

3. Захарова, А.В. Деятельностный подход к изучению самооценки/А.В. Захарова — Психодиагностика и школа: Тезисы симпозиума. — Таллин, 1980. — с. 90-99.
4. Князева, Т.Н. Я учусь учиться: психол. курс развивающих занятий для мл. школьников/Т.Н. Князева. — Москва: Аркти, 2004-213 с.
5. Маркова, А.К. Мотивация учения и ее воспитание у школьников/А.К. Маркова, А.Б. Орлов, Л.М. Фридман. — М.: Педагогика, 2006. — 112 с.

## Метакогнитивные способности первокурсников с разным уровнем адаптации к вузу

Придворова Надежда Андреевна, студент;  
Бурдасов Николай Эдуардович, студент;  
Баринова Ивета Ильинична, студент;  
Тарасевич Полина Андреевна, студент;  
Хорунжина Дарья Владимировна, студент  
Владивостокский государственный университет

*Цель исследования — сравнение уровней метакогнитивных способностей первокурсников с разными показателями адаптации к вузу. Используются психодиагностические методики и статистическое сравнение показателей. Результаты отражают различия метакогнитивных способностей у студентов с разными уровнями адаптации к вузу. Метакогнитивные способности позволяют студентам первого курса более успешно адаптироваться к вузу.*

*Ключевые слова: адаптация, студенты-первокурсники, метакогнитивные способности, различия.*

## Metacognitive abilities of first-year students with different levels of adaptation to higher education

Pridvorova Nadezhda Andreevna, student;  
Burdasov Nikolay Eduardovich, student;  
Barinova Iveta Ilyinichna, student;  
Tarasevich Polina Andreevna, student;  
Khorunzhina Darya Vladimirovna, student  
Vladivostok State University

*The purpose of the study is to compare the levels of metacognitive abilities of first-year students with different indicators of adaptation to higher education. Psychodiagnostic techniques and statistical comparison of indicators were used. The results reflect differences in metacognitive abilities among students with different levels of adaptation to higher education. Metacognitive abilities allow first-year students to adapt more successfully to the university.*

*Keywords: adaptation, first-year students, metacognitive abilities, differences.*

Требования государства и общества к воспитанию молодежи крайне важны для формирования личности в процессе высшего профессионального образования. Выпускник школы поступив в вуз автоматически становится субъектом учебно-профессиональной деятельности. Во-первых, образовательная среда в этот период существенно меняется, во-вторых, связи с родителями ослабевают, в-третьих, общение переносится в совершенно особую среду, — всё это свидетельствует о необходимости адаптации студентов-первокурсников к вузу. Адаптация студентов представляет собой процесс вхождения личности в роль и деятельность студента [1]. О трудностях периода адаптации для первокурсников свидетельствует количе-

ство отчислений студентов в течение первого курса: показатели отчислений на 1 курсе более высоки по сравнению со всеми последующими периодами обучения в вузе [1, 2]. Переход в студенчество связан с психологическим кризисом, базирующемся на очень трудном опыте сдачи ЕГЭ, и отрыве от родителей, которые во многом определяют направление профессиональной подготовки в вузе бывших школьников [3]. Они часто остаются один на один с проблемами, пропускают занятия. Причинами трудностей, пропусков и отчислений являются не только уровень общих способностей, но особого рода способности, которые позволяют выстраивать собственное мышление, овладеть своими стратегиями — метакогни-

тивными способностями. В учебной среде нового для вчерашнего школьника типа именно метакогнитивные способности могут помочь «опереться на себя» в непривычных ситуациях.

Современная психология накопила достаточно данных о сущности, способах диагностики, факторах и путях развития метакогнитивных способностей. Исследователи показывают, что именно эти способности имеют большое значение для успешности обучения в школе и вузе. Статья представляет первый результат проекта «Метакогнитивные способности первокурсников с разными уровнями адаптации к вузу», который выполняется в рамках научной школы «Педагогика и психология способностей» под руководством профессора кафедры философии и юридической психологии, д. п. н., профессора, В. С. Чернявской.

Цель исследования: Сравнить метакогнитивные способности и осознанность первокурсников с разными уровнями адаптации к вузу.

В качестве объекта исследования выступала адаптация первокурсников к вузу. Предмет исследования: метакогнитивные способности и осознанность первокурсников с разными уровнями адаптации к вузу.

Мы проверяли гипотезу о том, что студенты с более высокими показателями адаптации к вузу имеют более высокие метакогнитивные способности.

