

УДК 37.025

Doi: 10.26456/vtpsyped/2024.2.115

## **МЕТАНАВЫКИ КАК УНИВЕРСАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО И ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ**

**Е.В. Астапенко**

ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет», г. Тверь

Цель исследования состоит в раскрытии сущности метанавыков и их влияния на личностный и профессиональный рост в условиях развития современных технологий и появления профессий будущего. Статья раскрывает важность освоения метанавыков, которые являются фундаментом для развития профессиональных и гибких компетенций. Научная новизна состоит в обосновании приоритетного развития метанавыков / метакомпетенций, позволяющих эффективно взаимодействовать с людьми непосредственно и в режиме онлайн, а также быстро включаться в новые профессиональные задачи.

**Ключевые слова:** *метанавыки, метакомпетенции, универсальные компетенции, soft skills, навыки XXI века.*

Изменения в перечне профессий будущего заставляют нас задуматься о том, ту ли мы специальность выбрали, той ли профессии обучались. Ежедневно появляются новые профессии, которые требуют от работников не только обновленных профессиональных компетенций, но и навыков, которым фактически не обучают в учебных заведениях, но которые являются нашими постоянными невидимыми спутниками. Эти навыки мы развиваем с детства и совершенствуем в социальной жизни или на рабочем месте. Вместе с тем, ежегодно теряют свою актуальность профессии, которые еще десять-двадцать лет назад считались востребованными и престижными, например, юрист. Искусственный интеллект способен за несколько минут составить контракт, договор или другой типовой нормативно-правовой документ. Однако, не падает спрос на юристов, специализирующихся в адвокатской деятельности, где необходимы практический опыт, креативное мышление, гибкие навыки и метанавыки. «Многие работодатели уже сейчас заинтересованы в том, чтобы их сотрудники обладали максимально широким перечнем востребованных "навыков будущего". Необходимые компетенции можно развивать через корпоративные курсы, однако работодателю вряд ли удастся сформировать экзистенциальные и метанавыки сотрудников, потому что на это уходит много времени» [2, с. 45–46].

Если твердые навыки – это технические составляющие любой профессии, и им можно успешно научиться в колледже или вузе и

© Астапенко Е.В., 2023

совершенствоваться в процессе трудовой деятельности, как того требуют обстоятельства, то гибкие навыки или soft skills связаны с эффективной коммуникацией во всех ее проявлениях, и сегодня эти навыки можно за относительно короткий срок освоить на тренингах, курсах повышения квалификации, реже (или частично) в рамках образовательных программ университетов. В случае, если развитию гибких навыков не было уделено достаточно внимания в образовательных учреждениях, то коммуникативные тренинги или специальные краткосрочные курсы, как правило, решают эту задачу.

Совсем другое дело – метанавыки. Это те навыки, которые входят в зону нашей личной ответственности и осваиваются, осознаются и развиваются постепенно, на протяжении всей жизни. По мнению многих специалистов, эти навыки даны нам от рождения, но это до сих пор остается спорным вопросом. Именно метанавыки улучшают коммуникацию на рабочем месте, способствуют самосовершенствованию человека, выводят на новый уровень социальное взаимодействие. По сути, без метанавыков практически невозможно освоить гибкие навыки. Универсальные компетенции представляют собой «результаты освоения ОП определенного уровня высшего образования, отражающие общие знания, социальные и личностные способности обучающихся и позволяющие им быть успешными независимо от специфики и направления профессиональной деятельности» [6]. Таким образом, можно заключить, что метанавыки в иерархии общепризнанных навыков (твердые навыки, гибкие навыки) стоят выше гибких навыков и усиливают их эффективность. Главная цель статьи – обосновать, почему без развития метанавыков невозможно дальнейшее совершенствование человека и освоение новых профессий.

