

Родина Ольга Александровна,
старший преподаватель кафедры «Педагогика
и психология» Ташкентского международного
университета Кимё

РОЛЬ МЕТАКОГНИТИВНЫХ ФАКТОРОВ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР)

УДК: 159.9

[HTTPS://DOI.ORG/10.34920/SO/VOL_2025_ISSUE_4_2](https://doi.org/10.34920/so/vol_2025_issue_4_2)

РОДИНА О.А. РОЛЬ МЕТАКОГНИТИВНЫХ ФАКТОРОВ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР)

Статья посвящена рассмотрению метакогнитивных факторов, их роли в психологической готовности к профессиональной деятельности, а также научным исследованиям разных ученых в этой области. Внимание акцентируется на важности метакогнитивных способностей у профессионалов, их роли в процессе профессиональной деятельности, как аспекте успешной адаптации и эффективной работы человека.

Ключевые слова и понятия: метакогнитивизм, психологическая готовность, рефлексия, осознание, профессиональная деятельность.

RODINA O.A. KASBIY FAOLIYATGA PSIXOLOGIK TAYYORLIKDA METAKOGNITIV OMILLARNING ROLI (NAZARIY SHARH)

Maqola metakognitiv omillarni, ularning kasbiy faoliyatga psixologik tayyorlikdagi rolini, shuningdek, ushbu sohadagi turli olimlarning ilmiy tadqiqotlarini ko'rib chiqishga bag'ishlangan. Mutaxassislarda metakognitiv qobiliyatlarning ahamiyati, ularning kasbiy faoliyat jarayonida roli, insonning muvaffaqiyatli moslashuvi va samarali ishlashining jihati sifatida e'tibor qaratiladi.

Tayanch so'z va tushunchalar: metakognitivizm, psixologik tayyorlik, refleksiya, anglash, kasbiy faoliyat.

RODINA O.A. THE ROLE OF METACOGNITIVE FACTORS IN PSYCHOLOGICAL READINESS FOR PROFESSIONAL ACTIVITIES (THEORETICAL REVIEW)

The article is devoted to the consideration of metacognitive factors, their role in psychological readiness for professional activity, as well as scientific research of various scientists in this area. Attention is focused on the importance of metacognitive abilities in professionals, their role in the process of professional activity, as an aspect of successful adaptation and effective work of a person.

Key words and concepts: metacognitivism, psychological readiness, reflection, awareness, professional activity.

Актуальность работы. Психологическая готовность к профессиональной деятельности имеет огромное влияние на развитие человека как профессионала. Она обеспечивает ему адаптивность и эффективное выполнение профессиональных обязанностей. Немаловажную роль в этом сложном процессе играют метакогнитивные факторы, которые обеспечивают осознание и регулирование собственных мыслительных процессов, способность контролировать и оптимизировать подходы к решению задач. Помогают обучаться, адаптироваться к новым условиям, предотвращать ошибки и повышать качество своей работы. Современность требует от специалистов постоянной работы над собой, отслеживание происходящих изменений как в окружающей действительности, так и во внутриличностных и когнитивных процессах. От умения быть гибким, адаптивным, готовым работать над собой во многом зависит успешность профессиональной деятельности и карьерного роста. В задачу современных образовательных структур входит подготовить специалистов не только на уровне профессиональных знаний и умений, но и на уровне психологической готовности к профессиональной деятельности, сформировать необходимые личностные качества и качества ума.

Краткий анализ научной литературы по теме. Одним из первых в исследованиях метакогнитивизма принято считать Дж. Флейвела, занимающегося исследованиями в области когнитивной психологии и психологии развития. В своих работах он открывает направление метакогнитивизма и представляет модель метапознания и познавательного контроля, построенную на трех факторах о знании: особенностях функционирования когнитивного процесса, знания задачи, её требований и знания стратегии для выполнения этой задачи¹.

Дж. Шроу и Д. Мошман предлагают распространённую в научных кругах теорию метакогнитивного знания, содержащую три вида знаний: декларативные, процедурные и условные, которые по сути являются правилами, исполь-

зуемые человеком для регуляции познавательной деятельности².

Д. Шартье и Э. Лоарер в своей концепции метапознания выделяют, что особенностью метакогнитивных процессов является именно регулирование познавательных (когнитивных) функций³.