Адаптация студентов к вузу рассматривается как принятие требований вуза, соответствие им поведения и деятельности студентов, что при положительном психическом состоянии может придавать желательное для себя направление и достижение своих целей. Высокий уровень адаптации, по данным авторов, характеризуется высоким приспособлением, включённостью в коллектив сокурсников, знаниями, умениями и навыками [3]. Средний уровень адаптации отражает минимизацию напряжённости в учебном процессе и общении. Студентов с низким уровнем отличает средняя активность и низкий социальный статус. Для исследования мы применяли методику, которая прошла психометрическую проверку.

В понимании метакогнитивных способностей мы опирались на работы А. В. Карпова, М. М. Кашапова, В. С. Чернявской и ряда других авторов.

Метасистемный подход А. В. Карпова раскрывает психику как удвоение реальности: объективная реальность получает своё «удвоенное бытие» в субъективизации [4]. Таким образом, психика как система обретает принципиально новую способность. Функция такой системы состоит в «делании» себя в целом объектом своего же собственного воздействия, при этом становится возможным управление своей собственной организацией. Концепция системогенеза по А. В. Карпову открыта как для конкретных ресурсов человека, так и для разработки методологического плана [4,5]. Ключевую роль в этом играет функция процессуально-психологического обеспечения как конкретного аспекта психики, так и метакогнитивного основания методологического характера [5]. В рамках на-

шего исследования мы рассматриваем диагностику метакогнитивных способностей — метакогнитивных качеств и осознанности в саморегуляции. Для диагностики метакогнитивных способностей использовались методики М. М. Кашапова, Ю. В. Скворцовой для метакогнитивных способностей (качеств) [6,7], диагностика осознанности — с помощью методики (МООП — методика осознанности в саморегуляции) в адаптации О. В. Митиной, Д. А. Леонтьева и др. [8].

По мнению В. С. Чернявской, метамышление — это способность человека познавать, анализировать и изменять собственный способ мышления. В качестве основных выделяются функции: когнитивная (способность познавать и анализировать собственное мышление) и регулятивная — способность изменять собственный стиль мышления, для того чтобы он оптимально подходил для проблемной ситуации [9]. Метакогнитивные способности имеют весьма широкий спектр, чаще всего рассматриваются аспекты рефлексии, осознания, метакогнитивной памяти, стратегий. Она со своими учениками показала, что метакогнитивные способности влияют на успешность учебной деятельности школьников, студентов-исследователей и важны для профессионализации ИТ-специалистов [9, 10, 11].

Эмпирическое исследование проходило во Владивостокском государственном университете в октябре-ноябре 2023 года. Выборка  $N=41$ . Все — студенты первого курса обучения различных направлений подготовки бакалавриата. В исследовании приняли участие 22 студентки и 19 студентов. Средний возраст выборки 18,6.

Анализ показателей адаптации исследовался с помощью методики Т. Д. Дубовицкой и А. В. Крыловой «Адаптированность студентов в вузе» [3]. Он показал, что количество студентов с высоким уровнем адаптации — 9 человек, с низким — 6 человек, а остальные 26 — со средним. Также можно заметить, что данные показатели имеют нормальное распределение (Рис. 1).

Полученные результаты отражают данные об общем уровне адаптации по общим показателям, без разделения на адаптированность студентов-первокурсников к учебной группе, к учебной деятельности.

На втором этапе исследования с помощью метода контрастных групп проходила диагностика метакогнитивных способностей (качеств) с помощью методики М. М. Кашапова и Ю. В. Скворцовой, в группах студентов с высокими и низкими уровнями адаптации. Ниже показано, что в группе с низкими показателями адаптации средние значения метакогнитивных способностей ниже, чем в группе с высокими показателями адаптации (Рис. 2).

Для проверки достоверности различий показателей метакогнитивных способностей все показатели группы с низкой адаптацией (6 человек) сравнивались со всеми показателями метакогнитивных способностей группы с низкой адаптацией (6 человек) по критерию Манна-Уитни.

Критические значения для данной выборки  $U_{Кр}=9$  при  $p \leq 0.01$ ,  $U_{Кр}=15$ , при  $p \leq 0.05$ .

