**Педагогический прием «Коврики примирения»**

Хузина Ирина Галимхановна

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Высокогорский детский сад "Сандугач" комбинированного вида Высокогорского муниципального района Республики Татарстан (МБДОУ "Высокогорский детский сад "Сандугач" комбинированного вида")

Воспитатель

***Цель: формирование умений конструктивно решать конфликты.***

Задачи:

1. вовлекать детей в решение конфликтов и проблем;

2.развивать умения формулировать проблемы и обдумывать пути их решения;

3. развивать чувствительность детей к чувствам других.

**Дидактические материалы:**

Два одинаковых небольших коврика, листы бумаги, ручки, фломастеры, карандаши. Предметы, которые помогут украсить красиво коврик.

Осуществляя педагогическую деятельность в детском саду особое внимание уделяется развитию коммуникативных навыков, профилактики и разрешению конфликтов в группе. Реализуя работу в данном направлении, можно успешно использовать разнообразные педагогические приемы. Предлагается один из таких приемов – «Коврики примирения».

Как и для чего появились данные коврики? Замечено, что поссорившись, дети отходят в сторону от играющих, стараются выбрать ограниченное пространство для обдумывания своей обиды.

Одной из главных задач педагога является обучить детей формулировать проблему конфликта, учить находить пути их решения, учиться понимать, что чувствует другой человек, который находится рядом с ним, стараться сопереживать ему.

Воспитатель заранее готовит два одинаковых коврика: первый коврик «Коврик раздора», второй коврик «Коврик примирения». Как только в группе возникает конфликтная ситуация, воспитатель предлагает коврики детям.

На «Коврике раздора» дети высказывают: почему возникла ссора, что им не нравится, высказывают всю обиду своему обидчику. Другой ребенок выслушивает первого молча, затем он в свою очередь высказывает свое мнение о сложившейся ситуации. На данном коврике они могут высказать все, что является причиной их конфликта.

При первом использовании данного приема воспитатель задает конфликтующим наводящие вопросы.

-Скажите, пожалуйста, чем ты огорчен?

-Ты можешь сказать, на что ты обиделся?

Обида сама по себе деструктивная, она влечет ярость, злость, желание отомстить, разочарование. Дети не понимают, как можно справиться с такими чувствами, поэтому переживают сильнейшую психоэмоциональную травму, которая оставляет отпечаток на всей дальнейшей жизни. Уже будучи взрослым, человек может нести тяжесть детских обид, которые не будут давать ему жить счастливо и полноценно. К примеру, если в школьном возрасте учительница неудачно пошутила над вами во время ответа у доски, вполне вероятно, что будучи взрослым, вы не сможете выступать на публике. Обидчивые дети во много раз чаще страдают ожирением, когда вырастают, так как они вырастают неуверенными в себе, замкнутыми и «заедают» любые чувства, которые приносят им дискомфорт. Дети, которые в детстве часто обижались и им не помогли бороться с этими чувствами, продолжают обижаться и во взрослой жизни, на работе, на учебе, дома. В конце концов, они становятся изгоями, так как никто не любит общаться с людьми, у которых преобладают деструктивные чувства. Таким образом, они сами разрушают свою жизнь, и все по той простой причине, что в детстве их не научили прощать.

С помощью данного приема ребенку предлагается психологически разгрузиться, выговорить свою обиду. Проговаривая причины раздражения, ребенок автоматически обдумывает то, на что он обижен, правильно ли поступили обе стороны.

Если дети начинают говорить одновременно, перебивая друг друга, воспитатель подводит к тому, что когда они говорят вдвоем, они не смогут услышать друг друга.

- Скажите, вы услышали то, что говорил ваш собеседник? Как вы думаете, а почему вы не услышали другого? А как решить этот вопрос?

Отсюда вытекает одно правило, что дети говорят по очереди, без повышения голоса (первое правило). Технология «Правила среди нас»

-А если вы будете обзывать друг друга, сможете ли вы подружиться?

-Нравится ли вам, когда вас обзывают?

-Вспомни, пожалуйста, тебя когда-нибудь обзывали?

-Расскажи, что ты чувствовал при этом?

