

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-659-1-8>

**THE RELATIONSHIP BETWEEN METACOGNITIVE
REGULATION AND THE ORGANIZATION OF PSYCHOLOGICAL
AND PEDAGOGICAL WORK WITH MILITARY PERSONNEL**

**ЗВ'ЯЗОК МЕТАКОГНІТИВНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ З ОРГАНІЗАЦІЄЮ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ РОБОТИ
З ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ**

Vashchuk S. V.

*PhD Student at the Psychology
Department
The National University of Ostroh
Academy
Ostroh, Ukraine*

Вашук С. В.

*аспірант кафедри психології
Національний університет
«Острозька академія»
м. Острогоз, Україна*

Метакогнітивна регуляція, яка включає моніторинг, оцінювання та корекцію власних когнітивних процесів, є ключовим елементом ефективного навчання та професійної підготовки військовослужбовців. Цей механізм забезпечує підвищення якості прийняття рішень у складних бойових умовах і дає змогу адаптувати навчальні стратегії відповідно до специфіки військової служби.

Наукові дослідження у сфері когнітивної та військової психології свідчать, що розвиток метакогнітивної регуляції є ключовим чинником формування навичок саморегульованого навчання, що критично важливо для професійної підготовки військовослужбовців. Метакогнітивна регуляція передбачає усвідомлення власних пізнавальних процесів, здатність планувати, контролювати та оцінювати мислення, а також гнучко коригувати стратегії залежно від умов служби. Такі навички дозволяють ефективніше обробляти інформацію, критично оцінювати джерела даних, уникати когнітивних упереджень та приймати адаптивні рішення, підвищуючи якість виконання завдань у складних і стресових ситуаціях. Розвинена метакогнітивна регуляція зменшує ризик помилок, підвищує ситуаційну обізнаність і забезпечує гнучку адаптацію до динамічних умов військової діяльності [3, 5, 6, 7, 8].

Організація психолого-педагогічних умов, що сприяють розвитку метакогнітивної регуляції, є ключовим чинником підготовки військових фахівців. Створення середовища, яке стимулює рефлексію, самоконтроль і критичний аналіз діяльності, дозволяє ефективно використовувати когнітивні ресурси, обговорювати рішення та аналізувати помилки у безпечному професійному контексті. Персоналізовані

підходи до розвитку самоконтролю враховують індивідуальні пізнавальні стилі та ресурси, підвищуючи точність рішень, оптимізуючи стратегії навчання та виконання завдань. Розвиток метакогнітивної регуляції підвищує професійну компетентність і сприяє адаптивній поведінці у складних і динамічних умовах військової служби, мінімізуючи ризик когнітивних помилок і стресових реакцій [5, 6, 7].

Важливою складовою розвитку метакогнітивної регуляції є командна взаємодія, яка створює середовище для обміну досвідом, коригування стратегій мислення та оцінювання результатів колективної діяльності. Командні тренінги, що формують довіру, підтримку та психологічну стійкість, підвищують здатність до скоординованих дій, ефективного розподілу обов'язків і адаптивної поведінки у стресових умовах. Використання метакогнітивного моніторингу в колективній діяльності для обговорення рішень, оцінювання помилок та планування подальших дій сприяє покращенню професійних результатів, зміцненню психологічної згуртованості та формуванню культури колективного навчання [4, 5].

Наставництво відіграє важливу роль у розвитку метакогнітивних навичок, оскільки досвідчені військовослужбовці або інструктори допомагають аналізувати складні ситуації, коригувати стратегії мислення та адаптуватися до стресу. Молоді військовослужбовці отримують можливість спостерігати за прийняттям рішень, обговорювати альтернативні підходи та оцінювати наслідки своїх дій, що стимулює самоспостереження та критичне мислення. Таке наставництво підвищує емоційну витривалість, формує стійкість до стресу та зміцнює здатність до адаптивної поведінки, сприяючи ефективнішому виконанню завдань і підвищенню професійної компетентності [1, 2].

