Метафорические ассоциативные карты, как средство развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста.

Раннее и дошкольное детство - это время, когда эмоции господствуют над всеми сторонами жизни ребенка, управляют и регулируют все остальные его психические функции.

«Эмоциональный интеллект» - это способность для понимания своих и чужих эмоций, и управления ими.

Способность к пониманию эмоций означает, что человек:

• может распознать эмоцию,

• может идентифицировать эмоцию,

• понимает причины, вызвавшие данную эмоцию, и следствия, к которым она приведет.

Способность к управлению эмоциями означает, что человек:

• может контролировать интенсивность эмоций,

• может контролировать внешнее выражение эмоций;

• может при необходимости произвольно вызвать ту или иную эмоцию [1].   
 Метафорические ассоциативные карты – инструмент для консультирования, психотерапии, групповой и индивидуальной работы.

Карта – это дверь во внутренний мир человека, за которой живет событие, впечатление, человеческая история». [2]

Использование метафорических ассоциативных карт основано на проективном методе, который представляет собой совокупность отдельных техник для того, чтобы изучить те аспекты личности, которые наименее доступны наблюдению или опросу.

В своей практической деятельности для развития эмоционального интеллекта я использовала колоду «Семейка Гномс. Игры для эмоционального развития». Е.Кирюшина, А.Мухаматуллина.

Формы работы с метафорическими ассоциативными картами:

* Произвольный выбор метафорических ассоциативных карт вслепую или открытый выбор метафорических карт.
* Выбор метафорической карты как ответ на вопрос.
* Выбор метафорической карты, символизирующей человека, событие, состояние или ситуацию.
* Выбор карты наиболее приятной или отталкивающей.

Как показала практика дети не всегда могли дифференцировать 10 базовых эмоций (по К. Изарду).

Потребовалось время, прежде чем дети с легкостью начали узнавать эмоции по метафорическим ассоциативным картам «Семейка Гномс», «Persona», «Personita», а затем и у себя и других людей. С метафорическими ассоциативными картами дети работали с удовольствием, без сопротивления, они открывали детям новые грани и возможности анализа своей жизни, при этом становились доступными глубинные переживания, процессы восприятия, протекающие за пределами сознания.

Развитие навыка дифференциации своих эмоций и эмоций другого человека - это важнейшее направление психокоррекционной и развивающей работы практического психолога с детьми старшего дошкольного возраста. К тому же уровень развития эмоционального интеллекта существенно влияет на качество коммуникации ребенка со сверстниками и взрослыми.

Список литературы:

1. Дегтярев А.В. «Эмоциональный интеллект»: становление понятия в психологии // Психологическая наука и образование. 2012. № 2.
2. Г. Б. Кац, Е. А. Мухаматуллина «Метафорические карты. Руководство для психолога». - СПб, Генезис, 2014.