**Этот прием способствует развитию у ребенка способности к эмпатии**, т.е. к пониманию того, что чувствуют другие люди.

Следующее правило «Уважительно относиться друг другу, высказываться без оскорблений» (Второе правило)

-Ребята, на коврике раздора, вы можете высказать все, что вам не нравится, на что вы обижены?

-Но самое главное правило «Не обижаться на то, что вы услышите» (третье правило). На данном этапе можно использовать следующие техники:

### Техника работы с обидой «Письмо»

Представители многих современных направлений психотерапии признают эффективность написания писем, которые не принято отправлять адресату. Это может быть письмо, написанное в свободной форме, или с соблюдением определенных правил. Для того, чтобы простить обидевшего человека необходимо просто написать ему письмо. Данная техника работы с обидой предполагает соблюдение правила написания письма. Оно заключается в том, чтобы написать, порвать и выкинуть это письмо.

Необходимо выразить на чистом листе бумаге свои обиды, чувства и переживания, написать все те слова, которые хочется сказать другому человеку. Здесь можно проявить все свои болезненные чувства, например, выплакаться. Затем, не перечитывая письмо, порвать его и выкинуть.

### Техника работы с обидой «Рисунок обиды»

Рисунок позволяет осознать свои мысли и чувства, которые человек привык подавлять. Ребенок должен представить свою обиду и ответить на следующие вопросы:

— Где обида живет (в груди, в голове и т.д.)? Обрати внимание на тело и спроси себя: что ты чувствуешь, когда обижен? Отражается ли обида на твоем самочувствии?

— Какого размера твоя обида? Какой температуры (холодная, теплая, горячая)? Какая она на ощупь (приятная, липкая, мягкая, меняющая форму)? Какого она цвета?

Затем ребенка просят обиду нарисовать, желательно в виде определенного образа.

— Хочешь ли ты, чтобы обида осталась с тобой? Готов ли ты от нее отказаться и перестать обижаться?

В конце работы рисунок необходимо уничтожить. Можно порвать.

На «Коврике раздора» важно не только высказать свои эмоции, желания (Я не люблю…, Я испугался…, Я хочу…), но и желания по поводу поведения другого ребенка (Я хотел, чтобы со мной поделились машинкой, я хочу, чтоб они взяли меня в свою игру…). В данном случае им легче найти решение в конфликте, переход из стратегии «Форсирования» (разрыва отношений) к стратегии сотрудничества.

Если дети не могут начать разговор или же перебивают друг друга, можно предложить им придумать правило, с чего начать:

- Кто сейчас хочет высказаться? А как мы можем понять, что собеседник закончил высказываться? Если мы не можем решить, кто будет первым, как мы можем определить очередность?

Следующее правило «Жребий для начала и слово «Всё» в конце высказывания»

- В конце после слова «Всё» давайте предложим собеседнику слово «А что ты чувствуешь?»

Все, что было сказано на «Коврике раздора» мы оставляем на нем, и переходим на более красивый коврик «Коврик дружбы».

Так как оба коврика одинаковые и не различаются, дети предложили сделать «Коврик дружбы» более ярким, светлым, украсить лентами, бусинками и т.д. На этом коврике они предлагают друг другу помириться, обсуждают свои дальнейшие действия, то как они могут вместе продолжать играть. Используют приемы телесного контакта: обнимаются, улыбаются друг другу, пожимают руки или используют мирилки.

- Ребята, а как показать другому, что ты уже не злишься на него? Что ты его уже простил?

Следующее правило: они в конце обнимаются и улыбаются друг другу, таким образом невербально говоря друг другу «Я тебя простил, мы с тобой друзья». А также можно использовать метод «Конструктивного диалога». Диалог может выглядеть следующим образом: один участник диалога высказывает мысль, второй – должен обозначить понятие, которое подтвердит или отвергнет эту мысль.

Также можно предложить детям, придумать найти выход из данной ситуации. Договориться: сначала ты играешь с машинкой, потом я; если кто - то играет в уголке уединения, то к нему никто не заходит и не беспокоит его, а если хотят присоединиться к нему, то можно вежливо попросить разрешения присоединиться.

Наличие «коврика примирения» в группе побуждает детей отказаться от драк, споров и слез, заменив их обсуждением проблемы друг с другом.