

TALABALARDA METAKOGNITIV KOMPETENSIYALARNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Sabirova Nargiza Yusupboyevna

O'zMPU huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazi
katta ilmiy hodimi

Annotatsiya. Ushbu maqolada talabalarda metakognitiv kompetensiyalarni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. Metakognitsiya — bu fikrlashni anglash va uni boshqarish jarayoni bo'lib, u o'qish faoliyatida rejalashtirish, monitoring, baholash va o'zini nazorat qilish bilan bevosita bog'liq. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, metakognitiv rivojlanish kognitiv bilimlar, motivatsiya, hissiy boshqaruv, ijtimoiy o'zaro ta'sir va refleksiv faoliyat bilan uzviy aloqada shakllanadi. Maqola IMRAD tuzilmasida yozilgan bo'lib, unda nazariy adabiyotlar asosida psixologik mexanizmlar ochib beriladi.

Kalit so'zlar: metakognitiv kompetensiya, metakognitsiya, psixologik mexanizmlar, kognitiv jarayonlar, o'zini nazorat qilish, refleksiya, motivatsiya, hissiy boshqaruv, o'quv faoliyati, talaba shaxsi.

Аннотация. В данной статье анализируются психологические механизмы развития метакогнитивных компетенций у студентов. Метакогниция представляет собой процесс осознания и управления собственным мышлением, который непосредственно связан с планированием, мониторингом, оцениванием и самоконтролем в учебной деятельности. Исследования показывают, что развитие метакогнитивных способностей формируется во взаимосвязи с когнитивными знаниями,

мотивацией, эмоциональной регуляцией, социальным взаимодействием и рефлексивной деятельностью. Статья подготовлена в соответствии со структурой IMRAD, в ней на основе теоретического анализа научной литературы раскрываются психологические механизмы развития метакогнитивных компетенций.

Ключевые слова: метакогнитивные компетенции, метакогниция, психологические механизмы, когнитивные процессы, самоконтроль, рефлексия, мотивация, эмоциональная регуляция, учебная деятельность, личность студента.

Abstract. This article analyzes the psychological mechanisms of developing metacognitive competencies in students. Metacognition is the process of understanding and regulating one's own thinking, which is directly related to planning, monitoring, evaluation, and self-control in learning activities. Research shows that metacognitive development is formed through the interaction of cognitive knowledge, motivation, emotional regulation, social interaction, and reflective activity. The article is written according to the IMRAD structure and reveals the psychological mechanisms of metacognitive competence development based on theoretical analysis of scientific literature.

Keywords: metacognitive competencies, metacognition, psychological mechanisms, cognitive processes, self-control, reflection, motivation, emotional regulation, learning activity, student personality.

KIRISH. Zamonaviy oliy ta'lim tizimida talabalardan nafaqat tayyor bilimlarni o'zlashtirish, balki mustaqil fikrlash, o'z ta'lim jarayonini boshqarish, o'quv faoliyatini rejalashtirish, erishilgan natijalarni tahlil qilish hamda xatolar



asosida o'z faoliyatini takomillashtirish qobiliyatlari talab etilmoqda. Ushbu ko'nikmalar majmuasi metakognitiv kompetensiyalarning asosini tashkil etadi. Metakognitsiya shaxsning o'z fikrlash jarayonlarini anglash, nazorat qilish va boshqarish qobiliyati sifatida izohlanadi, metakognitiv kompetensiyalar esa ushbu jarayonlarni real o'quv faoliyatida samarali qo'llash imkonini beruvchi bilim, ko'nikma va strategiyalar tizimini anglatadi [1, 1–16-betlar; 2, 4–45-betlar].

Metakognitiv kompetensiyalar talabaning o'quv faoliyatida qanday strategiyalardan foydalanishini anglash, o'zlashtirish darajasini baholash, o'quv maqsadlarini belgilash va zarur hollarda faoliyat usullarini o'zgartirish imkonini beradi. Tadqiqotchilar metakognitsiyani samarali o'rganishning muhim sharti sifatida ko'rib, uning o'z-o'zini boshqarish, akademik muvaffaqiyat va tanqidiy fikrlash bilan chambarchas bog'liqligini ta'kidlaydilar [3, 1–15-betlar; 8, 1–18-betlar].

