

*Иринич Алина Олеговна,  
магистрант,  
Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского,  
Россия, Калуга*

**УДК 159.9.07**

**ВЗАИМОСВЯЗЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ ОБУЧЕНИЮ С  
МЕТАКОГНИТИВНОЙ ОСВЕДОМЛЕННОСТЬЮ И  
САМОЭФФЕКТИВНОСТЬЮ У СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА**

*Аннотация. В статье рассматривается проблема психологических барьеров, возникающих у студентов первого курса в процессе адаптации к обучению в вузе. Актуальность исследования обусловлена противоречием между требованиями образовательных стандартов к развитию у обучающихся навыков самостоятельной учебной деятельности и недостаточной изученностью внутренних ресурсов, позволяющих преодолевать сопротивление обучению. Цель работы – выявить характер взаимосвязи между метакогнитивной осведомленностью, самооэффективностью и детерминантами сопротивления обучению у студентов первого курса. В исследовании приняли участие 48 обучающихся Калужского государственного университета им. К.Э. Циолковского. Применялись следующие методики: опросник метакогнитивной осведомленности (MAI) в адаптации Е.Ю. Савина и А.Е. Фомина, шкала общей самооэффективности (GSES) в адаптации В.Г. Ромека, оптимизированный опросник исследования выраженности детерминант сопротивления обучению С.М. Якушина. Статистическая обработка данных осуществлялась с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена. В результате установлены статистически значимые отрицательные связи между компонентами метакогнитивной*

*сферы (декларативное знание, планирование, управление информацией), самоэффективностью и такими факторами сопротивления, как триггеры психологических травм, субъективная трудность обучения и смысловой барьер. Наиболее сильные корреляции выявлены между декларативным знанием и субъективной трудностью обучения ( $r = -0,52$ ;  $p < 0,01$ ), а также между самоэффективностью и триггерами психологических травм ( $r = -0,43$ ;  $p < 0,01$ ). Делается вывод о системном характере взаимосвязей и обосновывается необходимость разработки психолого-педагогических программ, направленных на развитие метакогнитивных навыков и повышение самоэффективности студентов как условия успешной адаптации к образовательному процессу.*

*Ключевые слова: сопротивление обучению, метакогнитивная осведомленность, самоэффективность, студенты первого курса, психолого-педагогическое сопровождение, корреляционный анализ.*

**Author:**

Irinich Alina Olegovna,

Master's Student,

Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky,

Russia, Kaluga

**UDC 159.9.07**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN LEARNING RESISTANCE,  
METACOGNITIVE AWARENESS AND SELF-EFFICACY IN FIRST-  
YEAR UNIVERSITY STUDENTS**

***Abstract.** The article addresses the problem of psychological barriers that arise in first-year students during their adaptation to university education. The relevance of the study is due to the contradiction between the requirements of educational standards for the development of students' independent learning*

*skills and the insufficient knowledge of internal resources that allow overcoming learning resistance. The aim of the work is to identify the nature of the relationship between metacognitive awareness, self-efficacy and determinants of learning resistance in first-year students. The study involved 48 students from Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky. The following methods were used: the Metacognitive Awareness Inventory (MAI) adapted by E.Yu. Savin and A.E. Fomin, the General Self-Efficacy Scale (GSES) adapted by V.G. Romek, and the optimized questionnaire for assessing the determinants of learning resistance by S.M. Yakushin. Statistical data processing was carried out using Spearman's rank correlation coefficient. As a result, statistically significant negative relationships were found between components of the metacognitive sphere (declarative knowledge, planning, information management), self-efficacy and such resistance factors as triggers of psychological trauma, subjective difficulty of learning and meaning barrier. The strongest correlations were found between declarative knowledge and subjective difficulty of learning ( $r = -0.52$ ;  $p < 0.01$ ), as well as between self-efficacy and triggers of psychological trauma ( $r = -0.43$ ;  $p < 0.01$ ). It is concluded that the relationships are systemic in nature and the necessity of developing psychological and pedagogical programs aimed at developing metacognitive skills and increasing students' self-efficacy as a condition for successful adaptation to the educational process is substantiated.*

**Keywords:** *learning resistance, metacognitive awareness, self-efficacy, first-year students, psychological and pedagogical support, correlation analysis.*

**Введение.** Современная система высшего образования предъявляет повышенные требования к самостоятельности, рефлексивности и способности студентов управлять собственной учебной деятельностью [4; 7]. Однако значительная часть первокурсников сталкивается с внутренними барьерами, приводящими к сопротивлению обучению –

пассивности, избеганию сложных задач, снижению мотивации [3; 10]. В качестве ключевых психологических ресурсов, способствующих преодолению сопротивления, рассматриваются метакогнитивная осведомленность (способность к осознанию и регуляции познавательных процессов) [2; 11] и самооффективность (убежденность в собственных силах) [1; 8]. Несмотря на значительное количество исследований, посвященных данным феноменам по отдельности, проблема их системной взаимосвязи с сопротивлением обучению остается недостаточно изученной [9; 12]. Цель настоящего исследования – выявить характер взаимосвязей между метакогнитивной осведомленностью, самооффективностью и детерминантами сопротивления обучению у студентов первого курса.

