

DOI: <https://doi.org/10.28925/2412-0774.2025.4.6>

УДК 37.013.42:811.111'243

Тетяна Храбан

<https://orcid.org/0000-0001-5169-5170>

кандидат філологічних наук, доцент,
доцент кафедри іноземної філології та перекладу,
Міжрегіональна Академія управління персоналом,
вул. Фрометівська, 2, 03039, Київ, Україна,
xraban.tatyana@gmail.com

РОЗВИТОК МЕТАКОГНІТИВНИХ СТРАТЕГІЙ У СИСТЕМІ НЕПЕРЕРВНОГО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ: ДОСВІД І ПЕРСПЕКТИВИ

Метою статті є комплексне теоретичне дослідження ролі метакогнітивних стратегій у процесі навчання англійської мови студентів у системі неперервної освіти, а також визначення їхнього значення для формування навчальної автономії, саморегуляції та психологічної стійкості здобувачів освіти в умовах воєнних викликів. Дослідження виконано у форматі теоретико-аналітичного систематичного огляду наукових джерел, що забезпечило цілісний аналіз сучасних підходів до розвитку метакогнітивної компетентності у контексті іноземної освіти. Для впорядкування й інтерпретації зібраного матеріалу використано методи класифікації та контент-аналізу. У результаті проведеного аналізу встановлено, що метакогнітивні стратегії є ключовим чинником підвищення ефективності засвоєння англійської мови, оскільки забезпечують перехід від зовнішньої регуляції до самостійного, усвідомленого та рефлексивного навчання. Виявлено, що використання стратегій планування, моніторингу та самооцінювання сприяє розвитку критичного мислення, формуванню здатності до самопостереження, контролю та корекції власної навчальної діяльності. Доведено, що впровадження метакогнітивного підходу позитивно впливає на навчальну мотивацію, внутрішню автономію та стійкість студентів до стресових факторів освітнього середовища. З'ясовано, що ефективний розвиток метакогнітивних стратегій можливий за умови створення педагогічного середовища, орієнтованого на рефлексію, формувальне оцінювання, співпрацю та використання цифрових освітніх технологій. Метакогнітивна діяльність студентів виступає інтегративним механізмом поєднання когнітивних, емоційних і поведінкових компонентів навчання, забезпечуючи його безперервність і гнучкість. Отримані результати підтверджують, що розвиток метакогнітивних стратегій у системі неперервної освіти є вагомим передумовою формування саморегульованої, рефлексивної та стійкої до зовнішніх викликів особистості.

Ключові слова: автономність навчання, когнітивна стійкість, метакогнітивні стратегії, освітнє середовище, рефлексія, саморегуляція.

ВСТУП

У сучасному світі, що характеризується динамічними змінами, цифровізацією та глобальними викликами, питання розвитку метакогнітивних стратегій у студентів посідає провідне місце в педагогічних дослідженнях. Метакогніція, визначена як здатність людини усвідомлювати, контролювати та регулювати власні когнітивні процеси (Wang, Zhang, Cooper, 2025), є ключовим чинником ефективного навчання, особливо в процесі опанування іноземних мов. Вона сприяє саморегуляції, критичному мисленню та рефлексії, що вкрай важливо в умовах неперервного навчання протягом життя (Khosravi, Dastgoshadeh, Jalilzadeh, 2023). Дослідники підкреслюють, що формування метакогнітивних стратегій у студентів англійських програм підвищує рівень їхньої автономії, академічної мотивації та здатності до самостійного пізнання

(Sun, Zhang, Carter, 2024; Guanuche et al., 2025). Такі стратегії дозволяють не лише ефективно планувати, моніторити й оцінювати власне навчання, а й гнучко адаптуватися до нових умов освітнього процесу, що особливо важливо в умовах нестабільності.

З 2022 р. українська система освіти переживає глибокі трансформації, зумовлені повномасштабною війною. Освітній процес зазнав серйозних викликів, серед яких – вимушене переміщення студентів і викладачів, руйнування освітньої інфраструктури, часті перебої зв'язку та електропостачання, психологічна втома й посттравматичні наслідки (Кравченко, 2023; Храбан, 2023). У цих надзвичайних умовах метакогнітивні стратегії стають не лише інструментом ефективного навчання, а й засобом психологічної саморегуляції, розвитку стійкості та збереження внутрішньої мотивації до навчання (Wang, Zhang, Cooper, 2025). Як зазначають українські дослідники, війна актуалізувала необхідність переосмислення ролі освіти як ресурсу життєстійкості та національної консолідації (Сідлецький, Шандар, 2024). У цьому контексті особливого значення набуває розвиток у студентів здатності до свідомого навчання, самоаналізу, планування та оцінювання власних дій – тобто тих умінь, що формуються завдяки метакогнітивним стратегіям.

Більше того, освітні реформи, спрямовані на інтеграцію України в європейський освітній простір, підкреслюють важливість розвитку компетентностей XXI ст., серед яких саморегульоване навчання, критичне мислення та автономність є провідними (Храбан, 2024). Саме тому впровадження метакогнітивного підходу в процес викладання англійської мови в системі неперервної освіти набуває стратегічного значення для забезпечення якісної підготовки майбутніх фахівців та формування їхньої готовності до ефективної комунікації в умовах глобалізованого світу. Таким чином, актуальність даного дослідження визначається не лише потребами модернізації мовної освіти, а й суспільними викликами, спричиненими війною. Розвиток метакогнітивних стратегій у студентів стає важливим складником психологічної та професійної підтримки молоді, що навчається в умовах невизначеності, сприяючи формуванню здатності до рефлексії, саморозвитку та навчання впродовж усього життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика метакогнітивного розвитку та формування відповідних стратегій у процесі навчання іноземних мов привертає дедалі більшу увагу дослідників у світовому та вітчизняному науковому просторі. Ранні роботи з метакогніції ґрунтувалися переважно на дослідженнях дитячого розвитку, проте поступово коло інтересів учених змістилося у сферу вищої освіти, зокрема до вивчення метакогнітивних механізмів навчання дорослих (Teng, Wang, Wu, 2021). Сучасні студії зосереджені на тому, як метакогнітивні знання та досвід сприяють саморегуляції, автономії та ефективності освітнього процесу у вивченні англійської мови як іноземної (Teng, Ma, 2024). Дослідження Н. J. Shih, S. C. Huang (2022), яке присвячено впровадженню моделі перевернутого класу, продемонструвало, що педагогічний дизайн навчального середовища безпосередньо впливає на метакогнітивний розвиток студентів. Упродовж семестру студенти, які працювали в умовах інтерактивного мультимедійного середовища, показали суттєве підвищення рівня усвідомлення власних когнітивних процесів і здатності до самооцінювання результатів навчання. Ці результати узгоджуються з висновками М. Teng, М. Yue (2022), які доводять, що системне формування метакогнітивних стратегій у мовному навчанні стимулює розвиток критичного мислення й підвищує рівень академічної мотивації.