Psixologik nuqtayi nazardan metakognitiv kompetensiyalarning shakllanishi bir nechta o'zaro bog'liq mexanizmlar orqali amalga oshadi. Jumladan, o'zini kuzatish (self-monitoring), refleksiya, ichki nutq, motivatsion o'zini boshqarish, hissiy holatlarni tartibga solish hamda ijtimoiy o'zaro ta'sir ushbu jarayonning muhim tarkibiy qismlaridir. Talaba o'z bilim darajasini real baholay olishi, o'z faoliyatiga tanqidiy yondashishi va o'quv strategiyalarini vaziyatga mos ravishda o'zgartira olishi metakognitiv rivojlanishning asosiy belgilaridan hisoblanadi [4, 1–12-betlar; 10, 1–22-betlar].

Metakognitiv rivojlanishda reflektiv faoliyat alohida ahamiyatga ega. Refleksiya orqali talaba o'zining fikrlash usullarini, o'quv jarayonidagi muvaffaqiyat va qiyinchiliklarini tahlil qiladi hamda kelgusidagi faoliyatini



takomillashtirish yo'llarini belgilaydi. Shu bilan birga, ijtimoiy o'zaro ta'sir ham metakognitiv rivojlanishga ta'sir qiladi, chunki guruhli faoliyat va hamkorlik jarayonida talabalar o'z fikrlarini izohlash, boshqalarning yondashuvlarini tahlil qilish va yangi strategiyalarni shakllantirish imkoniyatiga ega bo'ladilar [6, 1–14-betlar; 9, 1–14-betlar].

Shunday qilib, talabalarda metakognitiv kompetensiyalarni rivojlantirish faqat bilim berish jarayoni bilan cheklanmaydi, balki shaxsning o'z faoliyatini anglash, boshqarish va takomillashtirish qobiliyatlarini shakllantirishga qaratilgan murakkab psixologik-pedagogik jarayon hisoblanadi. Mazkur yondashuv oliy ta'limda mustaqil, mas'uliyatli va reflektiv fikrlaydigan mutaxassislarni tayyorlashning muhim shartlaridan biridir [5, 43–52-betlar].

METOD. Mazkur maqola nazariy tahlil va ilmiy adabiyotlarni konseptual umumlashtirish metodiga asoslangan holda tayyorlandi. Tadqiqot uchun tanlangan 10 ta ilmiy manba metakognitsiya, o'zini boshqarib o'rganish (*self-regulated learning*), refleksiya, motivatsiya, o'zini nazorat qilish hamda talabalarning o'quv faoliyatini psixologik boshqarish masalalarini yorituvchi ilmiy ishlarni qamrab oladi. Manbalarni tahlil qilish jarayonida metakognitiv kompetensiyalarni shakllantiruvchi asosiy psixologik mexanizmlar va ularning ta'lim jarayonidagi namoyon bo'lish xususiyatlari o'rganildi [1; 2].

Tadqiqot jarayonida uchta asosiy yo'nalish ajratib olindi: 1) metakognitiv bilimlarning shakllanishi, bunda talabaning o'z bilish jarayonlari, o'quv strategiyalari va kognitiv imkoniyatlari haqidagi tasavvurlari tahlil qilindi; 2) metakognitiv nazorat jarayonlari, ya'ni rejalashtirish, monitoring, baholash va o'z faoliyatini tartibga solish mexanizmlari ko'rib chiqildi; 3) psixologik va ijtimoiy



omillarning ta'siri, jumladan motivatsiya, refleksiya, hissiy boshqaruv va hamkorlik jarayonlarining metakognitiv rivojlanishdagi roli aniqlandi [3; 8; 9].

Manbalarni tanlashda ilmiy jurnallarda chop etilgan peer-reviewed maqolalar, xalqaro tadqiqotlar va ishonchli ta'limiy hisobotlarga ustuvor ahamiyat berildi. Tahlilda metakognitiv kompetensiyalarni tushuntiruvchi nazariy modellar hamda talabalarning real o'quv faoliyatida rejalashtirish, monitoring, refleksiya va o'z-o'zini baholash jarayonlariga oid empirik natijalar asos sifatida olindi [4; 10].

Shuningdek, tadqiqotda qiyosiy tahlil va ilmiy umumlashtirish usullaridan foydalanildi. Bu yondashuv orqali turli tadqiqotchilar qarashlaridagi umumiy jihatlar aniqlanib, talabalarda metakognitiv kompetensiyalar rivojlanishining psixologik mexanizmlari tizimlashtirildi. Mazkur metodologik yondashuv metakognitsiyani faqat kognitiv jarayon sifatida emas, balki motivatsion, emotsional va ijtimoiy omillar bilan bog'liq murakkab psixologik tizim sifatida ko'rib chiqish imkonini berdi [5; 6].