А. Браун предложил свою модель метапознания, которую можно разделить на две составляющие: знание о познании и регуляция познания. Его модель выделяет процессы руководства, тем самым указывая на важность контроля и способности регуляции познавательной (когнитивной) деятельности⁴.

М.А. Холодная предлагает свою концепцию «ментального опыта», которая основана на трех уровнях: когнитивном, метакогнитивном и интронациональном, что позволяет обеспечивать контроль за состоянием интеллектуальной деятельности и индивидуальных ресурсов⁵.

Н.А. Расщепкина в своем исследовании показала, что метакогнитивная осведомлённость и метакогнитивные способности обеспечивают саморегуляцию, являются составляющими ресурсов самоопределения и входят в компонентную структуру «метакогнитивного опыта»⁶.

М.А. Кислякова считает, что метакогнитивная регуляция осуществляется с помощью стратегий, состоящих из последовательных действий, таких как планирование, управление информацией, мониторинг, исправление ошибок и оценка⁷.

² Schraw, G. & Dennison, R.S. (1994) Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*

³ Шартье Д., Лоарер Э. Обучение и перенос когнитивных и метакогнитивных стратегий // Когнитивное обучение: современное состояние и перспективы / под ред. Т. Галкиной, Э. Лоарера; пер. с фр. И. Блинниковой. М.: Ин-т психологии РАН, 1997. С. 201–216.

⁴ Brown A. L. Metacognition, executive control, self-regulation and other more mysterious Mechanisms // *Metacognition, Motivation, and Understanding*. Ch. 3, New Jersey, 1987, pp. 65–116.

⁵ Холодная М.А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. СПб.: Питер, 2002. 272 с.

⁶ Расщепкина Н.А. Общекультурные компетенции как компоненты инновационного потенциала студента технического вуза // *Научное мнение*. 2015. Т. 4, № 2. С. 22.

⁷ Кислякова М.А. Развитие метакогнитивных умений студентов-гуманитариев на занятиях по математике // *Вестник Челябинского государственного педагогического университета*. 2010. № 5. С. 79–89.

¹ Flavell J.H. Metacognition and cognitive monitoring: a new area of cognitivedevelopmental inquiry // *American Psychologist*. 1979. Vol. 34. P. 906–911.

Т.Е. Чернокова определяет метапознание как систему знаний о познавательной деятельности и особенностях собственного познания, рассматривая структуру данного процесса как комплекс компонентов: целеполагание, моделирование условий, программирование и контроль действий, используемых для достижения поставленных познавательных целей¹.

В.А. Карпов, определяет метакогнитивные процессы как осознание и регулирование собственных мыслительных процессов, мониторинга и способности оценивать свои мысли и действия и их выполнение, прогнозирование и планирование, что подразумевает способность предугадывать результат своих действий и на этой основе выстраивать стратегию решения поставленной задачи². Необходимо отметить, что В.А. Карпов подчеркивает, что умение регулировать свои когнитивные процессы способствует снижению стресса и повышению уверенности в своих силах, что положительно влияет на качество выполняемой работы и удовлетворенность профессиональной деятельностью. Для нас важно рассмотреть исследования, связанные с ролью метакогнитивных факторов в психологической готовности к профессиональной деятельности.

Цель исследования: изучить исследования о роли метакогнитивных факторах в психологической готовности к профессиональной деятельности.

Задачи исследования:

- рассмотреть подходы к изучению метакогнитивных факторов в контексте профессиональной деятельности и психологической готовности к профессиональной деятельности.
- установить актуальность и соответствие взглядов разных ученых современным условиям образовательных систем

Методология исследования.

Рассматривая и сопоставляя исследования проведенные в области проблемы метакогнитивных факторов в психологической готовности к профессиональной деятельности, был

использован качественный контент анализ, что позволило собрать и проанализировать основные источники по данной теме и решить поставленные задачи: разобраться с подходами и мнениями ученых-исследователей метакогнитивных факторов и психологической готовности, прояснить актуальность вопроса.

Объект исследования: понятие и структура терминов метакогнитивные факторы и психологической готовности к профессиональной деятельности.