*Разграничение понятий профессиональные компетенции,  
универсальные компетенции, гибкие навыки (soft skills),  
метанавыки и метакомпетенции*

В образовательном и бизнес-сообществах широко применяются понятия, связанные с компетенциями и навыками. В ФГОС все компетенции подразделяются на универсальные, общепрофессиональные и профессиональные. *Профессиональные*, а также *общепрофессиональные* компетенции четко сформулированы в рабочих программах каждой отдельной дисциплины. Последовательное освоение дисциплин выбранной образовательной программы подготавливает специалистов к осуществлению профессиональной деятельности / трудовых функций (ранее: общекультурные компетенции ФГОС ВПО, ФГОС ВО 3+).

Сделаем оговорку, что универсальные компетенции в научных и научно-популярных исследованиях часто заменяют известными нам синонимами: soft skills, мягкие навыки / гибкие навыки, метанавыки,

надпрофессиональные навыки, навыки XXI века, «универсальные компетенции XXI века» [17] и некоторыми другими.

Но в нашем исследовании мы разделяем гибкие навыки и метанавыки. *Надпрофессиональные навыки (гибкие / soft skills)* наиболее четко и структурно сформулированы в Атласе новых профессий: «экологическое мышление, управление проектами, системное мышление, работа с людьми, работа в условиях неопределенности, программирование / робототехника / искусственный интеллект, навыки художественного творчества, мультиязычность и мультикультурность, межотраслевая коммуникация, клиентоориентированность, бережливое производство» [3]. Освоить новые профессии без развития и совершенствования перечисленных выше навыков сегодня невозможно. Рассмотрим в качестве примеров основные универсальные компетенции юриста, педагога и специалиста в области ИТ, и выясним, как они коррелируются с метакомпетенциями / метанавыками.

Итак, будущий *юрист* должен обладать креативным мышлением, лидерскими качествами, умением учиться и стремиться к постоянному самообразованию. Кроме того, юриста отличает способность «осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач» [15]. Также важно адаптироваться к постоянно меняющимся условиям профессиональной деятельности.

В рабочей программе «Юрист в сфере государственного управления» (уровень магистратуры) обозначены группы универсальных компетенций: системное критическое мышление, разработка и реализация проектов, командная работа и лидерство, коммуникация, межкультурное взаимодействие, самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение).

Г.И. Займист определяет четыре группы универсальных компетенций юриста: «компетенции, составляющие информационную культуру профессионала, формальные (методические) компетенции, компетенции, характеризующие индивидуальное поведение специалиста и способности, определяющие социальное поведение профессионала» [4]. Особое внимание заслуживают индивидуальные компетенции, среди которых Г.И. Займист выделила следующие: «деловая хватка, усердность и прилежание, целеустремленность и результативность, мобильность и инициативность» [4]. Названные характеристики будущего юриста отражают как гибкие навыки, так и метанавыки.

Важнейшими универсальными компетенциям *педагогов*, по мнению А.А. Шарова и А.А. Коновалова, являются «способность к системному и критическому мышлению; способность к коммуникации; способность к самоорганизации и саморазвитию; готовность становиться лидером в педагогическом сообществе; готовность принимать

персональную ответственность за допущенные ошибки или неудачи, способность определить и реализовать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки, готовность браться за решение сложных задач, проявление настойчивости и самостоятельности в достижении целей и преодолении препятствий, а также высокая внутренняя мотивация» [23, с. 9]. Перечисленные выше универсальные компетенции в той или иной степени пересекаются с универсальными компетенциями юриста и конкретизируют гибкие навыки педагога.

Кроме того, обратим внимание на общепрофессиональные компетенции педагога: «готовность осознавать социальную значимость своей профессии и обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности, владение основами профессиональной этики и речевой культуры, готовность к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса» [14] и др. Каким образом можно «проверить» готовность педагога осознавать значимость профессии или готовность сопровождать учебный и воспитательный процесс, как с точки зрения педагога, так и с точки зрения психолога? Сложный вопрос. Эти навыки, компетенции формируются в процессе педагогической деятельности при решении текущих проблем, преодолении сложных ситуаций, в том числе конфликтных, а также с реальным опытом преподавания. Здесь без развитых метанавыков / метакомпетенций не обойтись. Также важно правильно выстроить коммуникацию со студентами, «с представителями различных культур, национальностей, религий и верований преподавателям необходимо ознакомиться с основами мультикультурного общения, правильно и адекватно реагировать на проявление непривычных форм поведения учащихся, предугадывать и понимать особенности реакции представителей различных культур на разные раздражители. Здесь на первый план выходит такое качество преподавателя, как предоставление персонализированной обратной связи, внимание и уважение к отдельно взятой личности» [1, с. 29].