Ефективна психолого-педагогічна підтримка передбачає також застосування інноваційних методів навчання, зокрема ігрового моделювання, симуляційних вправ і технологій віртуальної реальності. Такі підходи дозволяють військовослужбовцям у реальному часі здійснювати метакогнітивний аналіз власних стратегій мислення, оцінювати наслідки рішень і коригувати поведінку залежно від змінних умов. Використання інтерактивних та візуалізованих сценаріїв сприяє прискореній адаптації до стресових і динамічних ситуацій, підвищує точність і ефективність прийняття рішень, а також формує навички критичного мислення та самоконтролю у професійній діяльності [5, 7, 6].

Розвиток когнітивної гнучкості, що проявляється у здатності швидко переключатися між різними стратегічними підходами до розв'язання проблем, є важливим компонентом метакогнітивної регуляції. Когнітивна гнучкість забезпечує адаптивність військовослужбовців у непередбачуваних та динамічних умовах, підвищує стійкість до когнітивних

навантажень та сприяє ефективному реагуванню на зміни оперативної обстановки. Спеціалізовані тренінги, спрямовані на розвиток когнітивної гнучкості та зменшення впливу стресових факторів на мислення, мають критичне значення для підготовки військовослужбовців. Такі програми включають моделювання складних сценаріїв, вправи на швидке прийняття рішень, а також завдання, направлені на стимулювання пошуку альтернативних стратегій, що підвищує ефективність виконання службових завдань і формує навички адаптивного мислення під тиском часу та стресу [5, 7, 6].

Не менш важливим компонентом розвитку метакогнітивної регуляції є формування емоційного інтелекту. Усвідомлення власних емоцій, здатність їх ефективно регулювати та враховувати у процесі взаємодії з іншими дозволяють військовослужбовцям точніше оцінювати ситуації, обирати оптимальні стратегії поведінки та приймати зважені рішення у складних і стресових умовах. Психолого-педагогічні умови, що сприяють розвитку емоційного інтелекту, включають спеціалізовані тренінги з керування стресом, рольові ігри, симуляції бойових і кризових ситуацій, а також методики когнітивно-поведінкової терапії. Такі підходи забезпечують підвищення емоційної компетентності військовослужбовців, зміцнюють психологічну стійкість і підтримують ефективне прийняття рішень у непередбачуваних та динамічних умовах військової діяльності [1, 5, 7, 6].

Отже, метакогнітивна регуляція є фундаментальним компонентом процесу підготовки військовослужбовців, що забезпечує розвиток саморегуляції, ефективне прийняття рішень і гнучкість у складних і стресових ситуаціях служби. Психолого-педагогічна організація навчання, групова взаємодія, наставництво та інноваційні технології виступають ключовими факторами підвищення рівня метакогнітивного контролю. Впровадження комплексного підходу сприяє формуванню високопрофесійних військових фахівців, готових до динамічних викликів сучасної служби.

Література:

1. Августюк М. М. Емоційний інтелект у дискурсі точності метакогнітивного моніторингу : монографія. Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2023. 374 с.
2. Балашов Е. М. Метакогнітивний моніторинг саморегульованої навчальної діяльності студентів : монографія. Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2020. 496 с.
3. Борисенко В. Є. Психологічна витривалість майбутніх офіцерів-розвідників у контексті метакогнітивного моніторингу.

Психологічні студії. 2025. № 1. С. 7–13. DOI: 10.32782/psych.studies/2025.1.1.

4. Витривалість військовослужбовців та методика її розвитку : навч.-метод. посіб. [автори-укладачі : Н. Б. Вербин, Н. Л. Височіна, С. Ф. Костів та ін.]. К. : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2020. 120 с.

5. Військова розвідка : навчальний посібник / упорядники : Д. В. Зайцев, А. П. Наконечний, С. О. Пахарев, І. О. Луценко ; за ред. В. Б. Добровольського. К. : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2016. 335 с.

6. Риндін Ю. Формування лідерської компетентності майбутніх офіцерів розвідки у контексті реалізації доктрини військового лідерства у Збройних Силах України. *Вісник Сковородинівської академії молодих учених* : збірник наукових праць. 2024. С. 114–119.

7. Черновол Є. О., Сливенко П. В. Щодо підвищення ефективності професійної підготовки майбутніх офіцерів у реаліях війни (українська відповідь на виклики часу). *Академічні візії*, 2023. Вип. 17. С. 1–11.

8. Blummer B., Kenton J. M. Research on metacognition. *Improving Student Information Search. A Metacognitive Approach*, 2014. P. 23–31.