Эмоциональный интеллект — это умение распознавать свои и чужие эмоции, а также управлять ими. Если IQ измеряет интеллектуальные, логические и аналитические способности человека, то EQ (эмоциональный интеллект) ― его личные и социальный навыки. Поэтому, если человеку удастся подружиться со своими эмоциями и эмоциями окружающих его людей, то он сможет в будущем наладить отношения с этими людьми, а также научится выстраивать более здоровые отношения в будущем.

Учителя литературы часто помогают детям справиться с развитием эмоционального интеллекта: на уроках мы развиваем умение сопереживать другому, рефлексию и т. д.

На уроках литературы через анализ текста дети учатся «считывать» чувства и эмоции героев произведений.