



INTEGRATION OF PSYCHOLOGY AND LITERATURE AS A MEANS OF DEVELOPING EMOTIONAL INTELLIGENCE IN SCHOOLCHILDREN

Tatyana Djalalitinovna Polatova

Lecturer at the Department of Methods of Teaching Russian
Language and Literature Chirchik State Pedagogical University

Abstract

This article explores the potential of an interdisciplinary approach to education that combines literary studies with psychological techniques as an effective tool for developing emotional intelligence in schoolchildren. It highlights the theoretical foundations of emotional intelligence, analyzes the impact of fiction on the emotional sphere of the individual, and describes specific methods aimed at fostering empathy, reflection, and the ability to regulate emotions.

Keywords: Emotional intelligence, literature, psychology, empathy, reflection, interdisciplinary approach, schoolchildren.

ИНТЕГРАЦИЯ ПСИХОЛОГИИ И ЛИТЕРАТУРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ШКОЛЬНИКОВ

Татьяна Джалалитдиновна Полатова

Преподаватель кафедры методики обучения
русскому языку и литературе ЧГПУ

Аннотация

В статье рассматривается потенциал междисциплинарного подхода к обучению, сочетающего литературное образование и психологические техники, как эффективного инструмента развития эмоционального интеллекта школьников. Освещаются теоретические основы эмоционального интеллекта, анализируется влияние художественной



литературы на эмоциональную сферу личности, а также описываются конкретные методики, направленные на формирование эмпатии, рефлексии и способности к эмоциональной регуляции.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, литература, психология, эмпатия, рефлексия, междисциплинарный подход, школьники

Современное образование всё чаще обращается к задачам развития не только когнитивных, но и эмоциональных способностей учащихся. Эмоциональный интеллект (ЭИ), как способность распознавать, понимать и регулировать как собственные эмоции, так и эмоции других людей, признан критически важным для успешной социализации и учебной мотивации обучающихся [1, с. 41]. В этой связи интеграция гуманитарных и психологических подходов в образовательный процесс становится особенно актуальной.

Эмоциональный интеллект в трактовке Д. Гоулмана включает в себя пять компонентов: самосознание, саморегуляция, мотивация, эмпатия и социальные навыки [2, с. 32]. Современные исследования доказывают, что ЭИ поддаётся развитию и обучению, особенно в детском и подростковом возрасте [3, с. 14].

Чтение художественных текстов активизирует внутренний эмоциональный отклик, способствует идентификации с героями и проживанию ситуаций, выходящих за рамки собственного опыта. По мнению М. Нуссбаум, литература развивает «эмоциональную грамотность», расширяя диапазон эмпатических реакций читателя [4, с. 72].

В отечественной педагогике также подчеркивается значимость художественной литературы как средства морального и эмоционального воспитания [5, с. 89].

Интеграция психологических упражнений (например, эмоциональных шкал, техник ролевой проекции, работы с метафорами) в структуру литературного анализа позволяет школьникам осознавать и проговаривать эмоциональные переживания, формируя навыки саморефлексии и эмпатии [6, с. 58].



Примером может служить упражнение «дневник героя», в котором учащиеся от имени литературного персонажа описывают события, интерпретируя их через собственный эмоциональный опыт. Это способствует развитию эмоциональной выразительности и глубинного понимания прочитанного. Также можно использовать **«Календарь эмоций»**, который представлен своеобразным дневником, вести который психологи советуют всем. Суть приёма заключается в том, что, научившись наблюдать за эмоциями вымышленных персонажей, ребенок научится понимать и окружающих его людей, а также понимать свои эмоции. За основу взят календарь эмоций, который люди иногда ведут в реальной жизни, чтобы отслеживать своё эмоциональное состояние и перепады настроения. А на уроках литературы можно наблюдать за эмоциональными переменами героев книг. В верхней части календаря вместо дней отмечаются главы или эпизоды произведения. А слева по вертикали ученикам предлагается определять эмоции персонажа по указанным главам или эпизодам и действия, которые следовали в процессе переживания определенных эмоций. Прежде чем проводить этот приём учащихся знакомят с базовыми эмоциями и их оттенками. В процессе работы задача учеников отмечать по эпизодам как меняется эмоциональное состояние героя. Это учит детей распознавать все оттенки эмоций и понимать своё состояние в той или иной жизненной ситуации.