Важливим аспектом у сучасних теоріях є метакогнітивний досвід – внутрішній процес осмислення власного навчання, який охоплює як когнітивні, так і емоційні компоненти (Teng, Wang, Wu, 2021). З'ясовано, що студенти з розвиненим метакогнітивним досвідом демонструють кращі результати у вивченні англійської мови як іноземної, оскільки вони здатні більш ефективно оцінювати власні стратегії та адаптувати їх до конкретного завдання. Q. Sun, L. J. Zhang, S. Carter (2024) у своєму дослідженні виявили, що інтеграція метакогнітивного навчання в курс вивчення

англійської мови позитивно впливає не лише на академічні результати, а й на емоційне сприйняття процесу навчання.

Окремий напрям сучасних досліджень стосується особистісно-орієнтованих підходів до аналізу метакогнітивних стратегій (Ma et al., 2023). На відміну від змінно-орієнтованих підходів, що передбачають статистичну однорідність вибірки, ці підходи дозволяють виявити індивідуальні профілі студентів за рівнем розвитку метакогнітивних, мотиваційних і регуляційних якостей (Yu et al., 2022). Такий підхід сприяє кращому розумінню гетерогенності студентського середовища та дає змогу розробити більш гнучкі моделі викладання. Проведені в різних країнах дослідження підтверджують універсальність впливу метакогнітивних стратегій на формування компетентності при вивченні іноземних мов. Використання таких стратегій – планування, моніторингу, самооцінювання – стимулює студентів до усвідомленого навчання й позитивно впливає на їхню академічну самооцінку (Margenro, Juanías, Molina, 2024).

В українському освітньому контексті вивчення метакогнітивного розвитку набуває додаткового значення в умовах війни, коли здатність до саморегуляції, усвідомленого навчання та емоційної стійкості стає запорукою успішності студентів (Кравченко, 2023). Як зазначають С. Сідлецький і А. Шандар (2024), формування метакогнітивних стратегій сприяє не лише підвищенню ефективності навчання, а й розвитку психологічної стійкості, що є важливим ресурсом у подоланні освітніх і життєвих криз. Узагальнюючи результати попередніх досліджень, можна констатувати, що метакогнітивні знання, досвід і стратегії становлять взаємопов'язану систему, яка визначає якість навчання англійської мови як іноземної. Проте недостатньо досліджено, як ці фактори проявляються у студентів українських університетів у контексті воєнних викликів і неперервного навчання. Це створює наукову нішу для подальших досліджень, спрямованих на вивчення метакогнітивного розвитку студентів у сучасних соціально-психологічних умовах.

Попри значну кількість наукових робіт, присвячених вивченню метакогнітивного розвитку в процесі опанування англійської мови, низка аспектів цієї проблеми залишається недостатньо дослідженою. Передусім більшість наявних праць зосереджена на короткострокових або поперечних дослідженнях, що не дає змоги повною мірою простежити динаміку формування метакогнітивних стратегій у студентів упродовж тривалого часу (Sun, Zhang, Carter, 2024). Лонгitudні дослідження, які могли б висвітлити стійкість і розвиток метакогнітивних навичок у процесі навчання англійської мови в системі неперервної освіти, наразі поодинокі. Другим проблемним напрямом є недостатнє вивчення взаємозв'язку між метакогніцією та емоційно-вольовими чинниками – зокрема мотивацією, тривожністю, психологічною стійкістю та здатністю до саморегуляції. Хоча окремі дослідження доводять, що метакогнітивна усвідомленість сприяє розвитку внутрішньої мотивації та зниженню рівня емоційного напруження, інтегрованих моделей, які б комплексно описували цю взаємодію в умовах стресового навчання, поки що бракує (Wang, Zhang, Cooper, 2025).

Особливої уваги потребує український контекст, де освітній процес відбувається в умовах воєнного стану. Наявні дослідження переважно стосуються організаційних або психологічних аспектів навчання під час війни (Кравченко, 2023), тоді як питання розвитку метакогнітивних стратегій студентів у цих умовах практично не висвітлено. Невивченими залишаються механізми формування метакогнітивної свідомості в умовах дистанційного, змішаного чи кризового навчання, а також вплив цих стратегій на підтримання академічної мотивації та психологічного благополуччя студентів.

Ще однією прогалиною є відсутність адаптованих до українського освітнього середовища діагностичних інструментів для вимірювання рівня метакогнітивного розвитку в студентів, які вивчають англійську мову. Більшість використовуваних опитувальників або методик (наприклад, *Metacognitive Awareness, Writing Metacognitive Experience Questionnaire*) створені для

англомовного контексту і не враховують культурних, лінгвістичних та соціально-психологічних особливостей українських студентів. Крім того, сучасна наукова думка потребує глибшого осмислення педагогічних умов і дидактичних моделей, що сприяють ефективному розвитку метакогнітивних стратегій у системі неперервної освіти. У більшості праць акцент робиться на індивідуальних відмінностях студентів, тоді як роль викладача, особливості навчального середовища та вплив освітніх технологій (віртуальні платформи, гібридне навчання, адаптивні курси) ще не отримали достатнього емпіричного підтвердження (Guanuche et al., 2025). Таким чином, сучасний стан наукової розробки проблеми вказує на потребу в комплексних, міждисциплінарних дослідженнях, що поєднували б когнітивний, афективний, соціокультурний і технологічний виміри розвитку метакогніції. Особливу увагу варто приділити вивченню того, як формування метакогнітивних стратегій сприяє адаптації студентів до умов війни, підвищенню їхньої психологічної стійкості, мотивації та готовності до безперервного навчання у змінній реальності.

Мета статті полягає у з'ясуванні особливостей розвитку метакогнітивних стратегій студентів у процесі навчання англійської мови в умовах неперервної освіти та визначенні їхнього значення для підтримання освітньої мотивації, саморегуляції й пізнавальної стійкості студентів у період воєнних викликів в Україні.

