

Научное мнение. 2025. № 6. С. 193–198.

Nauchnoe mnenie. 2025. № 6. P. 193–198.

Научная статья

УДК 378.147

DOI: [https://doi.org/10.25807/22224378\\_2025\\_6\\_193](https://doi.org/10.25807/22224378_2025_6_193)

## **МЕТАКОГНИЦИЯ КАК ОСНОВА УЧЕБНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ В КОНТЕКСТЕ ФОРМИРОВАНИЯ ГИБКИХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ-ЛИНГВИСТОВ**

**Полина Валерьевна Чернышова<sup>1</sup>, Инна Сергеевна Решетова<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Северо-Кавказский федеральный университет, г. Ставрополь, Россия

<sup>1</sup> paulina981@yandex.ru

<sup>2</sup> inna-reshetova@rambler.ru

**Аннотация.** В статье рассматривается возможность целенаправленного овладения способностью к метакогниции в контексте формирования гибких навыков и переноса умений, полученных в процессе овладения ею, в другие области когнитивной деятельности студентов-лингвистов при формировании у них коммуникативной, языковой, межкультурной и межличностной компетенций как составляющих профессиональной компетентности. На примере изучения студентами-лингвистами первого курса темы “Career Prospects” авторы рассматривают возможное содержание и формы работы с учебным разделом, анализируя процесс и результаты своей деятельности, исходя из компонентного состава лингвистических компетенций и гибких навыков. Нами предлагается план-образец для итогового отчета студента по теме, где преподаватель концентрирует внимание студента на понимании и анализе процессов своего мышления, на развитии способности осознавать, контролировать и регулировать собственные познавательные процессы. И, соответственно, осознанно выбирать стратегии и тактики, необходимые для решения учебных задач раздела.

**Ключевые слова:** гибкие навыки, коммуникация, метакогнитивные навыки, студенты-лингвисты, саморегуляция в обучении

Original article

## **METACOGNITION AS A FRAMEWORK FOR SELF-REGULATED LEARNING WITH REFERENCE TO THE DEVELOPMENT OF SOFT SKILLS OF LINGUISTIC STUDENTS**

**Polina V. Chernyshova<sup>1</sup>, Inna S. Reshetova<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> North-Caucasus Federal University, Stavropol, Russia

<sup>1</sup> paulina981@yandex.ru

<sup>2</sup> inna-reshetova@rambler.ru

**Abstract.** The article is devoted to the potential of task-oriented development of metacognition with reference to the development of soft skills and transfer of skills acquired during mastering it to other areas of cognitive activity of linguistic students while their communicative, linguistic, intercultural and interpersonal competencies are formed as

components of their professional competence. Using the example of first-year linguistic students studying the topic “Career Prospects”, the authors consider the possible content and forms of work with the educational unit, analysing the process and results of their activities, based on the component composition of linguistic competencies and soft skills. The authors offer a sample plan for a student’s final report on the topic, where the teacher focuses the student’s attention on understanding and analysing their thinking processes, on developing the ability to recognise, control and regulate their own cognitive processes, and accordingly, to consciously choose the strategies and tactics necessary to solve the educational tasks of the section.

**Keywords:** soft skills, communication, metacognitive skills, linguistic students, self-regulated learning

Человечество переживает новый этап цивилизационного развития, в котором осмысливаются и осуществляются процессы развития человека и его образования. На первом месте стоит человек, обладающий гораздо большей мерой свободы и ответственности как за собственное благополучие, так и за благополучие общества.

Из этого следует, что в контексте образования необходимо рассматривать, так называемые навыки XXI века или гибкие навыки (soft skills), о содержании и компонентах которых во многих странах разворачивается публичная дискуссия, какие именно из них должны войти в набор базовых грамотностей XXI в. Впечатляющая работа в этом направлении проделана в докладах Center for Curriculum Redesign [1], Partnership for 21st Century Skills [2], World Economic Forum [3; 4] и рядом других организаций.