Для *специалиста в области IT* коммуникационные навыки выступают наиважнейшими составляющими профессии. Никто не умаляет мастерство писать коды на современных языках программирования, но если IT-специалист не способен коммуницировать с заказчиком и четко договариваться о том, как должен выглядеть итоговый продукт, каким функционалом обладать, то на финише возникнут проблемы и, в худшем случае, программисту придется видоизменять или даже полностью переделывать продукт, затрачивая на это массу времени. Поэтому IT-специалист должен вырабатывать в себе метакоммуникативные навыки, например, умение слушать и слышать заказчика; умение задавать правильные вопросы;

считывать невербальную информацию у собеседника; способность к эмпатии; способность терпеливо выслушать заказчика.

Кроме того, программист должен овладеть еще одной важной метакомпетенцией – продуктовым мышлением, это «умение погружаться в проблемы пользователей и создавать такой функционал, который решает их <...> способность мыслить в формате стартапа, даже если ты работаешь в IT-гиганте» [24].

Как видно из примеров, большинство универсальных компетенций юриста, педагога и программиста коррелируются с гибкими навыками. Главный исследовательский интерес связан с вопросом: чем конкретно отличаются метанавыки от гибких навыков?

Во-первых, метанавыки позволяют человеку развить и укрепить гибкие навыки. Например, такой гибкий навык, как тайм-менеджмент / управление рабочим временем – невозможен без овладения такими метанавыками, как преодоление прокрастинации, самодисциплина, осознанность, способность бороться с хронофагами (поглотителями времени), внутренняя мотивация, «способность принимать решения среди большого выбора возможностей» [8, с. 23].

Во-вторых, «мета-скилы – это энтузиазм и приверженность идеям, способность к обучению, являющаяся основой для понимания того, как осваивать все новое и ранее неизведанное» [22].

В-третьих, «метакомпетенции – это умение работать с новизной, сложностью и неопределенностью» [11].

В-четвертых, метанавыки – универсальны по своей сути; они важны для каждого человека, вне зависимости от выбранной профессиональной деятельности: «осознанность и внимательность, объективность, принятие себя и других, целостность восприятия реальности» [21].

В-пятых, метанавыки имеют тесную связь с личностными качествами человека.

В-шестых, метанавыки – это «экзистенциальные, смыслообразующие, глубинные компетенции, направленные на преодоление уникальных психологических трудностей, с которыми сталкивается современный человек» [10].

В-седьмых, метанавыки – «это навыки, которые лежат в основе личности и определяют, как будут освоены остальные навыки. Они являются основой для развития личностной и профессиональной зрелости, а также гарантией эффективного взаимодействия с окружающим миром» [18].

#### *Краткий обзор универсальных метанавыков / метакомпетенций*

Структурированной классификации метанавыков пока не существует, но попыток выделить метанавыки для специалистов разных профессий и сфер деятельности предпринимается много. Многие гибкие

навыки относят к метанавыкам и наоборот. Тем не менее, анализ литературы по теме исследования дал возможность выделить самые важные метанавыки человека, позволяющие ему не только успешно реализовать себя в профессии, но и достичь поставленных личностных целей и главное – быть счастливым.