МЕТОДОЛОГІЯ

Дослідження здійснено у форматі теоретико-аналітичного систематичного огляду наукових джерел, що дало змогу комплексно проаналізувати сучасні підходи до проблеми розвитку метакогнітивних стратегій студентів у процесі навчання англійської мови в системі неперервної освіти. Такий формат роботи забезпечив не лише узагальнення та систематизацію наявних наукових даних, але й виявлення ключових тенденцій, наукових суперечностей і недостатньо досліджених аспектів феномену, що окреслює перспективні напрями подальших наукових пошуків. Для впорядкування й інтерпретації зібраного матеріалу використано методи класифікації та контент-аналізу. Метод класифікації дав змогу систематизувати й упорядкувати зібрані наукові дані за основними тематичними групами – методологічні підходи, психолого-педагогічні аспекти, лінгводидактичні стратегії та інструменти оцінювання метакогнітивного розвитку студентів. Це забезпечило виокремлення провідних понять, дослідницьких парадигм і тенденцій у трактуванні проблеми розвитку метакогнітивних стратегій у процесі навчання англійської мови. Метод контент-аналізу застосовано для глибшого якісного та кількісного опрацювання відібраних джерел, що дало можливість визначити частотність використання ключових категорій, простежити еволюцію наукових уявлень про метакогніцію в освітньому контексті, а також виявити домінантні напрями, суперечності й недостатньо досліджені аспекти проблеми.

Пошукова стратегія формувалася відповідно до рекомендацій PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) (Dickson & Yeung, 2022). Джерельна база дослідження включала наукові публікації, які були оприлюднені у міжнародних базах даних Scopus, Web of Science, ERIC, Google Scholar. До аналізу включалися публікації, що відповідали таким критеріям: наявність рецензування; безпосередня релевантність до теми метакогнітивного розвитку в навчанні англійської мови; чітко описана методологія або теоретичний внесок; орієнтація на контекст вищої чи неперервної освіти. Особлива увага приділялася працям, у яких розкривалися психологічні, педагогічні та лінгводидактичні аспекти метакогнітивного розвитку студентів, а також дослідженням, що аналізують роль саморефлексії, метакогнітивного моніторингу та емоційної регуляції в процесі навчання англійської мови. Обраний формат дослідження дозволив інтегрувати теоретичні підходи з різних наукових шкіл, простежити

еволюцію поняття метакогніції в освітньому контексті та узагальнити тенденції його застосування у практиці неперервного навчання, особливо в умовах воєнних викликів, що впливають на організацію освітнього процесу в Україні.

РЕЗУЛЬТАТИ І ДИСКУСІЇ

У контексті сучасних освітніх трансформацій, що відбуваються в умовах глобальних і національних викликів, розвиток метакогнітивних стратегій студентів розглядається як важливий чинник підвищення ефективності навчання англійської мови в системі неперервної освіти. Аналіз літератури засвідчує, що метакогніція виступає основою усвідомленого навчання, забезпечуючи перехід від зовнішньої регуляції до саморегульованої освітньої діяльності (Teng, Ma, 2024). Метакогнітивний підхід у сучасній педагогічній науці трактується як фундаментальний напрям розвитку теорії навчання, зорієнтований на формування здатності особистості свідомо керувати власною пізнавальною діяльністю. Вперше термін *метакогніція* був уведений J. Flavell (1979) для позначення знань про власне мислення та умінь свідомо регулювати пізнавальні процеси. Подальші наукові пошуки розширили це поняття, визначивши метакогніцію як багаторівневу систему, що включає когнітивний, емоційний і поведінковий виміри навчання.

У структурі метакогнітивної діяльності зазвичай виокремлюють три взаємопов'язані компоненти: 1) метакогнітивні знання – усвідомлення особистістю власних когнітивних процесів, розуміння того, як і чому вона навчається, а також знання про ефективні стратегії засвоєння матеріалу; 2) метакогнітивний досвід – суб'єктивне переживання процесу навчання, що поєднує когнітивні оцінки та емоційні реакції на успіх чи труднощі. Саме він створює основу для розвитку внутрішньої мотивації та стійкості у навчанні; 3) метакогнітивні стратегії – цілеспрямовані дії з планування, моніторингу, контролю та оцінювання власної навчальної діяльності, що забезпечують ефективне використання знань і досвіду (Zhang et al., 2021). Взаємодія цих компонентів формує механізм саморегульованого навчання – ключову якість сучасного студента, здатного до неперервного розвитку. Саме завдяки метакогніції процес навчання англійської мови переходить від пасивного засвоєння знань до активної, усвідомленої та цілеспрямованої діяльності. У лінгводидактичному контексті метакогнітивний підхід є основою ефективного оволодіння мовою, адже він спрямовує студента не лише на засвоєння граматичних структур чи лексичних одиниць, а на розуміння механізмів власного мовного мислення. Студенти, які володіють метакогнітивною усвідомленістю, краще планують свою мовну діяльність, контролюють процеси сприйняття та продукування тексту, а також здійснюють рефлексію щодо власних досягнень.

У системі неперервної освіти метакогніція виконує дві взаємопов'язані функції. По-перше, вона сприяє розвитку самоорганізації навчання, забезпечуючи здатність студента самостійно планувати, контролювати й оцінювати результати власної діяльності. По-друге, вона є адаптаційним механізмом, який допомагає ефективно реагувати на зовнішні зміни, зберігаючи мотивацію й навчальну активність навіть у кризових ситуаціях. Особливої значущості метакогнітивні стратегії набувають у період соціальних і політичних потрясінь, зокрема в умовах війни. Вони сприяють підтриманню навчальної стабільності, допомагають студентам долати інформаційні та емоційні перевантаження, зберігати здатність до критичного мислення та саморефлексії. У цьому сенсі метакогніція є не лише інтелектуальним, а й психологічним ресурсом освітньої стійкості. Таким чином, концептуальні засади метакогнітивного підходу відображають міждисциплінарний характер цього феномена, який поєднує когнітивну психологію, педагогіку та лінгводидактику. Розвиток метакогнітивних стратегій у навчанні англійської мови є не просто засобом оптимізації освітнього процесу, а механізмом формування особистісної автономії, рефлексивності та здатності до навчання впродовж життя.