Предмет исследования: взгляды ученых-исследователей на проблему метапознания и психологической готовности к профессиональной деятельности.

Результаты исследования и основное содержание.

Как мы уже упоминали нас интересуют исследования метапознания в контексте психологической готовности к профессиональной деятельности. Если рассматривать понятие психологической готовности к профессиональной деятельности, то можно отметить, что большинство ученых подходят к её определению с разных точек зрения. Одна из них раскрывает готовность как результат профессиональной подготовки, все что специалист приобретает в процессе обучения: знания, умения, навыки и есть основные компоненты готовности. Недостатком данной точки зрения является то, что не учитывается влияние этих компонентов на личность самого специалиста. Другая точка зрения понимает психологическую готовность к профессиональной деятельности как постоянный процесс развития специалиста, его личности, расширение границ профессиональных возможностей, что соответственно влияет на повышение её уровня.

Анализируя проведенные исследования, посвящённый психологической готовности к профессиональной деятельности можно выделить несколько методологических подходов к данной проблеме: функциональный, личностный и личностно-деятельностный.

Функциональный подход предлагает рассматривать психологическую готовность к профессиональной деятельности как предстартовую активизацию психических функций, работоспособность человека, а также умение собраться и подключить необходимые ресурсы как физические, так и психиче-

¹ Чернокова Т. Е. Метакогнитивная психология: проблема предмета исследования. // Вестник Поморского университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. — 2011. № 3. — С. 153–158.

² Карпов А.В., Скитяева И.М. Психология метакогнитивных процессов. М.: Ин-т психологии РАН, 2005. 352 с.

ские для реализации деятельности (Л.С. Нерсисян, В.А. Алаторцев, Ф.К. Генов, Е.П. Ильин). Психологическая готовность в данном подходе представляется временным явлением.

Личностный подход понимает готовность как признак индивидуальных и личностных качеств, определённых характером деятельности, которую необходимо выполнить (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев).

Личностно-деятельностный подход изучает психологическую готовность к деятельности как целостное проявление личности и всех её сторон, которые помогают успешно и эффективно решить поставленные задачи (А.А. Деркач, М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович). На сегодняшний день данный подход к проблеме психологической готовности является наиболее актуальным. В своих работах М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович сумели обобщить все ранние исследования и прийти к выводу, что психологическая готовность к профессиональной деятельности является основной предпосылкой к предстоящей деятельности, её целенаправленности и устойчивости, регуляции и эффективности. Данное состояние помогает с успехом выполнять свои профессиональные обязанности, верно использовать накопленные знания и опыт, качества личности, выполнять саморегуляцию, проводить перестройку своей деятельности в случае изменений планов или появлении непредвиденных препятствий¹.

С.В. Деркач исследует психологическую готовность в контексте профессионального саморазвития и саморегуляции. В своих работах он затрагивает проблемы метакогнитивных факторов как основ личностного роста и адаптации к профессиональной среде. Разрабатывая теорию метакогнитивных процессов в обучении и профессиональной деятельности С.В. Деркач и, его коллеги акцентируют внимание на важности осознания и корректировки собственных мыслительных и поведен-

ческих стратегий для эффективного решения профессиональных задач².

В.Н. Дружинин определяет психологическую готовность как психическое состояние мобилизации ресурсов субъекта труда для краткосрочного или долгосрочного выполнения конкретной деятельности. В своих исследованиях он отмечает, что динамическая структура психологической готовности есть целостное образование, состоящее из личностных характеристик: мотивационные, познавательные, эмоциональные и волевые³.

Н.Д. Левитов, А.А. Ухтомский и др. определяют процесс психологической готовности к профессиональной деятельности как взаимосвязанные, последовательные действия и процедуры, включающие в себя осознание своих потребностей, осознание своих целей, осмысливание и оценка условий, в которых будут выполняться задачи, определение рациональных способов решения задач, прогнозирование проявления интеллектуальных, эмоциональных, волевых и мотивационных процессов, мобилизация сил и ресурсов в соответствии с поставленной задачей⁴.

В зарубежных исследованиях психологическую готовность к профессиональной деятельности чаще определяют как возможная эффективность в профессии. К. Хамильтон с соавторами связывает готовность с профессиональной идентичностью и стремление к повышению эффективности своих действий, что приводит к переходу к профессиональной деятельности⁵.