Следует отметить, что метанавык – это то, что мы делаем практически автоматически, что доведено до совершенства, но этому предшествует большая работа. Метакомпетенция – это своего рода усложненный метанавык, это осознанная работа над совершенствованием определенного навыка высокого порядка, требующая высокой концентрации внимания. В нашем исследовании мы не ставим цель выделить четкие различия между метанавыками и метакомпетенциями; мы акцентируем наше внимание на самых важных метанавыках, и почему их развитие сегодня способствует росту как в профессиональной сфере, так и в личностном развитии.

Так, например, О.Д. Медведева в своем диссертационном исследовании рассматривает метакогнитивные навыки как «совокупность надпрофессиональных и познавательных навыков, основу которых составляют коммуникативные, управленческие, цифровые и когнитивные компоненты» [9].

Изменчивый и сложный мир, в котором стремительно развиваются технологии, накапливается информация разного толка, требует от человека владения такими метанавыками, как устойчивость к неопределенности [12, с. 105], предугадывание (форсайт) будущего, чутье и смекалка. Эти навыки одинаково хороши и для развития творческого мышления.

Петр Людвиг в своей книге «Победи прокрастинацию» (2015) выделяет следующие метанавыки: умение победить прокрастинацию, внутреннюю мотивацию, самодисциплину, удовлетворенность, объективность, личностный рост, способность принимать решения среди большого выбора возможностей [8, с. 23]. Перечисленные метанавыки по сути своей представляют собой многоэтапный процесс формирования каждого конкретного навыка, требующего от человека настойчивости, силы воли, смелости и решительности, а главное – ежедневной практики. Одним из критериев сформированности метанавыков, упомянутых П. Людвигом, является самостоятельность, особенно самостоятельность принятия решений, что, в свою очередь, является, метанавыком.

Проактивность – метанавык, помогающий расставлять приоритеты, быть ответственным за свою жизнь и не перекладывать ее на внешние обстоятельства и окружающих. Этот термин хорошо описан в книге С. Кови «Семь навыков высокоэффективных людей» [5] Мы склоняемся к мысли о том, что проактивность – это сложная метакомпетенция, вырабатываемая годами в процессе практической и профессиональной деятельности человека.

Проактивность тесно связана с еще одним важным метанавыком – активной жизненной позицией, который помогает развить в человеке и другие важные умения и метанавыки, например, способность пребывать в состоянии «потока», по мнению Михая Чиксентмихайи [19]; стремление и желание постоянно обучаться новому и полезному, уверенность в себе.

Следующая группа метанавыков связана с развитием личностных навыков и их критическим осмыслением. Развитие человека происходит одновременно с конструктивным анализом негативного опыта (собственный / личный SWOT-анализ), о чем указывают авторы исследования «Навыки современного юриста...» [12, с. 82], а также известный чешский психолог Петр Людвиг [8, с. 76]. Выявление сильных и слабых сторон своей личности и их объективная оценка уточняет, в каком направлении необходимо двигаться, какие ресурсы необходимо привлечь для дальнейшего роста. Объем знаний увеличивается ежедневно, поэтому необходимо тщательно фильтровать потоки информации и уделять время для осознания и верификации новой информации, а также расставлять приоритеты. В этой связи важен и такой метанавык, как способность бороться с хронофагами (другими словами: пожирателями / поглотителями времени).

Умение разговаривать на одном или двух иностранных языках, а также понимать собеседника не относится к метанавыкам или метакомпетенциям напрямую, но осознанный выбор методик и современных технологий освоения языков является метанавыком, который в значительной степени повышает скорость овладения языками и способность эффективно общаться. Освоение одного метанавыка, как правило, происходит одновременно с другими, например готовность быстро осваивать новые предметные и междисциплинарные области знаний. Взрослый человек понимает важность владения тайм-менеджментом для управления своими целями и ценностями. Этот метанавык требует постоянной работы, сопровождаемой регулярным контролем и рефлексией, а туда ли я двигаюсь? Именно поэтому еще один метанавык – проводить SMART-анализ своих целей – дополняет и конкретизирует направление дальнейшего развития человека.