**Материалы и методы.** Исследование проводилось на базе Калужского государственного университета им. К.Э. Циолковского. Выборку составили 48 студентов первого курса различных направлений подготовки. Для сбора данных использовались следующие методики: 1) Опросник метакогнитивной осведомленности (MAI) в адаптации Е.Ю. Савина и А.Е. Фомина [7]; 2) Шкала общей самооффективности (GSES) в адаптации В.Г. Ромека [6]; 3) Оптимизированный опросник исследования выраженности детерминант сопротивления обучению С.М. Якушина [9; 10]. Статистическая обработка данных проводилась с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

**Результаты и их обсуждение.** В результате корреляционного анализа были выявлены статистически значимые отрицательные связи между исследуемыми переменными. Самооффективность обнаружила обратную корреляцию с триггерами психологических травм ( $r = -0,43$ ;  $p < 0,01$ ) и субъективной трудностью обучения ( $r = -0,38$ ;  $p < 0,05$ ). Это согласуется с положениями А. Бандуры о буферной роли самооффективности в условиях стресса [1]. Наиболее сильные связи продемонстрировало декларативное

знание (осознание собственных когнитивных особенностей): его корреляции с триггерами травм составили  $r = -0,44$  ( $p < 0,01$ ), с субъективной трудностью –  $r = -0,52$  ( $p < 0,01$ ), с несоответствием академических ожиданий –  $r = -0,39$  ( $p < 0,05$ ), со смысловым барьером –  $r = -0,36$  ( $p < 0,05$ ). Полученные данные подтверждают выводы Е.Ю. Савина и А.Е. Фомина о том, что рефлексивная осведомленность выступает мощным ресурсом совладания с учебными трудностями [7].

Процедурное знание (владение стратегиями) значимо коррелировало только с триггерами травм ( $r = -0,45$ ;  $p < 0,01$ ), что указывает на его избирательную защитную функцию. Среди регулятивных компонентов метапознания наиболее широкий спектр связей продемонстрировало планирование: с триггерами травм ( $r = -0,36$ ;  $p < 0,05$ ), с субъективной трудностью ( $r = -0,47$ ;  $p < 0,01$ ), со смысловым барьером ( $r = -0,32$ ;  $p < 0,05$ ). Это подчеркивает центральную роль планирования в структурировании учебной деятельности и снижении неопределенности [2; 5]. Управление информацией и оценка также значимо снижали реактивность на травматические триггеры ( $r = -0,31$  и  $r = -0,30$  соответственно;  $p < 0,05$ ).

Выявленные закономерности позволяют говорить о системном характере взаимосвязей: сопротивление обучению возникает как следствие дефицита метакогнитивных навыков и низкой самооэффективности, что согласуется с теоретической моделью К. Иллериса [3]. Полученные результаты обосновывают необходимость целенаправленного психолого-педагогического сопровождения первокурсников, включающего развитие у них навыков планирования, рефлексии и укрепление веры в собственную эффективность [9].

**Заключение.** Проведенное исследование подтвердило гипотезу о наличии отрицательных взаимосвязей между метакогнитивной

осведомленностью, самоэффективностью и выраженностью детерминант сопротивления обучению у студентов. Наиболее значимыми предикторами снижения сопротивления выступают декларативное знание, планирование и самоэффективность.

Полученные данные могут быть использованы при разработке программ профилактики дезадаптации студентов и оптимизации образовательного процесса в высшей школе.

#### **Использованные источники:**

1. Бандура А. Самоэффективность: осуществление контроля. М.: Эксмо, 1997. 768 с.
2. Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: Институт психологии РАН, 2005. 450 с.
3. Иллерис К. Трансформационное обучение: теория и практика. М.: Академия, 2007. 320 с.
4. Зимняя И.А. Педагогическая психология. М.: Логос, 2004. 384 с.
5. Перикова Е.И., Бызова В.М. Метакогнитивные стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций // Вестник НГПУ. 2018. Т. 18, № 5. С. 41–56.
6. Ромек В.Г. Русскоязычная адаптация шкалы общей самоэффективности // Психология и жизнь. 1996. № 1. С. 23–28.
7. Савин Е.Ю., Фомин А.Е. Метакогнитивная осведомленность студентов: диагностика и развитие // Психологическая наука и образование. 2017. Т. 22, № 4. С. 65–74.
8. Шварцер Р., Ерусалем М., Ромек В.Г. Русская версия шкалы общей самоэффективности // Иностранная психология. 1996. № 7.

9. Якушин С.М. Разработка инструментария для исследования сопротивления обучению у студентов // Мир науки. Педагогика и психология. 2024. Т. 12, № 5.
10. Якушин С.М. Оптимизированный опросник исследования выраженности детерминант сопротивления обучению. Калуга: КГУ, 2025. 24 с.