Розвиток метакогнітивних стратегій у студентів, які вивчають англійську мову, має складну багаторівневу динаміку, що залежить від індивідуальних особливостей, педагогічних умов і специфіки навчального середовища (Teng, Ma, 2024). Формування цих стратегій відбувається поступово, охоплюючи когнітивний, емоційний і поведінковий рівні саморегуляції. У процесі навчання англійської мови можна виокремити три основні етапи розвитку метакогнітивних стратегій: 1) ознайомчо-рефлексивний етап – студент починає усвідомлювати власні навчальні дії, спостерігає за тим, як він навчається, і починає розпізнавати труднощі; 2) операційно-контролюючий етап – формується вміння планувати, відстежувати й коригувати навчальну діяльність, тобто активно застосовувати базові метакогнітивні стратегії; 3) інтеграційно-автономний етап – стратегії стають складовою частиною особистісного стилю навчання; студент демонструє зрілу саморефлексію, автономність і здатність до перенесення досвіду. Ця етапність свідчить про поступовий перехід від зовнішньої регуляції навчальної діяльності до внутрішньої самокерованості, що є основною метою неперервної освіти.

На основі узагальнення сучасних праць виділяємо три групи стратегій, які забезпечують ефективне навчання: 1) стратегії планування – постановка цілей, прогнозування результатів, вибір оптимальних засобів досягнення мети; 2) стратегії моніторингу – спостереження за власним розумінням, виявлення помилок і гнучке коригування підходів; 3) стратегії оцінювання (самооцінювання) – аналіз результатів, порівняння їх із очікуваннями, рефлексія над досягненнями. Взаємодія цих стратегій формує цикл пізнавальної саморегуляції: *планування → виконання → контроль → оцінювання → корекція → нове планування*, що є сутністю метакогнітивної діяльності.

Серед ключових чинників, які впливають на розвиток метакогнітивних стратегій, визначено: 1) педагогічний дизайн навчання – створення мультимедійного середовища стимулює самостійність і рефлексію; 2) мотиваційний аспект – внутрішня мотивація підтримує активне використання стратегій самоконтролю; 3) емоційний фон – у кризових умовах метакогнітивна саморегуляція стає засобом збереження психоемоційної рівноваги; 4) соціальне середовище – колаборативні форми навчання розширюють метакогнітивну обізнаність через обмін досвідом (Shih, Huang, 2022).

Сучасна парадигма вивчення метакогніції демонструє перехід від статичних до динамічних моделей розвитку (Zhang et al., 2021). Дослідники дедалі частіше розглядають метакогнітивну діяльність як гнучку систему, що реагує на зміни середовища, емоційного стану й завдань. У системі неперервної освіти це означає, що розвиток метакогнітивних стратегій є не кінцевою метою, а безперервним процесом удосконалення навчальної автономії. В умовах війни така гнучкість набуває особливої цінності. Вона дозволяє студентам адаптуватися до нових форматів навчання – дистанційного, асинхронного чи змішаного – і зберігати здатність до рефлексивного, усвідомленого навчання навіть у ситуаціях невизначеності.

Концепція неперервної освіти базується на визнанні потреби людини в постійному оновленні знань, умінь і компетентностей упродовж життя. В умовах швидких технологічних, соціальних і культурних змін саме здатність до самостійного навчання, рефлексії та саморегуляції визначає успішність особистості в професійній та освітній сферах. У цьому контексті метакогнітивні стратегії набувають провідного значення, оскільки вони забезпечують механізм внутрішньої організації навчання, роблячи його свідомим, адаптивним і стійким до зовнішніх впливів. Саморегульоване навчання є центральним принципом неперервної освіти. Воно передбачає здатність індивіда самостійно ставити цілі, планувати навчальну діяльність, контролювати процес і коригувати результати. Цей процес прямо пов'язаний із розвитком метакогнітивних стратегій, адже саме вони забезпечують усвідомлене керування навчальними діями. Як зазначають М. Teng et al. (2021), метакогнітивна свідомість є фундаментом освітньої автономії, оскільки вона активізує рефлексивне мислення, сприяє ефективному управлінню

пізнавальними ресурсами та створює умови для самонавчання. Розвиток метакогнітивних стратегій у студентів під час вивчення англійської мови сприяє переходу від репродуктивного засвоєння матеріалу до конструктивного підходу, коли студент не лише опановує знання, а й здатний аналізувати, оцінювати та інтегрувати їх у власну когнітивну систему. Таке навчання має ознаки неперервності: воно не обмежується рамками курсу чи освітньої програми, а продовжується у професійній та соціальній діяльності.

Дискусія сучасних досліджень показує, що ефективність формування метакогнітивних стратегій значною мірою залежить від педагогічного дизайну освітнього процесу. Зокрема, H. J. Shih, S. C. Huang (2022) довели, що використання мультимедійного перевернутого класу сприяє активізації рефлексії та самостійності студентів. Подібні висновки зробили M. F. Teng, C. Wang, J. G. Wu (2021), наголошуючи, що дидактичні моделі, які стимулюють рефлексію, взаємодію та самооцінювання, створюють сприятливе середовище для розвитку метакогнітивної обізнаності.

Водночас варто враховувати, що неперервна освіта передбачає не лише інтеграцію нових методів, а й створення умов для мотиваційної й емоційної підтримки студентів. Метакогнітивні стратегії в цьому контексті виконують функцію психологічного ресурсу: вони допомагають знижувати рівень навчальної тривожності, долати невпевненість і підтримувати внутрішню мотивацію до навчання (Wang, Zhang & Cooper, 2025). Це особливо важливо в умовах дистанційного або гібридного навчання, коли студент позбавлений безпосереднього соціального контакту з викладачем і одногрупниками. Крім того, метакогнітивний підхід у неперервній освіті сприяє індивідуалізації навчання. Студент, який володіє метакогнітивними навичками, здатен самостійно визначати власні освітні потреби, обирати ресурси й інструменти для їх задоволення. Такий підхід забезпечує гнучкість і відкритість освітнього процесу, що відповідає сучасним європейським стандартам навчання впродовж життя.

Сьогодні неперервна освіта в Україні функціонує в умовах війни, що накладає серйозні виклики на організацію навчального процесу. Незважаючи на це, результати попередніх теоретичних і практичних досліджень свідчать, що метакогнітивні стратегії здатні забезпечити певний рівень когнітивної та емоційної стабільності студентів. Здатність планувати, контролювати й оцінювати власне навчання допомагає зберігати концентрацію, продуктивність і мотивацію навіть у ситуаціях стресу чи невизначеності. Зокрема, механізми саморефлексії, самоконтролю та цілепокладання, властиві метакогнітивній діяльності, виконують роль адаптаційних стратегій, які сприяють відновленню почуття внутрішнього контролю. Це важливо не лише для збереження освітньої ефективності, а й для формування особистісної стійкості – однієї з ключових компетентностей у сучасному суспільстві знань.