Основываясь на изученных данных, можно сделать вывод, что основные требования к навыкам XXI века следующие:

- уметь свободно ориентироваться в потоке информации, т. е. информационная грамотность;
- владеть минимальным набором знаний и навыков работы на компьютере, т. е. компьютерная грамотность;
- уметь налаживать коммуникацию и межличностные отношения;
- уметь работать в команде, в сотрудничестве;
- уметь мыслить критически и логически, проявляя изобретательность для решения по-

ставленных задач, используя для этого свои когнитивные умения и навыки;

- уметь находить нужные знания и применять их на практике, наблюдая за процессом своего мышления и затем подбирая инструменты, которые необходимы для решения той или иной задачи, т. е. «мышление о мышлении» — метакогнитивные умения и навыки или метакогниция.

Останавливаясь более подробно на последнем пункте — метакогниции, отметим, что термин был предложен Джоном Флэйвелом в 1970 г., который он понимает как «мыслительную деятельность, направленную на понимание процессов мышления» [5, р. 907]. Определение явления метакогниции практически не претерпело изменений с того времени.

Прослеживая ретроспективу, нельзя не упомянуть о том, что особый класс психических метакогнитивных процессов выступает предметом исследования довольно нового направления психологических исследований, зародившегося лишь во второй половине XX в. — метакогнитивизма. Вслед за А. А. Карповым, под метакогнитивизмом мы понимаем «теоретическое и прикладное научное направление, возникшее в русле когнитивной психологии и представляющее собой в настоящее время автономную область психологического знания в целом. Его центральным конструктом выступает понятие метакогнитивных процессов и качеств личности» [6, с. 29].

В нашей статье мы считаем целесообразным рассмотреть метакогницию как основу

обучения студента-лингвиста, так как это инструмент для осознанной, а значит, более эффективной деятельности, в частности учебной, дающей мозгу способность не просто работать, а управлять своей работой, делая нас более гибкими, адаптивными и способными к росту. Тем более, что весь широкий список гибких умений и навыков во многом зависит от умения наблюдения за процессом своего мышления, от способности осознавать, контролировать и регулировать собственные когнитивные процессы, подбирая стратегии и тактики, необходимые для решения задачи. Метакогнитивные процессы позволяют получить полезную информацию о первичных когнитивных процессах, необходимых в процессе обучения и изучения иностранного языка, о самих процессах обработки внешней информации.

Что касается цели обучения ИЯ студентов лингвистов, она заключается в формирование практических знаний в области языковых норм иностранного языка, развитие умений чтения и говорения; фонетических, грамматических и лексических навыков, необходимых для осуществления межкультурной коммуникации [7, с. 2]. Для достижения поставленной цели обучения ИЯ студентов лингвистов в свете гибких навыков, необходимых профессиональному XXI в., представляется актуальным формирование метакогниции на лабораторных занятиях дисциплин практического курса первого и второго иностранного языка. Одним из возможных вариантов заданий может послужить анализ проделанной работы студента за определенный период (по изучении параграфа, урока, раздела и т. п.)

Студентам предлагается проанализировать процесс и результаты своей деятельности, исходя из компонентного состава, во-первых, коммуникативной компетенции, как основной составляющей их профессиональной компетентности, куда относятся, прежде всего, речевая (аудирование, чтение, говорение, письмо), языковая (фонетика, лексика,

грамматика), социокультурная (культура, традиции) и межличностная компетенция (индивидуальные способности взаимодействия с остальными участниками коммуникации). Во-вторых, исходя из наиболее важных для лингвиста гибких умений, уже перечисленных в начале данной статьи, в частности в контексте метакогниции.

На английском языке в качестве плана и образца для студентов это может выглядеть так:

I've studied Unit 1 devoted to the topic "Career prospects".

**Language competence** (grammar, lexis, phonetics):

Speaking about pieces of language I brushed up such grammar point as "The Subjunctive Mood" when the action refers to the past and when the action refers to the present. The most confusing for me was to clear up in what part of the sentence I must use the tense and in what part the infinitive, which part is the main one, which is subordinate. The most helpful here was to set up a model, for example: If + Past Simple, would + Infinitive. And to learn that when the part of the sentence starts with "if" it is always dependent which means subordinate, no matter if it is at the beginning or in the middle of the sentence.