Сегодня важно уметь абстрагироваться от внешних раздражителей, чтобы полностью включиться в работу, иначе такой метанавык, как умение соблюдать дедлайны не будет реализовываться в полном объеме. Этому метанавыку помогают развиваться такие метакомпетенции, как ответственность, умение планировать, осознанность и концентрация [13, 16].

Четкое осознание, что человек делает, с какой целью, во имя чего, и как конкретное дело соотносится с его личными ценностями, экзистенциальными ценностями помогает достигать целей и чувствовать

удовлетворенность жизнью в целом. Достижению целей и эффективности любой деятельности также помогает «навык концентрации и фокусировки» [12, с. 135]. Кроме того, такой метанавык, как медитация, улучшает и другие метанавыки, усиливая их, а именно: «осознанность... управление своим сознанием, улучшение внимания и концентрации» [12, с. 144]. К сожалению, такой метанавык, как фокусировка внимания и концентрация для решения какой-то задачи требует большой работы мозга. А. Курпатов, специализирующийся на исследованиях работы мозга, заключил, что «для того, чтобы наш мозг подготовился к решению задачи и загрузил в оперативную память все необходимые ему для этого факты, ему нужно 23 минуты... так решаем ли мы вообще что-то в этом своем бешеном темпе? Или же мы лишь имитируем и работу, и решения, и само наше мышление?» [7, с. 43].

В последнее время особый интерес исследователей вызывает функциональная грамотность (достойный уровень общего интеллекта), которую можно смело отнести к сложной метакомпетенции. Неслучайно «в России разработкой национального инструментария для формирования и оценки функциональной грамотности учеников основной школы занимается Институт стратегии развития образования Российской академии образования. Как и в исследовании PISA, при разработке учитывается шесть составляющих функциональной грамотности: математическая, читательская, естественно-научная, финансовая грамотность, а также глобальные компетенции и креативное мышление» [20]. Функциональная грамотность также представляет собой сложный набор метанавыков, осваиваемых постепенно, начиная со школьной скамьи и совершенствуясь в профессиональной деятельности и саморазвитии человека.

Особо следует выделить метанавыки, которые служат поддержкой коммуникативным навыкам. Сейчас много говорят об эффективной коммуникации, но мало кто предлагает конкретные методы ее повышения. Именно развитие следующих метанавыков заметно улучшает способность человека договариваться, решать текущие рабочие проблемы, высказывать свою точку зрения, правильно реагировать на критику и проч. Речь идет о таких метанавыках, как способность к эмпатии; искусство убеждения; умение задавать правильные вопросы; умение строить конструктивную коммуникацию (в составе этой метакомпетенции входят мини метанавыки: уважение и искренняя симпатия к собеседнику, фокус на собеседнике и эмпатичное слушание; использование я-высказываний; умение находить общий язык и смысл; метанавык давать конструктивную обратную связь, если есть на нее запрос; способность отделять проблему от человека [12, с. 85–86].

Конструктивная коммуникация также невозможна или малоэффективна без владения человеком такими личностными метанавыками: энтузиазм, адаптивность и человечность.



### *Выводы*

Повышенный интерес к проблеме развития метанавыков / метакомпетенций неслучаен и обоснован следующими причинами:

- появление новых профессий, требующих владения новыми технологиями и навыками XXI века;
- в эпоху повсеместного использования цифровых технологий не потерять способность общаться, а найти и совершенствовать методики эффективного общения непосредственно и в цифровой среде;
- сложность сохранить концентрацию внимания на поставленной задаче;
- проблема выбора, а также проблема принятия решений из множества предлагаемых опций, поскольку «ножницы возможностей раскрыты так широко, как никогда ранее» [8, с. 42];
- развитие прокрастинации и трудность ее преодоления;
- ослабление внутренней мотивации двигаться навстречу своим целям, как личным, так и профессиональным;
- невозможность достигнуть поставленных целей в запланированные сроки создает неудовлетворенность и негативные эмоции, которые, в свою очередь, ведут к пессимистическому отношению к жизни.