Аналіз праць Q. Sun, L. J. Zhang, S. Carter (2024) свідчить, що існує пряма залежність між рівнем розвитку метакогнітивних стратегій і якістю навчальних досягнень студентів. Застосування стратегій планування, моніторингу та самооцінювання підвищує академічну успішність, розвиває аналітичне мислення та сприяє формуванню рефлексивної культури. Зокрема, у процесі письма англійською мовою студенти з розвиненими метакогнітивними навичками демонструють здатність до більшої структурованості тексту, точності висловлювання та усвідомленого вибору мовних засобів. Таким чином, результати аналізу підтверджують, що метакогнітивні стратегії виконують інтегративну функцію у неперервній освіті – вони забезпечують не лише когнітивну ефективність, а й формують готовність до навчання впродовж життя. Володіння такими стратегіями дає студентам змогу бути більш гнучкими, самостійними та відповідальними суб'єктами власної освіти, що є надзвичайно важливим у сучасному суспільстві швидких змін і непередбачуваних викликів.

У контексті післявоєнного відновлення освітньої системи України метакогнітивний підхід може стати методологічною основою модернізації навчального процесу. Він узгоджується з принципами гуманістичної педагогіки, орієнтованої на розвиток критичного мислення,

саморефлексії та професійної мобільності. Подальше впровадження метакогнітивних стратегій у практику неперервної освіти потребує створення навчальних програм, які б інтегрували елементи рефлексивного навчання, самоконтролю та формувального оцінювання. Важливим завданням є підготовка викладачів до використання метакогнітивно орієнтованих методик, що поєднують традиційне навчання з цифровими інструментами та індивідуалізованими підходами. Педагогічний аспект розвитку метакогніції в студентів полягає в цілеспрямованому створенні таких умов навчання, які стимулюють усвідомлення власних пізнавальних процесів, активізують рефлексію та сприяють саморегуляції. Таким чином, ефективне формування метакогнітивних стратегій можливе лише за умови педагогічної підтримки, що поєднує когнітивну, емоційну й мотиваційну складові навчання.

Сучасні педагогічні підходи до розвитку метакогніції спираються на низку ключових методологічних принципів: 1) принцип усвідомленості навчання, що передбачає перехід від інтуїтивного засвоєння знань до свідомого осмислення навчальної діяльності; 2) принцип саморегуляції, який формує в студентів здатність до самостійного планування, моніторингу та оцінювання результатів; 3) принцип рефлексивності, що полягає в постійному самоаналізі власних когнітивних дій, їх відповідності поставленим цілям; 4) принцип інтегративності, який передбачає поєднання когнітивних, афективних та соціальних аспектів навчання в цілісну систему особистісного розвитку (Ху, 2023). Застосування цих принципів дає змогу перетворити процес вивчення англійської мови на простір розвитку мислення, самостійності та внутрішньої мотивації.

Ефективний розвиток метакогнітивних навичок у студентів вимагає використання комплексу педагогічних технологій, що стимулюють активне мислення та самоаналіз. Серед них провідне місце посідають: 1) стратегічне навчання (*strategy-based instruction*), яке спрямоване на навчання студентів планувати, відстежувати й оцінювати власні дії під час опанування мовного матеріалу. Викладач виступає фасилітатором, який навчає не лише «що робити», а і «як мислити»; 2) модель «перевернутого класу» (*flipped classroom*), яка дозволяє студентам самостійно опрацьовувати теоретичний матеріал, а час занять присвячувати практиці, аналізу, рефлексії. Такий підхід сприяє розвитку самостійності та усвідомлення власного освітнього процесу; 3) рефлексивні щоденники як форма письмової самооцінки, що дозволяє студентам відстежувати власний прогрес, формулювати висновки, усвідомлювати труднощі й способи їх подолання; 4) метод проєктів і дослідницьке навчання, що активізує метакогнітивні процеси через постановку проблемних завдань, які вимагають планування, аналізу, самоконтролю й оцінювання результатів; 5) цифрові освітні технології (інтерактивні платформи, онлайн-портфоліо, адаптивні тести), які створюють можливість для індивідуального моніторингу успішності та самоаналізу, що особливо актуально в умовах дистанційного навчання (Ху, 2023). У сукупності ці підходи сприяють формуванню в студентів навичок навчальної автономії та рефлексивної культури, що є ключовими складовими неперервної освіти (Cai, 2024).

Розвиток метакогнітивних стратегій безпосередньо пов'язаний із педагогічною позицією викладача. Як показують дослідження L. Ma et al. (2021), викладачі, які моделюють власні метакогнітивні процеси, тобто відкрито демонструють, як вони планують, моніторять і оцінюють навчальну діяльність, формують у студентів здатність самим виконувати ці дії. Педагог виступає не лише джерелом знань, а партнером у навчанні, який створює умови для діалогу, спільного аналізу труднощів, взаємооцінювання та колективної рефлексії. Важливо, щоб викладач не просто пояснював навчальний матеріал, а допомагав студентам усвідомити процес його засвоєння – що саме вони роблять, чому це важливо й як це впливає на результат. В умовах війни роль викладача як фасилітатора метакогнітивного розвитку набуває ще більшої ваги. Освітній процес часто відбувається дистанційно, у психологічно напруженій атмосфері, з ризиком інформаційного перевантаження та втрати мотивації. Тому важливо поєднувати навчання з

елементами емоційно-когнітивної підтримки – короткими сесіями рефлексії, обговоренням навчальних труднощів, техніками зниження тривожності через усвідомлення власних навчальних стратегій. Метакогнітивні практики (наприклад, «мислення вголос», рефлексивні обговорення або планування навчального тижня) допомагають студентам підтримувати відчуття контролю над процесом навчання, що водночас підсилює психологічну стійкість. У цьому сенсі розвиток метакогніції є не лише дидактичною, а й гуманітарною місією сучасної освіти.

