группе, кроме того, поможет детям разобраться во всём спектре чувств, которые они испытывают.