Развитие метанавыков и метакомпетенций позволяет решить многие проблемы, быть высокопрофессиональным специалистом и интересной личностью. Именно хорошо проработанные метанавыки дают возможность эффективно управлять собой, своим временем, достичь баланса в различных сферах жизни. При решении текущих задач метанавыки помогают выделять приоритеты и предугадывать последствия принятых решений. В беспокойном VUCA-мире уверенная в себе личность (с хорошо развитыми метанавыками) быстро адаптируется в непредсказуемых ситуациях, находит нестандартные решения возникающих задач, поскольку умеет выстроить конструктивную коммуникацию с сотрудниками и всегда имеет в запасе так называемый «план Б». Если у профессионала хорошо развиты метанавыки, и человек постоянно над ними работает, это означает, что он укрепляет свой эмоциональный, ценностный и профессиональный фундамент личности.

### **Список литературы**

1. Астапенко Е.В., Шмурыгина О.В. Надпрофессиональные навыки преподавателя профессионального образования // Профессиональное образование и рынок труда. № 3. 2022. С. 21–34.
2. Астапенко Е.В., Шмурыгина О.В. Педагогические подходы к профессиональной ориентации выпускников школ в условиях рыночной конкуренции // Образовательные ресурсы и технологии. № 3 (44) 2023. С. 41–50.
3. Атлас новых профессий. Надпрофессиональные навыки. [https://atlas100.ru/future/crossprofessional\\_skills/](https://atlas100.ru/future/crossprofessional_skills/) (дата обращения 14.01.2024).

4. Займист Г.И. Универсальные компетенции в профессиональной деятельности юристов: формирование в процессе обучения // Образование XXI века: проблемы, приоритеты и перспективы развития [Электронный ресурс]: электрон. сб. материалов Респ. науч.-практ. конф., Брест, 24 окт. 2019 г. / Брест. гос. ун-т им. А.С. Пушкина; редкол.: И.А. Мельничук, М.П. Михальчук; под общ. ред. И. Г. Матыциной. Брест: БрГУ, 2019. С. 70–73. Режим доступа: <http://lib.brsu.by/node/1761> (дата обращения 28.01.2024).
5. Кови С. Семь навыков высокоэффективных людей: Мощные инструменты развития личности / пер с англ. 13-е изд., М.: Альпина Паблишер, 2018. 396 с.
6. Компетенции как основной результат обучения [Электронный ресурс] <https://teachers-handbook.rudn.ru/> (дата обращения 23.01.2024).
7. Курпатов А.В. Чертоги разума. Убей в себе идиота! СПб, 2018. 416 с.
8. Людвиг П. Победы прокрастинацию! Как перестать откладывать дела на завтра / пер. с чеш. 2-е изд. М.: Альпина Паблишер, 2015. 263 с.
9. Медведева О.Д. Регулятивно-функциональная методика развития метакогнитивных навыков в процессе изучения иностранного языка в многопрофильном вузе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2023. 25 с. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.dissercat.com/content/regulyativno-funktsionalnaya-metodika-razvitiya-metakognitivnykh-navykov-v-protseesse-izuchen> (дата обращения 05.01.2024).
10. Метанавыки vs soft skills: что поможет в новой реальности? [Электронный ресурс]. URL: <https://u.university/blog/metanavyki-softskills/> (дата обращения 12.02.2024).
11. Метанавыки: что это и почему все о них говорят? [Электронный ресурс]. URL: <https://theoryandpractice.ru/videos/1461-metanavyki-chto-eto-i-pochemu-vse-o-nikh-govoryat> (дата обращения: 17.02.2024).
12. Навыки современного юриста: soft skills, повышающие эффективность и качество жизни / под ред. А. Сорокиной и Д. Грица. М.: Статут, 2021. 460 с.
13. Палладино Л.Д. Максимальная концентрация. Как сохранить эффективность в эпоху клипового мышления / пер. с англ. Марины Бобровой. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. 336 с.
14. Пискунова К.Е., Ерохина Л.Ю. Общепрофессиональные компетенции сквозь призму профессионального стандарта // Мир науки. Педагогика и психология. 2017. № 4. [Электронный ресурс]. URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/obscheprofessionalnye-kompetentsii-skvoz-prizmu-professionalnogo-standarta/viewer>(дата обращения 23.01.2024).
15. Рабочая программа дисциплины «Криминалистика». ГБОУ ВО «Волжский институт экономики, педагогики и права» [Электронный ресурс]. URL: [[http://www.viepp.ru/documents/400301/P\\_Prill1\\_Annot\\_Kriminalistika\\_400301\\_yur\\_23-05-2023.pdf](http://www.viepp.ru/documents/400301/P_Prill1_Annot_Kriminalistika_400301_yur_23-05-2023.pdf)] (дата обращения 08.02.2024).
16. Уиллингэм Д. Учись как профи. 14 супернавыков, чтобы освоить все что хочешь / пер. с англ.И. Ильковой. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2023. 368 с.
17. Универсальные компетенции 21 века. [Электронный ресурс]. URL:<https://edu.racc.ru/paper/articles/Universalnyekompetentsii21veka/> (дата обращения: 12.02.2024).