У ширшому контексті неперервного навчання педагогічне завдання полягає у формуванні метакогнітивної культури – стійкої здатності людини рефлексувати власне мислення, оцінювати ефективність своїх дій і цілеспрямовано вдосконалюватися. Це передбачає інтеграцію метакогнітивних практик на всіх рівнях освітнього процесу – від шкільного до післядипломного. Університетська освіта як провідна ланка системи неперервного навчання повинна забезпечити умови для розвитку цих умінь через проєктну діяльність, міждисциплінарні завдання, цифрові симуляції та систему формувального оцінювання. У результаті студент поступово переходить від позиції пасивного учня до ролі активного дослідника власного пізнання. Проведений теоретичний аналіз дає підстави стверджувати, що розвиток метакогнітивних стратегій є одним з базових напрямів удосконалення сучасної системи навчання англійської мови в контексті неперервної освіти. Метакогнітивна діяльність студента забезпечує інтеграцію когнітивного, афективного й поведінкового вимірів пізнання, формуючи внутрішні механізми саморегуляції, рефлексії та самовдосконалення. Розвиток метакогнітивних стратегій сприяє переходу від зовнішньо регульованого до самостійного, усвідомленого навчання. Студенти, які володіють розвиненою метакогнітивною компетентністю, здатні ефективніше планувати навчальний процес, аналізувати труднощі, контролювати виконання завдань і здійснювати критичну оцінку результатів. Це не лише підвищує успішність у вивченні англійської мови, а й формує універсальні навички самонавчання як основу освітньої автономії впродовж життя.

В умовах неперервної освіти метакогнітивні стратегії виконують подвійну функцію: по-перше, вони є інтелектуальним інструментом, який забезпечує ефективне засвоєння знань і розвиток мовленнєвих навичок; по-друге, виступають психологічним механізмом стабільності, що допомагає долати навчальні й емоційні труднощі, зокрема в умовах воєнного часу, дистанційного чи гібридного навчання. Таким чином, метакогніція у сфері вивчення англійської мови не обмежується лише розвитком когнітивних стратегій. Вона перетворюється на цілісну педагогічну парадигму, яка сприяє формуванню рефлексивної культури мислення, здатності до самоаналізу, критичного осмислення та конструктивної дії. Важливо також підкреслити, що метакогнітивні стратегії мають не лише індивідуальний, а й соціально-освітній вимір. Вони сприяють становленню студента як активного суб'єкта навчальної спільноти, що усвідомлює власну роль у колективному навчанні, готовий до співпраці, взаємооцінювання та обміну досвідом. У цьому контексті розвиток метакогніції розглядається як умова формування навчальної культури ХХІ ст., зорієнтованої на взаємодію, критичне мислення й адаптивність. Отже, результати дослідження підтверджують, що метакогнітивний підхід має стратегічне значення для вдосконалення методики навчання англійської мови в системі неперервної освіти. Він дозволяє поєднати процес набуття знань із розвитком особистісної автономії, саморефлексії та здатності до навчання впродовж життя. В умовах війни і післявоєнного відновлення цей підхід стає одним із ключових ресурсів освітньої стійкості, що забезпечує неперервність пізнавального розвитку та підтримує людський потенціал нації.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження, здійснене у форматі теоретико-аналітичного систематичного огляду наукових джерел, дало змогу комплексно проаналізувати сучасні підходи до проблеми

розвитку метакогнітивних стратегій студентів у процесі навчання англійської мови в системі неперервної освіти. Використання методів класифікації та контент-аналізу забезпечило системність опрацювання джерельної бази, упорядкування наукових даних за тематичними групами та виявлення провідних понять, наукових парадигм і тенденцій у трактуванні феномену метакогніції. У результаті аналізу встановлено, що розвиток метакогнітивних стратегій є одним із ключових чинників підвищення ефективності навчання англійської мови в системі неперервної освіти. Метакогніція є інтегративною категорією, яка поєднує когнітивні, емоційні та поведінкові виміри навчальної діяльності й забезпечує усвідомлене управління процесом пізнання.

У ході дослідження встановлено, що, по-перше, метакогнітивний підхід створює основу для формування в студентів здатності керувати власним навчанням. Поєднання метакогнітивних знань, досвіду та стратегій планування, моніторингу й оцінювання сприяє становленню навчальної автономії, розвитку рефлексивного мислення та формуванню навичок саморегуляції.

По-друге, виявлено, що застосування метакогнітивних стратегій у процесі вивчення англійської мови, особливо в розвитку письмових навичок, забезпечує підвищення якості навчальних результатів. Такі стратегії допомагають студентам ефективно планувати навчальну діяльність, усвідомлювати власні труднощі, здійснювати самоконтроль і критично оцінювати досягнення, що сприяє розвитку усвідомленого мовлення та академічної компетентності.

Крім того, з'ясовано, що система неперервної освіти створює сприятливі умови для розвитку метакогнітивної свідомості. Вона базується на принципах рефлексії, самоорганізації та гнучкості освітніх стратегій. У цьому контексті метакогніція виступає рушійною силою особистісного й професійного зростання, адже формує здатність до самонавчання, самоаналізу та постійного самовдосконалення.

Водночас встановлено, що ефективність розвитку метакогнітивних умінь значною мірою залежить від педагогічних умов. Використання стратегічного навчання, ведення рефлексивних щоденників, моделі «перевернутого класу», проєктних форм роботи та цифрових технологій сприяє формуванню активної пізнавальної позиції студентів. При цьому роль викладача полягає не лише у передаванні знань, а й у фасилітації метакогнітивного розвитку, створенні середовища для самоаналізу й усвідомлення навчального досвіду.

Особливої ваги набуває метакогнітивний підхід у сучасних умовах воєнного стану, коли освітній процес супроводжується підвищеним емоційним навантаженням і фрагментарністю освітнього середовища. У таких обставинах метакогнітивні стратегії стають важливим інструментом психологічної підтримки й адаптації: вони допомагають студентам зберігати навчальну мотивацію, підвищують стійкість до стресу та забезпечують можливість продовжувати освітню діяльність навіть у ситуаціях невизначеності.

Отже, метакогнітивний підхід у сучасній мовній освіті виступає не лише ефективним дидактичним інструментом, а й методологічною основою формування саморегульованої, критично мислячої та психологічно стійкої особистості. Його інтеграція в систему неперервного навчання забезпечує не лише якість освітнього процесу, а й сталий розвиток людини як суб'єкта пізнання, діяльності й культури. У цьому полягає стратегічна цінність метакогнітивного підходу для подальшої гуманітарної модернізації та післявоєнного відновлення освітнього простору України.

Подальші наукові пошуки доцільно спрямувати на розроблення методичних моделей інтеграції метакогнітивного підходу в практику викладання англійської мови в закладах вищої освіти. Перспективним є також вивчення впливу цифрового освітнього середовища, соціально-емоційних чинників та післявоєнних умов на динаміку формування метакогнітивних стратегій студентів.