As to the lexis, I learnt 20 vocabulary notes, connected with the topic, such as go the extra mile, give people a heads-up, bring to the table, hit the ground running, . . . . The main problem was to make them active in my head and not to change them to simpler well-known words for me. Especially when it comes to phrasal verbs. I found it helpful to use collocations dictionary, for example ozdic.com, to look at the word from different sides and to use storytelling strategy. I mean to make up a story with an intricate plot and vivid characters, which really arouse my emotional response, where I inserted all the new words and phrases. Now, when I can remember the event from the story, I can remember the word, very convenient.

**Speech competence** (listening, speaking, reading, writing):

As for my speech competence, the most challenging was analytical reading of the literary text “Ann Meets her Class” by Miss Reed. It is necessary to interpret it from the point of view of its plot and paragraph structure, the message of the writer and stylistic devices. To tell the truth, I tend to ordinary retelling when I just enumerate the course of events. What really helped me was a list of cliches that match every point of the plan. For example, for the literary genre issue – “This text shows all features of ...short story/novel/novelette”. Or, speaking about the atmosphere issue - “The scene evokes / provokes the atmosphere of ...”. And so on and so forth. One more problem for me was to understand the message of the story, it didn't occur clear and obvious what the author means and wants ideas she wanted to get over her readers. But when I made up my mind to read and learn more about the author and her oeuvre, I started looking at the text through a broader lens.

**Interpersonal Competence** (active listening, empathy, patience, flexibility, teamwork, responsibility, dependability, leadership and effective decision-making, motivation):

While studying the unit I also worked at my interpersonal competence and found out that one of the most difficult points for me was active listening when you not only hear what someone is saying, but also attune to their thoughts and feelings. It turns a conversation into an active, non-competitive, two-way interaction. I was really under action and caught myself thinking about something different because of lack of attention and concentration. I was loosing the line of the communication and could not keep the conversation and develop the idea. I realized that to solve the problem, it is necessary to learn some listening techniques. One of the most helpful was paraphrasing and reflecting back what has been said. Another issue was staying patient even, if missed something, make it a rule, without panic, feel free to ask for some clarification. Without focusing so much on insignificant details that make you miss the big picture.

**Cultural and social competence** (critical cultural awareness attitudes / view behaviour withing a cultural context, skills of interpreting and relating, skills of discovery and interaction, understand your own culture, engage in self-assessment):

The topic “Career prospects” refers to my ability to write a CV — a summary of the skills, achievements and experience that we use to apply for jobs. It was necessary for me to learn the differences of giving information in Russia and in the UK. But the most tricky was to describe my strong points, on the one hand to advantage, on the other hand without bragging and boasting, remaining objective, open-minded and impartial. It was really easier said than done and made me work on my self-esteem and self-assessment.

**Flexible skills** (information and computer literacy, creativity and innovation (lateral thinking, divergent thinking, insightful thinking), critical thinking, problem solving, decision making, collaboration, communication, learning to learn, metacognition):

Concerning my flexible skills, it seems to me that I elaborated in information and computer literacy as well as creative and critical thinking, problem solving and decision making, doing such tasks as “Shoot a video advertising card for your company to attract employees”. Having a great deal of stuff it was difficult to clearly and logically consider information that is presented to us in the Internet and our textbook. I had to work on all aspects of attention — concentration, refocusing and allocation, where the last was my challenge as I tend to be drowning in little things and small details. The most practical, though unexpected here, was playing such game with my colleagues as “Don't say YES or NO answering general questions”. Still I think I should work more on it.

Conclusion:

In spite of my considerable (encouraging / excellent / genuine / good / great / impressive / real / remarkable / significant / satisfactory / steady, etc.) progress, I see that it is necessary to .... to elaborate / improve..... Etc.