К. Скилтон считает, что психологическая готовность к профессиональной деятельности подразумевает высокий уровень самосознания, коммуникативных навыков, умения вли-

¹ Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психологические проблемы готовности к деятельности. — Минск: Изд-во БГУ, 1976. — 176 с.

² Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогика и психология деятельности организатора детского спорта. — М.: Просвещение, 1985. — 177 с.

³ Психология. Учебник для гуманитарных вузов / Под общ. ред. В.Н. Дружинина. — СПб.: Питер, 2001 — 656 с.

⁴ Психология. Учебник для гуманитарных вузов / Под общ. ред. В.Н. Дружинина. — СПб.: Питер, 2001 — 656 с.

⁵ Hamilton K., Morrissey S. A., Farrell L. J. [et al.] Increasing Psychological Literacy and Work Readiness of Australian Psychology Undergraduates through a Capstone and Work-Integrated Learning Experience: Current Issues and What Needs to be Done // Australian Psychologist. 2018 Vol. 53, Issue 2 P. 151–160. DOI: <https://doi.org/10.1111/ap.12309>

ять на других, что в свою очередь влияет на частоту использования рефлексии¹.

М. Кек, Х. Хейсер утверждают, что психологическая готовность к профессиональной деятельности связана с индивидуальными характеристиками будущих специалистов, убеждениями в своей эффективности, эффективностью преподавания и особенностями преподавателей, подходами в обучении и готовностью к самообразованию².

М. Станевски, Т. Шопиньски исследовали психологическую готовность к профессиональной деятельности у студентов предпринимательской отрасли. В своей работе авторы отмечают, что чем выше уровень образования, тем выше склонность к открытию собственного бизнеса и выше вероятность успешного результата. А как известно предпринимательство предполагает готовность и способность к быстрому принятию решения, к творческому подходу, риску, гибкой адаптации к изменяющейся среде³.

Таким образом, исследования в области метапознания и её влияния на психологическую готовность к профессиональной деятельности охватывают широкий спектр подходов направленных на практическое применение этих теорий как в образовании, так и в профессиональном развитии.

Выводы.

Проанализировав взгляды разных ученых к поставленному вопросу, можно сделать следующие выводы о подходах к пониманию терминов «психологическая готовность к профессиональной деятельности» и «метакогнитивные факторы», а также о роли метакогнитивных факторов в психологической готовности к профессиональной деятельности:

1. Психологическая готовность» рассматривается с точки зрения трёх подходов: функциональный, личностный и личностно-деятельностный.

2. Психологическая готовность к профессиональной деятельности состоит из следующих структурных компонентов: когнитивного (познавательного), мотивационных, эмоциональных, волевых.

3. Психологическая готовность к профессиональной деятельности представляется процессом, в котором человек осуществляет осознание своих потребностей, целей, мотивов, оценку и прогнозирование, расчет и мобилизацию своих ресурсов необходимых для решения поставленных задач.

4. К структурным компонентам метакогнитивных факторов относятся: метакогнитивные процессы, включающие в себя контроль и регуляцию процесса познания, управление познанием, моделирование и целеполагание, программирование и самоконтроль процессов познания; метакогнитивные знания, где важным является знание закономерностей, условий, средств познания.

5. Несмотря на различия в интерпретации структурных компонентов метапознания все авторы выделяют:

- рефлексивный аспект метапознания, где подразумевается знание человека о собственном познании и об особенностях собственной познавательной сферы;

- регулятивный аспект метапознания: стратегии, интеллектуальные знания при помощи которых человек контролирует свое собственное познание и управляет им.

6. По мнению большинства авторов исследований роль метакогнитивных факторов в психологической готовности к профессиональной деятельности заключается в: осознании своих сильных и слабых сторон, метакогнитивном планировании, стратегическом мышлении, контроле и коррекции хода процесса, гибкости и адаптивности, управлении эмоциями и стрессом. Применение всех этих процессов позволяет успешно выполнять свою профессиональную деятельность и эффективно использовать собственные ресурсы.