Список використаної літератури

1. Кравченко О. Соціально-психологічна підтримка ментального здоров'я учасників освітнього процесу в кризових ситуаціях (практичний досвід). *Social Work and Education*. 2023. № 10. Вип. 1. С. 35–47. DOI: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.23.1.4>
2. Сідлецький С., & Шандар А. Вища освіта в Україні в умовах воєнного стану: виклики та пріоритети. *Економіка та суспільство*. 2024. № 64. DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2024-64-151>
3. Храбан Т. Є. Актуальні питання психологічного благополуччя молоді під час навчання за військовим профілем: приклад України. *Освітня аналітика України*. 2023. № 1. Вип. 22. С. 51–66. DOI: <https://doi.org/10.32987/2617-8532-2023-1-51-66>
4. Храбан Т. Є. Рекомендації щодо якісного висвітлення проблем неперервної освіти. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика*. 2024. № 3. Вип. 80. С. 57–66. DOI: <https://doi.org/10.28925/2412-0774.2024.3.5>
5. Cai Y. Metacognitive strategy use in foreign language learning fluctuates from both ends towards the middle: Longitudinal evidence for the Island Ridge Curve. *System*. 2024. № 123. Art. 103324. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.system.2024.103324>
6. Dickson K., Yeung C. PRISMA 2020 updated guideline. *British Dental Journal*. 2022. № 232. P. 760–761. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41415-022-4359-7>
7. Flavell J. H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive–developmental inquiry. *American Psychologist*. 1979. № 34. Iss. 10. P. 906–911. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.906>
8. Guanuche A., Paucar W., Oñate W., & Caiza G. Immersive Haptic Technology to Support English Language Learning Based on Metacognitive Strategies. *Applied Sciences*. 2025. № 15. Iss. 2. P. 665. DOI: <https://doi.org/10.3390/app15020665>
9. Khosravi R., Dastgoshadeh A., & Jalilzadeh K. Writing metacognitive strategy-based instruction through flipped classroom: an investigation of writing performance, anxiety, and self-efficacy. *Smart Learning Environments*. 2023. № 10. P. 48. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40561-023-00264-8>
10. Ma L. & Li B. & Jiao Y. & Liu J. Motivation profiles of Chinese rural foreign language learners: link with learning strategy and achievement. *Applied Linguistics Review*. 2023. № 15. DOI: <https://doi.org/10.1515/applirev-2022-0198>
11. Marengo D. J., Juanías J., Molina C. Language learning strategies of Colombian learners of English as a foreign language. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*. 2024. № 13. P. 2739–2748. DOI: <https://doi.org/10.11591/ijere.v13i4.28739>
12. Shih H.J., Huang S.C. EFL learners' metacognitive development in flipped learning: A comparative study. *Interactive Learning Environments*. 2022. № 30. Iss. 8. P. 1448–1460. DOI: <https://doi.org/10.1080/10494820.2020.1728343>
13. Sun Q., Zhang L. J., Carter S. English as a foreign language learners' metacognitive experiences and writing development: Unraveling the process of learning EFL writing, *Learning and Individual Differences*. 2024. № 115. Art. 102540. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2024.102540>
14. Teng M. F., & Yue M. Metacognitive writing strategies, critical thinking skills, and academic writing performance: A structural equation modeling approach. *Metacognition and Learning*. 2023. № 18. Iss. 1. P. 237–260. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11409-022-09328-5>
15. Teng M. F., Ma M. Assessing metacognition-based student feedback literacy for academic writing. *Assessing Writing*. 2024. Vol. 59. Art. 100811. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.asw.2024.100811>
16. Teng M. F., Wang C., & Wu J. G. Metacognitive Strategies, Language Learning Motivation, Self-Efficacy Belief, and English Achievement During Remote Learning: A Structural Equation Modelling Approach. *RELJ Journal*. 2021. № 54. Iss. 3. P. 648–666. DOI: <https://doi.org/10.1177/00336882211040268>
17. Wang K. & Zhang L. J. & Cooper M. Taking stock of metacognitive strategies and collaborative writing for EFL learners' writing development. *Journal of Second Language Writing*. 2025. № 68. P. 1–13. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jslw.2025.101211>
18. Wang K., Zhang L. J. & Cooper M. Metacognitive Instruction for Improving the Effectiveness of Collaborative Writing for EFL Learners' Writing Development. *Asia-Pacific Education Researcher*. 2025. № 34. P. 661–673. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40299-024-00886-7>
19. Xu Z. Metacognition in Language Teaching and Research: A Conversation With Professor Lawrence Jun Zhang. *RELJ Journal*. 2023. № 54. Iss. 1. P. 300–308. DOI: <https://doi.org/10.1177/00336882231157497>
20. Yu S., Jiang L., Liu C., & Zhou N. Profiles of Chinese Secondary Students' L2 Writing Motivation and Engagement: An Exploratory Study. 2022. *Educational Psychology*. № 42. Iss. 8. P. 972–990. DOI: <https://doi.org/10.1080/01443410.2022.2108765>
21. Zhang W., Zhang D., & Zhang L. J. Metacognitive Instruction for Sustainable Learning: Learners' Perceptions of Task Difficulty and Use of Metacognitive Strategies in Completing Integrated Speaking Tasks. *Sustainability*. 2021. № 13. Iss. 11. Art. 6275. DOI: <https://doi.org/10.3390/su13116275>

