



Szkoła Podstawowa nr 2 w Bolesławcu wzbogaciła się o wyjątkowe miejsce — Salę Wyciszeń, stworzoną z myślą o dobrostanie psychicznym uczniów.

To bezpieczna, przyjazna przestrzeń przeznaczona do krótkotrwałego relaksu, regeneracji i samoregulacji emocjonalnej, wspierająca dzieci w radzeniu sobie z napięciem i emocjami dnia codziennego.

Inicjatywa ma na celu poprawę koncentracji, redukcję stresu oraz rozwijanie umiejętności społecznych, co bezpośrednio przekłada się na lepsze funkcjonowanie uczniów w środowisku szkolnym. Sala została zaprojektowana z myślą o elastycznym wykorzystaniu – będą się tu odbywać zajęcia relaksacyjne, krótkie przerwy wyciszające oraz indywidualne sesje wsparcia z pedagogiem lub psychologiem szkolnym. Korzyści z tworzenia takich miejsc są potwierdzone w praktyce edukacyjnej – pomagają dzieciom w samoregulacji emocji, obniżeniu poziomu stresu oraz zwiększeniu gotowości do nauki i współpracy.

23 października w szkole odbyła się lekcja pokazowa dla nauczycieli, podczas której pedagodzy mogli poznać możliwości wykorzystania Sali Wyciszeń w codziennej pracy. Spotkanie poprowadziły: **Sylwia Łukasiewicz-Nawieśniak**, pedagog i psycholog, i **Beata Wysocka**, pedagog i logopeda. – *Wdrażając Salę Wyciszeń kierowaliśmy się dobrymi praktykami stosowanymi przy tworzeniu sal sensorycznych i relaksacyjnych w placówkach edukacyjnych: odpowiednim doborem pomieszczenia, wydzieleniem stref odpoczynku oraz opracowaniem jasnych zasad korzystania* – podkreśla **Irena Sikora-Kołodyńska**, dyrektorka szkoły. Sala będzie dostępna w godzinach pracy szkoły, zgodnie z ustalonym harmonogramem i po wcześniejszym zgłoszeniu. Nad bezpieczeństwem oraz właściwym wykorzystaniem przestrzeni czuwać będzie przeszkolony personel szkoły.

info/2025/10/sp2_sala_wyciszen

