

## **EMOTIONAL INTELLIGENCE OF A STUDENT AS A FACTOR OF SUCCESS IN EDUCATION**

**Bakhriddin Umarov**

**Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Department of Psychology,  
Alfraganus University, Tashkent**

**Abstract.** The thesis examines students' emotional intelligence (EI) as a significant psychological factor of academic success. Based on the integration of ability-based, trait, and mixed models of EI, the mechanisms of its influence on learning motivation, self-regulation, academic emotions, and the quality of social interaction in higher education are analyzed. The paper summarizes findings from international and Russian studies confirming the relationship between EI and academic performance, engagement, and psychological well-being. The practical significance of developing EI within the educational environment is substantiated.

**Keywords:** emotional intelligence, academic success, self-regulation, academic emotions, motivation, social-emotional learning, students.

## **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ СТУДЕНТА КАК ФАКТОР УСПЕХА В ОБРАЗОВАНИИ**

**Бахриддин Умаров**

**Доктор психологических наук, профессор кафедры «Психологии»,  
Университет Альфраганус, г. Ташкент**

**Аннотация.** В тезисе рассматривается эмоциональный интеллект (ЭИ) студента как значимый психологический фактор академической успешности. На основе интеграции способностной, трейт- и смешанных моделей ЭИ анализируются механизмы его влияния на учебную мотивацию, саморегуляцию, академические эмоции и качество социального взаимодействия в вузе. Обобщаются данные зарубежных и российских исследований, подтверждающие

связь ЭИ с успеваемостью, вовлечённостью и психологическим благополучием. Обосновывается практическая значимость развития ЭИ в образовательной среде.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, академическая успешность, саморегуляция, академические эмоции, мотивация, социально-эмоциональное обучение, студенты.

В условиях возрастания требований к качеству высшего образования и психологической устойчивости обучающихся особую актуальность приобретает изучение эмоционального интеллекта (ЭИ) как ресурса академического успеха. ЭИ понимается как способность распознавать эмоции, использовать эмоциональную информацию в мышлении, понимать и управлять эмоциями (способностная модель), либо как совокупность устойчивых эмоционально-личностных характеристик (трейтовый ЭИ), либо как интегративная система эмоционально-социальных компетенций (смешанные модели) [1; 2; 3].

Теоретические основания связи ЭИ и образовательного успеха раскрываются через несколько ключевых положений. Во-первых, в рамках теории контроля ценность академических эмоций показано, что эмоции (интерес, тревога, скука, гордость) опосредуют глубину переработки информации, выбор стратегий учения и настойчивость в достижении целей [4]. ЭИ выступает метакомпетенцией, обеспечивающей осознание и регуляцию учебных эмоций, что повышает продуктивность когнитивной деятельности.

Во-вторых, модель регуляции эмоций подчёркивает преимущество когнитивной переоценки по сравнению с подавлением эмоций для адаптивных образовательных исходов [5]. Студенты с более высоким уровнем управления эмоциями демонстрируют лучшую саморегуляцию, меньшую выраженность прокрастинации и более устойчивую учебную мотивацию.

В-третьих, с позиций теории самоопределения автономная мотивация и удовлетворение базовых психологических потребностей (автономия, компетентность, связанность) являются предикторами качественного обучения [6]. ЭИ способствует поддержанию автономной мотивации через развитие навыков самоподдержки, конструктивного взаимодействия и обращения за помощью.

Эмпирические данные подтверждают статистически значимую связь ЭИ с академической успеваемостью и адаптацией к обучению. Метаанализы указывают на положительные, хотя и умеренные по величине, эффекты ЭИ на показатели GPA и вовлечённости [7]. При этом наибольший вклад вносит компонент управления эмоциями и саморегуляции.

В исследованиях российских авторов подчёркивается роль ЭИ как фактора профессионального становления и психологической устойчивости студентов [8; 9]. Отмечается, что развитие эмоциональной компетентности способствует снижению учебной тревожности, повышению коммуникативной эффективности и формированию субъектной позиции обучающегося. В ряде работ показана связь ЭИ с академической мотивацией и стратегиями совладания со стрессом [9].

Обобщая представленные данные, можно выделить четыре механизма влияния ЭИ на образовательный успех:

1. когнитивно-регуляторный (контроль эмоций при решении задач);
2. мотивационный (поддержание настойчивости и целей);
3. социально-коммуникативный (качество взаимодействия в учебной среде);
4. профилактический (снижение риска выгорания и дезадаптации).

Практическая значимость результатов заключается в целесообразности внедрения программ социально-эмоционального обучения (SEL), тренингов развития ЭИ и поддерживающих педагогических стратегий в вузе. Развитие

эмоциональной компетентности студентов может рассматриваться как один из путей повышения качества образования и психологического благополучия обучающихся.

---

### **Список литературы (по ГОСТ Р 7.0.5–2008)**

1. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications // *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, № 3. P. 197–215.
2. Goleman D. *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books, 1995. 352 p.
3. Petrides K. V., Furnham A. Trait emotional intelligence: Psychometric investigation // *European Journal of Personality*. 2001. Vol. 15. P. 425–448.
4. Pekrun R. The control-value theory of achievement emotions // *Educational Psychology Review*. 2006. Vol. 18. P. 315–341.
5. Gross J. J. The emerging field of emotion regulation // *Psychological Review*. 1998. Vol. 106, № 3. P. 551–573.
6. Deci E. L., Ryan R. M. The “what” and “why” of goal pursuits // *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, № 1. P. 68–78.
7. MacCann C. et al. Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis // *Psychological Bulletin*. 2020.
8. Андреева И. Н. *Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии*. Минск: БГУ, 2011. 220 с.
9. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // *Психология. Журнал ВШЭ*. 2006. Т. 3, № 4. С. 3–26.