References

- Kravchenko, O. (2023). Cotsialno-psykholohichna pidtrymka mentalnoho zdorovia uchashnykiv osvitnoho protsesu v kryzovykh sytuatsiiakh (praktychnyi dosvid) [Socio-psychological support of mental health of the educational process participants in crisis situations (practical experience)]. *Social Work and Education*, 10 (1), 35–47. <https://doi.org/10.25128/2520-6230.23.1.4>
- Sidletskyi, S., & Shandar, A. (2024). Vyshcha osvita v Ukraini v umovakh voiennoho stanu: vyklyky ta priorytety [Higher education of Ukraine under the conditions of the martial law: challenges and priorities]. *Economy and Society*, 64. <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2024-64-151>
- Khraban, T. (2023). Aktualni pytannia psykholohichnoho blahopoluchchia molodi pid chas navchannia za viiskovym profilem: pryklad Ukrainy [Current issues of psychological well-being of young people studying for military specialties: a case study in Ukraine], *Educational Analytics of Ukraine*, 1 (22), 51–66. <https://doi.org/10.32987/2617-8532-2023-1-51-66>
- Khraban, T. (2024). Rekomendatsii shchodo yakisnoho vysvitlennia problem neperervnoi osvity [Guidelines for quality coverage of continuing education issues]. *Neperervna profesiina osvita: teoriia i praktyka*, 3(80), 57–66. <https://doi.org/10.28925/2412-0774.2024.3.5>
- Cai, Y. (2024). Metacognitive strategy use in foreign language learning fluctuates from both ends towards the middle: Longitudinal evidence for the Island Ridge Curve. *System*, 123, 103324. <https://doi.org/10.1016/j.system.2024.103324>
- Dickson, K., Yeung, C. (2022). PRISMA 2020 updated guideline. *British Dental Journal*, 232, 760–761. <https://doi.org/10.1038/s41415-022-4359-7>
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive–developmental inquiry. *American Psychologist*, 34 (10), 906–911. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.906>
- Guanuche, A., Paucar, W., Oñate, W., & Caiza, G. (2025). Immersive Haptic Technology to Support English Language Learning Based on Metacognitive Strategies. *Applied Sciences*, 15 (2), 665. <https://doi.org/10.3390/app15020665>
- Khosravi, R., Dastgoshadeh, A. & Jalilzadeh, K. (2023). Writing metacognitive strategy-based instruction through flipped classroom: an investigation of writing performance, anxiety, and self-efficacy. *Smart Learning Environments*. 10, 48. <https://doi.org/10.1186/s40561-023-00264-8>
- Ma, L. & Li, B. & Jiao, Y. & Liu, J. (2023). Motivation profiles of Chinese rural foreign language learners: link with learning strategy and achievement. *Applied Linguistics Review*. 15. <https://doi.org/10.1515/applirev-2022-0198>
- Marengo, D. J., Juanias, J., Molina, C. (2024). Language learning strategies of Colombian learners of English as a foreign language. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 13, 2739–2748. <https://doi.org/10.11591/ijere.v13i4.28739>
- Shih, H.J., Huang, S.C. (2022). EFL learners' metacognitive development in flipped learning: A comparative study. *Interactive Learning Environments*, 30 (8), 1448–1460. <https://doi.org/10.1080/10494820.2020.1728343>
- Sun, Q., Zhang, L. J., Carter, S. (2024). English as a foreign language learners' metacognitive experiences and writing development: Unraveling the process of learning EFL writing. *Learning and Individual Differences*, 115, 102540. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2024.102540>
- Teng, M. F., & Yue, M. (2023). Metacognitive writing strategies, critical thinking skills, and academic writing performance: A structural equation modeling approach. *Metacognition and Learning*, 18 (1), 237–260. <https://doi.org/10.1007/s11409-022-09328-5>
- Teng, M. F., Ma, M. (2024). Assessing metacognition-based student feedback literacy for academic writing. *Assessing Writing*, 59. <https://doi.org/10.1016/j.asw.2024.100811>
- Teng, M. F., Wang, C., & Wu, J. G. (2021). Metacognitive Strategies, Language Learning Motivation, Self-Efficacy Belief, and English Achievement During Remote Learning: A Structural Equation Modelling Approach. *RELJ Journal*, 54 (3), 648–666. <https://doi.org/10.1177/00336882211040268>
- Wang, K. & Zhang, L. J. & Cooper, M. (2025). Taking stock of metacognitive strategies and collaborative writing for EFL learners' writing development. *Journal of Second Language Writing*, 68, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.jslw.2025.101211>
- Wang, K., Zhang, L.J. & Cooper, M. (2025). Metacognitive Instruction for Improving the Effectiveness of Collaborative Writing for EFL Learners' Writing Development. *Asia-Pacific Education Researcher*, 34, 661–673. <https://doi.org/10.1007/s40299-024-00886-7>
- Xu, Z. (2023). Metacognition in Language Teaching and Research: A Conversation With Professor Lawrence Jun Zhang. *RELJ Journal*, 54 (1), 300–308. <https://doi.org/10.1177/00336882231157497>
- Yu, S., Jiang, L., Liu C., & Zhou, N. (2022). Profiles of Chinese Secondary Students' L2 Writing Motivation and Engagement: An Exploratory Study. *Educational Psychology*, 42 (8), 972–990. <https://doi.org/10.1080/01443410.2022.2108765>

Zhang, W., Zhang, D., & Zhang, L. J. (2021). Metacognitive Instruction for Sustainable Learning: Learners' Perceptions of Task Difficulty and Use of Metacognitive Strategies in Completing Integrated Speaking Tasks. *Sustainability*, 13 (11), 6275. <https://doi.org/10.3390/su13116275>

Стаття надійшла до редакції 19.10.2025

Прийнято до друку 26.12.2025

DEVELOPMENT OF METACOGNITIVE STRATEGIES IN THE SYSTEM OF CONTINUOUS LEARNING OF ENGLISH LANGUAGE STUDENTS: EXPERIENCE AND PROSPECTS

Tetiana Khraban

<https://orcid.org/0000-0001-5169-5170>

PhD in Philology, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Foreign Philology and Translation,
Interregional Academy of Personnel Management,
2 Frometivska Str., 01011, Kyiv, Ukraine
hraban.tatyana@gmail.com

The purpose of this article is to conduct a comprehensive theoretical study of the role of metacognitive strategies in the process of teaching English to students in the system of continuing education, as well as to determine their significance for the formation of learning autonomy, self-regulation, and psychological resilience of students in conditions of military challenges. The present study is an analytical and theoretical systematic review of scientific sources, which ensure a comprehensive analysis of contemporary approaches to the development of metacognitive competence in the context of foreign language education. The methodological foundation of the study aligns with the prevailing scientific methods of analysis, synthesis, induction, deduction, generalization, and comparison. These methodologies ensure consistency in the processing of both theoretical and empirical materials. The analysis indicates that metacognitive strategies play a pivotal role in enhancing the effectiveness of English language learning, as they facilitate the transition from external regulation to independent, conscious, and reflective learning. Research indicates that the implementation of strategic planning, systematic monitoring, and self-assessment strategies fosters critical thinking and the development of the capacity for self-observation, self-regulation, and the refinement of one's own learning activities. Research demonstrates that the implementation of a metacognitive approach has a positive effect on students' motivation to learn, internal autonomy, and resilience to stress factors in the learning environment. Research indicates that the effective development of metacognitive strategies is contingent upon the creation of a pedagogical environment that prioritizes reflection, formative assessment, collaboration, and the integration of digital educational technologies. Students' metacognitive activity acts as an integrative mechanism, combining cognitive, emotional, and behavioral components of learning. This ensures continuity and flexibility in the learning process. The findings substantiate the notion that the cultivation of metacognitive strategies within the framework of continuous education constitutes a pivotal prerequisite for the development of a self-regulated, reflective, and resilient personality.

Keywords: cognitive resilience, educational environment, learning autonomy, metacognitive strategies, reflection, self-regulation.