NATIJALAR. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, talabalarda metakognitiv kompetensiyalar shakllanishi murakkab va ko'p bosqichli psixologik jarayon hisoblanadi. Ushbu jarayon, avvalo, talabaning o'z bilish faoliyatini anglashidan boshlanadi. Ya'ni talaba nafaqat ma'lum bilimlarni egallaydi, balki o'zining qanday o'rganayotgani, qaysi usullar samarali yoki samarasiz ekanini tushunishga harakat qiladi. Bunday ongli yondashuv metakognitiv bilimlarning shakllanishiga asos bo'ladi.[1]

Birinchi muhim mexanizm — o'zini anglash va kognitiv monitoring mexanizmidir. Talaba o'zining bilim darajasini, tayyorgarlik holatini, kuchli va zaif jihatlarini real baholay olganida o'quv faoliyatini samaraliroq tashkil etadi.

Metakognitiv monitoring jarayoni orqali talaba o'quv jarayonida yuzaga kelayotgan qiyinchiliklarni aniqlaydi va ularga mos strategiyalarni tanlaydi. Bu jarayon akademik muvaffaqiyatning muhim psixologik omillaridan biri sifatida qaraladi.[1; 10]

Ikkinchi mexanizm — o'zini boshqarish va faoliyatni tartibga solish mexanizmi. Metakognitiv kompetensiyaga ega talaba o'quv maqsadlarini belgilaydi, vazifalarni rejalashtiradi, vaqt va resurslardan samarali foydalanadi hamda o'z faoliyatini nazorat qiladi. Zimmerman tomonidan ilgari surilgan o'zini boshqaruvchi o'rganish konsepsiyasida ham rejalashtirish, bajarish jarayonini nazorat qilish va natijalarni baholash o'quv samaradorligini ta'minlovchi asosiy bosqichlar sifatida ko'rsatiladi.[8]

Uchinchi mexanizm — refleksiv qayta ishlash mexanizmi bo'lib, bunda talaba o'z faoliyati natijalarini tahlil qiladi, xatolar sabablarini aniqlaydi va keyingi faoliyat uchun yangi strategiyalar ishlab chiqadi. Refleksiya metakognitsiyaning amaliy ifodasi sifatida talabaning tajribadan ongli ravishda foydalanishini ta'minlaydi. Shu sababli reflektiv faoliyat mustaqil ta'limning ichki boshqaruv mexanizmlaridan biri hisoblanadi.[6]

Tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, metakognitiv rivojlanishga motivatsion va emotsional omillar ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Talabaning o'ziga ishonchi, ichki motivatsiyasi, maqsadga yo'naltirilganligi va qiyinchiliklarni yengishga tayyorligi metakognitiv strategiyalarni faol qo'llash imkoniyatini oshiradi. Aksincha, yuqori tashvish, muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish yoki o'z imkoniyatlarini past baholash metakognitiv nazorat jarayonlarini susaytirishi mumkin.[2; 5]

Shuningdek, metakognitiv kompetensiyalar rivojlanishida ijtimoiy omillar ham muhim o'rin tutadi. O'qituvchi tomonidan beriladigan konstruktiv fikr-mulohaza, refleksiv savollar, muammoli vaziyatlarni muhokama qilish va guruhiiy hamkorlik talabaniing o'z fikrlash jarayonini anglashiga yordam beradi. Ijtimoiy jihatdan tashkil etilgan o'quv muhiti talabalarning metakognitiv strategiyalarni o'zlashtirishini tezlashtiradi.[9]

MUHOKAMA. Metakognitiv kompetensiyalarni rivojlantirish psixologik nuqtayi nazardan shaxsning o'z faoliyatini ongli boshqarish qobiliyatining shakllanishi bilan bog'liq. Ushbu jarayonda kognitiv, motivatsion, emotsional va ijtimoiy omillar bir-biri bilan uzviy bog'langan holda namoyon bo'ladi. Talaba o'z bilim jarayonini nazorat qila boshlagan sari u ta'lim faoliyatining passiv ishtirokchisidan faol subyektiga aylanadi.[3]