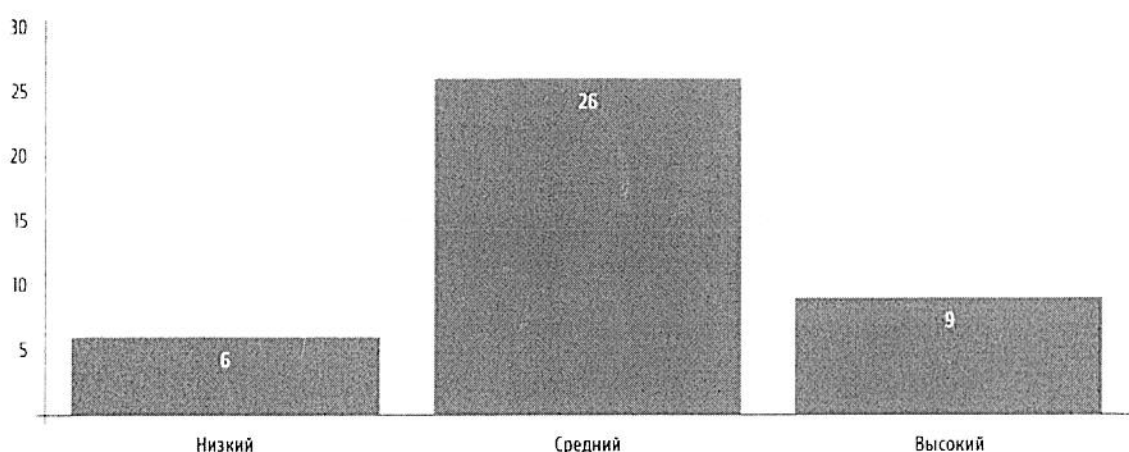


Рис. 1. Количество студентов с разными уровнями адаптации к вузу

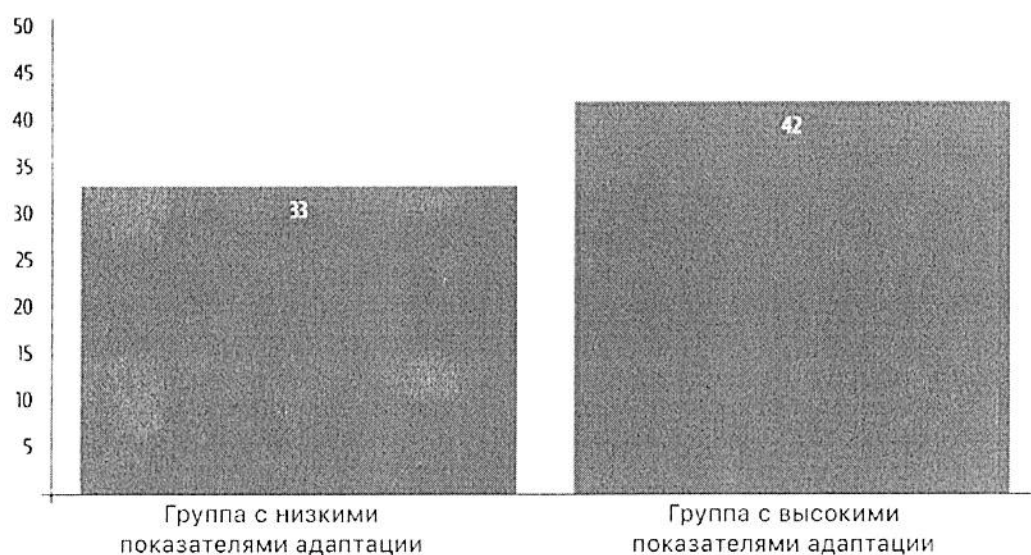


Рис. 2. Показатели метакогнитивных способностей у студентов с высоким и низким уровнями адаптации к вузу (по мет. М. М. Кашапова, Ю. В. Скворцовой)

Полученное эмпирическое значение  $U_{эмп.}$  (2.5) находится в зоне значимости. Это говорит о достоверности различий метакогнитивных способностей у студентов групп с высокими и низкими уровнями адаптации, что подтверждает выдвинутую гипотезу.

На третьем этапе исследования аналогично второму этапу проверялись различия показателей осознанности. Использовалась методика МООП [7].

Представленные данные указывают на то, что в группе с низкой адаптацией средние показатели осознанности ниже, чем аналогичные показатели в группе с высокой адаптацией (Рис. 3).

Проверим достоверность различий с помощью критерия Манна-Уитни. Критические значения для данной выборки  $U_{кр}=6$  при  $p \leq 0.01$ .

$U_{кр} = 10$ , при  $p \leq 0.05$ .

Полученное эмпирическое значение  $U_{эмп.}$  (6.5) находится в зоне неопределённости, что говорит о неслучайности различий и, скорее подтверждает выдвинутую гипотезу на статистическом уровне.

#### Выводы

1. Более высокий уровень адаптации выявлен у студентов с более развитыми метакогнитивными способностями.

2. Процесс адаптации студентов первого курса к обучению в вузе проходит более успешно у студентов с высоким уровнем осознанности.

3. Подтвердилась гипотеза о том, что показатели метакогнитивных способностей и осознанности у студентов с высоким уровнем адаптации выше, чем у студентов с низким уровнем адаптации.