¹ Skilton C. J. Involving Experts by Experience in Assessing Students' Readiness to Practise: The Value of Experiential Learning in Student Reflection and Preparation for Practice // *Social Work Education*. 2011 Vol. 30, Issue 3 P. 299–311. DOI: <http://doi.org/10.1080/02615479.2010.482982>

² Kek M., Huijser H. Exploring the combined relationships of student and teacher factors on learning approaches and self-directed learning readiness at a Malaysian university // *Studies in Higher Education*. 2011 Vol. 36, Issue 2 P. 185–208. DOI: <http://doi.org/10.1080/03075070903519210>

³ Staniewski M. W., Szopiński T. Student readiness to start their own business // *Economic Research – Ekonomska Istraživanja*. 2015 Vol. 28, Issue 1 P. 608–619. DOI: <https://doi.org/10.1080/1331677X.2015.1085809>

Список используемой литературы:

1. Flavell J.H. Metacognition and cognitive monitoring: a new area of cognitedevelopmental inquiry // *American Psychologist*. 1979. Vol. 34. P. 906–911.
2. Schraw, G. & Dennison, R.S. (1994) Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*. 19. pp. 460–475. DOI: 10.1006/ceps.1994.1033.
3. Schraw, G. & Moshman, D. (1995) Metacognitive Theories. *Educational Psychology Review*. 1995. 7(4). pp. 351–371. DOI: 10.1007/s10648-017-9413-7
4. Шартье Д., Лоарпер Э. Обучение и перенос когнитивных и метакогнитивных стратегий // *Когнитивное обучение: современное состояние и перспективы* / под ред. Т. Галкиной, Э. Лоарпера; пер. с фр. И. Блинниковой. М.: Ин-т психологии РАН, 1997. С. 201–216.
5. Brown A. L. Metacognition, executive control, self-regulation and other more mysterious Mechanisms // *Metacognition, Motivation, and Understanding*. Ch. 3, New Jersey, 1987, pp. 65–116.
6. Холодная М.А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. СПб.: Питер, 2002. 272 с.
7. Расщепкина Н.А. Общекультурные компетенции как компоненты инновационного потенциала студента технического вуза // *Научное мнение*. 2015. Т. 4, №2. С. 22
8. Кислякова М.А. Развитие метакогнитивных умений студентов-гуманитариев на занятиях по математике // *Вестник Челябинского государственного педагогического университета*. 2010. № 5. С. 79–89.
9. Чернокова Т. Е. Метакогнитивная психология: проблема предмета исследования. // *Вестник Поморского университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки*. — 2011. № 3. — С. 153–158.
10. Карпов А.В., Скитяева И.М. Психология метакогнитивных процессов. М.: Ин-т психологии РАН, 2005. 352 с.
11. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психологические проблемы готовности к деятельности. — Минск: Изд-во БГУ, 1976. — 176 с.
12. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогика и психология деятельности организатора детского спорта. — М.: Просвещение, 1985. — 177 с.
13. Психология. Учебник для гуманитарных вузов / Под общ. ред. В. Н. Дружинина. — СПб.: Питер, 2001 — 656 с.
14. Hamilton K., Morrissey S. A., Farrell L. J. [etc.] Increasing Psychological Literacy and Work Readiness of Australian Psychology Undergraduates through a Capstone and Work-Integrated Learning Experience: Current Issues and What Needs to be Done // *Australian Psychologist*. 2018 Vol. 53, Issue 2 P. 151–160. DOI: <https://doi.org/10.1111/ap.12309>
15. Skilton C. J. Involving Experts by Experience in Assessing Students' Readiness to Practise: The Value of Experiential Learning in Student Reflection and Preparation for Practice // *Social Work Education*. 2011 Vol. 30, Issue 3 P. 299–311. DOI: <http://doi.org/10.1080/02615479.2010.482982>
16. Kek M., Huijser H. Exploring the combined relationships of student and teacher factors on learning approaches and self-directed learning readiness at a Malaysian university // *Studies in Higher Education*. 2011 Vol. 36, Issue 2 P. 185–208. DOI: <http://doi.org/10.1080/03075070903519210>
17. Staniewski M. W., Szopiński T. Student readiness to start their own business // *Economic Research – Ekonomska Istraživanja*. 2015 Vol. 28, Issue 1 P. 608–619. DOI: <https://doi.org/10.1080/1331677X.2015.1085809>