Stanton va hamkorlari metakognitsiyaning samarali o'qish jarayonidagi ahamiyatini tahlil qilib, uni uch asosiy yo'nalish bilan bog'laydi: o'rganish strategiyalarini tanlash, o'z faoliyatini monitoring qilish va natijalarga qarab faoliyatni boshqarish. Bu yondashuv shuni ko'rsatadiki, zamonaviy oliy ta'limda talabaga faqat bilim berish yetarli emas, balki uni qanday o'rganishni biladigan mustaqil shaxs sifatida shakllantirish zarur.[1]

Metakognitiv kompetensiyalar rivojida ichki nutq va o'z-o'zini yo'naltirish ham muhim psixologik mexanizm hisoblanadi. Talabaniing o'ziga savollar berishi, o'z faoliyatini tahlil qilishi va qarorlarini asoslay olishi uning tafakkur jarayonlarini tartibga soladi. Masalan, "Men ushbu vazifani bajarishda qanday strategiyadan foydalandim?", "Qaysi jihatlarni yaxshilashim kerak?" kabi refleksiv savollar o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi.[10]



Muhokama natijalari shuni ko'rsatadiki, metakognitiv kompetensiyalarni shakllantirish faqat individual jarayon emas. U ta'lim muhitining sifati, o'qituvchi faoliyati va talabalar o'rtasidagi hamkorlik bilan ham belgilanadi. Guruhiy muhokamalar, loyiha ishlari, refleksiv topshiriqlar va qayta aloqa tizimi talabada yuqori darajadagi metakognitiv faoliyatni shakllantiradi.[9]

Shunday qilib, metakognitiv kompetensiyalarni rivojlantirishning psixologik mexanizmini "o'zini anglash — o'zini boshqarish — refleksiya — strategiyani takomillashtirish" ketma-ketligi orqali ifodalash mumkin. Mazkur mexanizm talabaning akademik muvaffaqiyatini oshirish bilan birga, uning mustaqil fikrlash, qaror qabul qilish va uzluksiz o'rganish qobiliyatlarini rivojlantiradi.[4; 8]

XULOSA. Metakognitiv kompetensiyalar talabaning zamonaviy ta'lim jarayonidagi mustaqilligi va kasbiy rivojlanishining muhim psixologik asoslaridan biridir. Ular o'zini anglash, o'zini boshqarish, refleksiya va faoliyatni baholash mexanizmlari orqali shakllanadi. Metakognitiv yondashuv talabaning nafaqat bilim olish jarayonini, balki ushbu jarayonni ongli ravishda boshqarish qobiliyatini ham rivojlantiradi.

Oliy ta'limda metakognitiv strategiyalarni tizimli qo'llash talabalarni mustaqil fikrlovchi, o'z faoliyatini tahlil qila oladigan va o'quv jarayonini boshqara oladigan shaxs sifatida shakllantirishga xizmat qiladi. Shu sababli ta'lim jarayonida refleksiv topshiriqlar, formatik baholash, o'zini baholash va metakognitiv strategiyalarni o'rgatishga alohida e'tibor qaratish zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Stanton J. D., Sebesta A. J., Dunlosky J. Fostering Metacognition to Support Student Learning and Performance // CBE—Life Sciences Education. – 2021. – Vol. 20, No. 2. – P. 1–16.
2. Muijs D., Bokhove C. Metacognition and Self-regulated Learning: Evidence Review. – London: Education Endowment Foundation, 2020. – P. 4–45.
3. Rivas S. F., Saiz C., Ossa C. Metacognitive Strategies and Development of Critical Thinking in Higher Education // Frontiers in Psychology. – 2022. – P. 1–15.
4. Mo L., Rui Y. Enhancing students' metacognitive development in higher education: A classroom-based inquiry. – 2022. – P. 1–12.
5. S. H. et al. Development of Universal Metacognitive Skills of Students // Pedagogy Vestnik. – 2022. – P. 43–52.
6. Ratnayake A., Bansal A., Wong N. et al. All “wrapped” up in reflection: Supporting metacognitive awareness to promote students' self-regulated learning. – 2024. – P. 1–14.
7. Whitebread D. et al. Children's Metacognition and Regulation. – 2009. – P. 1–20.
8. Zimmerman B. J. Self-regulated Learning and Academic Achievement. – 2001. – P. 1–18.
9. Goos M., Galbraith P., Renshaw P. Socially Shared Metacognition in Group Work. – 2002. – P. 1–14.
10. Veenman M. V. J., Van Hout-Wolters B., Afflerbach P. Metacognition and Learning: Conceptual and Methodological Considerations // Metacognition and Learning. – 2006. – P. 1–22.