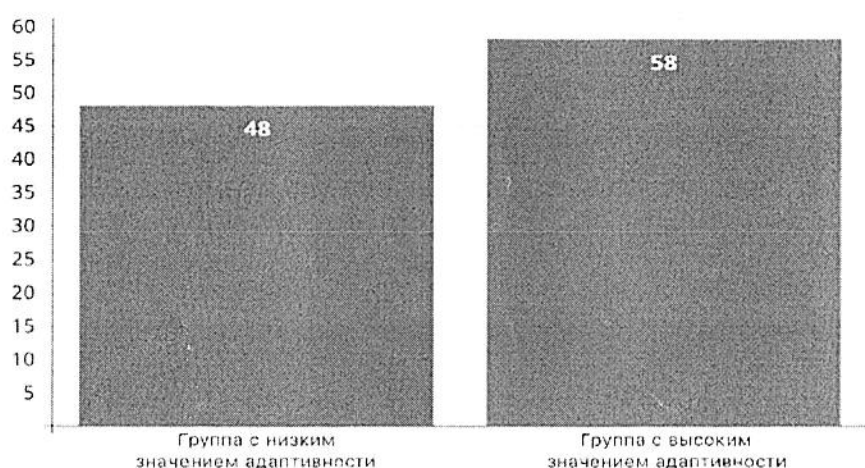


Рис. 3. Средние значения показателей осознанности у студентов из групп с высоким и низким уровнем адаптации к вузу

4. Полученные результаты позволяют сделать вывод о необходимости разработки новых и совершенствования имеющихся форм и методов обучения студентов, направленных на формирование метакогнитивных способностей и осознанности, как факторов успешной адаптации. Наи-

более перспективным видится нам контекстный подход в обучении — выполнение студентами совместных учебно-исследовательских проектов метакогнитивного типа, что способствует лучшей адаптации студентов к вузу.

#### Литература:

- Горбунова, Е. В. Выбытия студентов из вузов: исследования в России и США/Е. В. Горбунова // Вопросы образования. — 2018. — № 1. — с. 110-131.
- Гордиенко, Т. И. Индивидуальная мера выраженности адаптированности студентов первого курса к вузу как предиктор риска отчисления/Т. И. Гордиенко // Мир науки. — 2018. — Т. 6, № 6. — с. 86.
- Дубовицкая, Т. Д., Крылова А. В. Методика исследования адаптированности студентов в вузе/Электронный журнал «Психологическая наука и образование» № 2, 2010/ISSN: 2074-5885 [дата обращения 12.01.2024].
- Карпов, А. В. Методология метасистемности в реализации компетентностного подхода/А. В. Карпов // Методология современной психологии. — 2022. — № 15. — с. 111-124. — EDN YVBHPS.
- Карпов, А. В. Системогенетические закономерности метакогнитивной регуляции учебной деятельности/А. В. Карпов, Е. В. Карпова // Актуальные проблемы психологии образования: сборник научных материалов, Ярославль, 21 февраля 2020 года. Том Выпуск XI. — Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского, 2020. — с. 13-42. — EDN NYMFBR.
- Скворцова, Ю. В. Метакогнитивные компоненты педагогического мышления преподавателя высшей школы: дис. ... канд. психол. наук/Ю. В. Скворцова. — Ярославль, 2006-201 с.
- Кашапов, М. М. Специфика креативности, мотивации и метакогнитивных процессов студентов разных научных направлений/М. М. Кашапов, Ю. С. Медведева // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. — 2017. — № 3 (41). — с. 89-93. — EDN ZIONSL.
- Митина, О., Леонтьев, Д., Александрова, Л., Костенко, В., Кошелева, Н. (2021). Осознанность в структуре саморегуляции: структура и психодиагностические возможности методики оценки осознанного присутствия (МООП). Психологические исследования, 14 (76). <https://doi.org/10.54359/ps.v14i76.140>
- Чернявская, В. С. Метакогнитивная компетентность в проектной деятельности студентов информационно-технологических направлений: монография/В. С. Чернявская; Владивостокский государственный университет. — Владивосток: Изд-во ВВГУ, 2023. — 134 с.
- Чернявская, В. С. Психолого-педагогическая программа развития метакогнитивных способностей школьников/В. С. Чернявская, Т. А. Сидорова // Территория новых возможностей. Вестник Владивостокского государственного университета экономики и сервиса. — 2021. — Т. 13, № 3. — с. 217-228. — DOI 10.24866/VVSU/2073-3984/2021-3/217-228.
- Чернявская, В. С. Психолого-педагогические условия развития метакогнитивных способностей у будущих студентов-исследователей/В. С. Чернявская, Е. Е. Яровенко // Мир науки, культуры, образования. — 2022. — № 6 (97). — с. 305-307. — DOI 10.24412/1991-5497-2022-697-305-307. — EDN VQQFMI.