Как видно из предложенного образца, преподавателю необходимо нацеливать студента анализировать процесс выполнения тех или иных действий при развитии компетенций, трудности, возникшие при изучении и методы решения студентом проблем и трудностей. В противном случае работа по данному плану может подтолкнуть студента к механическому перечислению совершенных им действий при изучении темы, без осмыслиния механизмов познания и без наблюдения за процессом своего мышления, а значит, и без последующего подбора инструментов, необходимых для решения той или иной задачи, что уводит нас в сторону от формирования метакогнитивных умений и навыков. Неотъемлемым условием работы по обозначенному плану является изучение его составляющих совместно с преподавателем с возможным наполнением в качестве примера.

В этой связи необходимо сконцентрировать внимание студента на понимании и анализе процессов своего мышления, на развитии *способности осознавать, контролировать и регулировать собственные познавательные процессы восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения. И, соответственно, на осознанный выбор стратегии и тактики*, необходимых для решения учебных задач раздела, что мы постарались проиллюстрировать в нашей статье.

Таким образом, преподавателю целесообразно дать установку студенту на следующие положения:

1. Начать работать над метакогницией еще на этапе планирования. Практика показывает, что трудности возникают еще на этой ступени, вследствие чего теряется продуктивность учебной деятельности, что значительно замедляет или даже препятствует рефлексии и соответственно блокирует планирования следующего этапа.
2. Осуществить мониторинг мышления и управление им в процессе деятельности, фиксируя «удачные» стратегии и тактики, трудности, возникающие при обучении.
3. На этапе рефлексии и отчета о проделанной работе обозначить способы и методы достижения тех или иных результатов, с подведением итогов и планирования следующего этапа обучения.

Не вызывает сомнений, что в полной мере следовать обозначенным установкам может только человек, владеющий стратегиями саморегулируемого обучения, человек, способный планировать свое обучение, собственно, учиться, затем рефлексировать, делая выводы и снова начинает планировать. Эти выводы позволяют говорить о необходимости формирования метакогнитивной компетенции как одной из ключевых для развития метакогнции в рамках саморегулируемого обучения.

## Список источников

1. The Relationship Between Wisdom and Flourishing, 2025. URL: <https://curriculumredesign.org/papers/#Pubs-Competencies> (дата обращения: 2.05.2025).
2. Infusing Competencies Across Knowledge Domains, 2024. URL: <https://curriculumredesign.org/papers/#Pubs-Competencies> (дата обращения: 2.05.2025).
3. The 10 skills needed for the fourth industrial revolution, 2021. URL: <https://www.wbs.ac.uk/news/the-10-skills-needed-for-the-fourth-industrial-revolution/> (дата обращения: 2.05.2025).
4. World Economic Forum: The Future of Jobs, 2025. URL: <https://www.weforum.org/publications/the-future-of-jobs-report-2025/> (дата обращения: 2.05.2025).
5. Flavell J. H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry //American Psychologist, 1979. Vol. 34, № 10. P. 906—911.
6. Карпов А. А. Взаимосвязь общих способностей и метакогнитивных качеств личности. Саарбрюккен. LAP LAMBERT Academic Publishing, 2014. 272 с.

7. Решетова И. С., Нагамова Н. В., Гришучкова И. Б., Шацкая А. В. Практический курс первого иностранного языка: рабочая программа дисциплины, направления 45.03.02 «Лингвистика», профиль подготовки «Теория и методика преподавания иностранных языков и культур». Ставрополь: ФГАОУ ВО «СКФУ», 2025. 24 с.

Статья поступила в редакцию 02.05.2025; одобрена после рецензирования 09.06.2025; принята к публикации 11.06.2025.

The article was submitted 02.05.2025; approved after reviewing 09.06.2025; accepted for publication 11.06.2025.

**Информация об авторах:**

П. В. Чернышова — кандидат педагогических наук, доцент департамента лингвистики факультета международных отношений;

И. С. Решетова — кандидат педагогических наук, доцент департамента лингвистики факультета международных отношений.

**Information about the Authors:**

P. V. Chernyshova — Candidate of Sciences (Pedagogy), associate professor at the Department of Linguistics, Faculty of International Relations;

I. S. Reshetova — Candidate of Sciences (Pedagogy), associate professor at the Department of Linguistics, Faculty of International Relations;