Коллективный анализ эмоциональных состояний героев, обсуждение их мотиваций и переживаний формирует способность к принятию иной точки зрения. Это особенно эффективно при изучении произведений с нравственно сложными или неоднозначными ситуациями (например, в рассказах А.П. Чехова, В. Распутина, Л.Н. Толстого) [7, с. 133].

Также для развития эмоционального интеллекта можно использовать **«Карту эмпатии»**, которую применяют в психологии для развития навыка асертивности и безоценочности. На уроках литературы эти качества можно развивать, используя этот приём при анализе литературного произведения. Суть приёма заключается в том, чтобы на примерах литературных героев школьники учились понимать, что стоит за их поступками, почему они совершали те или иные действия и к чему это привело. «Карта эмпатии»



представлена в виде таблицы, состоящей из 4 разделов, которые соотносятся с действиями и чувствами персонажа: говорит, думает, чувствует, делает. Учащимся предлагается проанализировать эпизод произведения по этим пунктам и сделать выводы. Этот приём подходит для учеников с 5 по 11 класс. Для подростков подобный анализ особенно важен, так как через него они могут научиться уважать своих сверстников и научиться лучше понимать окружающих.

В экспериментальных программах, реализованных в ряде школ, отмечено повышение уровня эмоциональной осознанности и эмпатии у школьников, участвовавших в занятиях, где литературный анализ сочетался с психологическим рефлексированием [8, с. 51]. Данные коррелируют с международными исследованиями в области эмоционального обучения, подтверждающими эффективность включения литературы в программы SEL (Social and Emotional Learning) [9, с. 5].

Интеграция психологии и литературы в образовательном процессе открывает широкие возможности для развития эмоционального интеллекта школьников. Художественные произведения служат мощным инструментом для стимулирования эмоционального отклика, а психолого-педагогические техники позволяют сделать этот отклик осознанным и продуктивным. Такой подход не только углубляет понимание текста, но и способствует формированию зрелой, эмоционально устойчивой личности.

Список литературы

1. Соловьёва Е.В. Эмоциональный интеллект как фактор школьной успешности // Психология образования. — 2018. — № 2. — С. 40–45.
2. Goleman D. Emotional Intelligence. — New York: Bantam Books, 1995. — 352 p.
3. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications // Psychological Inquiry. — 2004. — Vol. 15(3). — P. 197–215.
4. Nussbaum M.C. Cultivating Humanity: A Classical Defense of Reform in Liberal Education. — Harvard University Press, 1997. — 318 p.



-
5. Петрова И.А. Литература и развитие личности школьника. — М.: Просвещение, 2015. — 224 с.
 6. Захарова Н.Н. Психологические методы на уроках литературы // Вестник практической психологии образования. — 2021. — № 3. — С. 55–62.
 7. Левина Л.М. Эмпатия как компонент читательской культуры школьника // Литература в школе. — 2020. — № 5. — С. 130–135.
 8. Иванова Т.С. Интегративные подходы в обучении литературе: опыт экспериментальной работы // Педагогика. — 2022. — № 6. — С. 48–53.
 9. Jones S.M., Bouffard S.M., Weissbourd R. Educators' social and emotional skills vital to learning // Phi Delta Kappan. — 2013. — Vol. 94(8). — P. 62–65.
 10. Полатова, Т. Д. (2024). Эсхатологические мотивы в научно-фантастическом романе А. Горохова «Герой поневоле». Galaxy International Interdisciplinary Research Journal (GIIRJ), 12, 367–369.
 11. Ergashev, A., Kenenbaev, E., Gulnara, I., & Polatova, T. (2024, November 20). Evolution of communication tools based on the virtual communication process. The Bioscan, 207–212.