18. Халитова А. Примеры развития метанавыков на занятиях: практическое руководство по применению [Электронный ресурс]. URL: <http://edudes.tilda.ws/> (дата обращения 03.02.2024).
19. Чиксентмихайи М. Поток: Психология оптимального переживания / пер. с англ. 4-е изд. М.: Смысл; Альпина нон-фикшн, 2015. 461 с.
20. Что такое функциональная грамотность и как она связана с общим интеллектом [Электронный ресурс]. URL: <https://skillbox.ru/media/education/chto-takoe-funktsionalnaya-gramotnost-i-kak-ona-svyazana-s-obshchim-intellektom/> (дата обращения 21.02.2024).
21. Что такое метанавыки и для чего они нужны? [Электронный ресурс]. URL: <https://lectera.com/magazine/ru/articles/chto-takoe-metnavyki-i-dlya-chego-oni-nuzhny#> (дата обращения: 23.01.2024).
22. Что такое метанавыки и почему они важнее софт-скилов? [Электронный ресурс]. URL: <https://proglib.io/p/chto-takoe-metnavyki-i-pochemu-oni-vazhnee-soft-skilov-2022-08-02> (дата обращения 27.01.2024).
23. Шаров А.А., Коновалов А.А. Универсальные компетенции педагогов профессионального образования: оценка и анализ взаимосвязей // Science for Education Today. 2022. Т. 12. № 5. С. 7–21.
24. 5 soft skills, которые помогут тебе дорасти до Senior-разработчика [Электронный ресурс]. URL: <https://proglib.io/p/5-soft-skills-kotorye-pomogut-tebe-dorasti-do-senior-razrabotchika-2023-06-30> (дата обращения 27.01.2024).

*Об авторе:*

АСТАПЕНКО Елена Владимировна – доктор педагогических наук, профессор кафедры иностранных языков гуманитарных факультетов ФГБОУ ВО «Тверской государственной университет» (170100, г. Тверь, ул. Желябова, 33), e-mail: [elenastap@gmail.com](mailto:elenastap@gmail.com)

## **METASKILLS AS UNIVERSAL COMPETENCIES OF PROFESSIONAL AND PERSONAL DEVELOPMENT**

**E.V. Astapenko**

Tver State University, Tver

The purpose of the study is to reveal the essence of metaskills and their impact on personal and professional growth in the context of the modern technologies development and the emergence of future professions. The article reveals the importance of mastering metaskills, which are the foundation for the development of professional and flexible competencies. The scientific novelty lies in the rationale for the priority development of metaskills / metacompetences that allow you to effectively interact with people directly and online, as well as quickly engage in new professional tasks.

**Keywords:** *meta-skills, meta-competencies, universal competencies, soft skills, the 21st century skills.*

Принято в редакцию: 11.03.2024 г.  
Подписано в печать: 31.05.2024 г.