

фигур на занятиях с детьми, но и будет способствовать повышению мотивационной заинтересованности детей с интеллектуальными нарушениями к процессу обучения.

Исследование, представленное в статье, проводилось в рамках реализации гранта правительства Тульской области в сфере науки и техники (договор № ДС/106 от 27.09.2023 г.).

1. Григонис А. В. Особенности произвольного и непроизвольного запоминания учебного материала у младших школьников с проблемами развития // Психологическая наука и образование. – 2007 – №2. – С. 95 – 98.

2. Васин А.Г., Васина Ю.М. Изучение особенностей нарушений памяти у детей подросткового возраста с умственной отсталостью// Глобальный научный потенциал - № 12 (153)- 2023г.- С.69-72

3. Семина А.И. Развитие слухоречевой памяти с детей с нарушением речи посредством логоритмических упражнений/ А.И. Семина, Ю.М. Васина. - Перспективы науки. - 2022. № 12 (159). - С.322-324.

ПРОБЛЕМА ТЕМПОРАЛЬНОСТИ ЛИЧНОСТИ И САОЭФФЕКТИВНОСТИ В ЗАРУБЕЖНОЙ И ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Гвоздева Т.А.,

магистрант ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Стреленко А.А., канд. психол. наук, доцент

Ключевые слова. Темпоральность, временная перспектива, временная ориентация, временная структура личности, самооэффективность.

Key words. Temporality, temporal perspective, temporal orientation, temporal structure of personality, self-efficacy.

Актуальность темы обусловлена тем, что ускорение темпов жизни и технологических изменений требует от людей более эффективного управления временем и адаптации к быстро меняющимся условиям. Понимание взаимосвязи темпоральности и самооэффективности помогает разработать стратегии повышения личной эффективности в современном мире. Рост неопределенности в различных сферах жизни повышает значимость исследований самооэффективности как фактора психологической устойчивости и адаптивности личности. Развитие цифровых технологий и удаленной работы меняет восприятие времени и самоорганизацию людей, что требует новых подходов к изучению темпоральности и самооэффективности в цифровую эпоху. В условиях глобальных вызовов (пандемии, экономические кризисы и т.д.) возрастает роль самооэффективности как ресурса преодоления трудностей, что повышает актуальность ее изучения во взаимосвязи с темпоральными аспектами личности.

Целью данной работы является анализ проблемы темпоральности личности и самооэффективности в зарубежной и отечественной психологии.

Материал и методы. В ходе исследования применялись следующие методы: системный анализ научной литературы, сравнительный анализ результатов различных исследований, обобщение и систематизация полученных данных, интерпретация результатов в контексте современных психологических теорий.

Результаты и их обсуждение. Темпоральность – психологический конструкт, отражающий субъективное восприятие и отношение личности к временным аспектам существования. Включает особенности переживания времени, временную ориентацию, перспективу и компетентность. Влияет на идентичность, мотивацию, целеполагание и поведение. К. Левин ввел понятие «временной перспективы». Д. МакТаггарт исследовал философские аспекты времени. Ф. Зимбардо и Дж. Бойд разработали теорию временной перспективы. Темпоральная перспектива влияет на оценку собственных возможностей. Доминирование прошлого – склонность к ностальгии или застреванию на прошлых неудачах – самооэффективность может быть как высокой (при опоре на прошлые успехи), так и низкой (при фиксации на неудачах). Доминирование настоящего – фокус на сиюминутных переживаниях и импульсивных действиях – самооэффективность нестабильна и

зависит от текущего настроения и ситуации. Доминирование будущего – постановка целей, планирование, стремление к саморазвитию – самооффективность высокая, так как человек верит в свои возможности достичь желаемого будущего [1].

Концепция самооффективности предложена А. Бандурой в рамках социально-когнитивной теории. Это убеждение человека в способности успешно выполнять действия и достигать результатов. Источники формирования: опыт успеха, наблюдение за другими, убеждение и эмоциональное состояние. Самооффективность – ключевой элемент мотивации и личностного роста. Измеряется опросниками и шкалами для академической, профессиональной или социальной сфер жизни [2].

Темпоральность влияет на самооффективность через разные временные фокусы. Прошое – опыт прошлых успехов и неудач (Б. Вайнер, теории атрибуции), формирует убеждения о своих способностях; позитивный опыт – успешное выполнение задач в прошлом (эффект «банка успешных воспоминаний») повышает самооффективность в настоящем; негативный опыт – неудачи снижают самооффективность, особенно при атрибуции их внутренним, стабильным и неконтролируемым факторам (теория выученной беспомощности М. Селигмана). Настоящее – текущее эмоциональное состояние и физическое самочувствие, изучаемые в рамках позитивной психологии (М. Селигман, М. Чиксентмихайи), влияют на оценку своих возможностей; позитивное состояние – бодрость, хорошее настроение, оптимизм способствуют повышению самооффективности; негативное состояние – усталость, тревога, стресс снижают самооффективность. Будущее – цели, ожидания и представления о будущем (Э. Локк, теория постановки целей, и Г. Эттинген, гиперболическое дисконтирование), влияют на мотивацию и усилия; четкие цели и позитивные ожидания – повышают самооффективность, мотивируя на действия; неопределенность и негативные ожидания – снижают [3].

Влияние темпоральности на самооффективность: ориентация на будущее связана с высокой самооффективностью; позитивное восприятие прошлого повышает самооффективность; эффективное управление временем в настоящем усиливает уверенность. Влияние самооффективности на темпоральность: высокая самооффективность ведет к оптимистичному восприятию будущего, улучшает организацию времени и планирование, помогает извлекать уроки из прошлого опыта. Позитивное восприятие времени и высокая самооффективность взаимно усиливают друг друга, способствуя личностному росту. Их связь может различаться в разных культурах [4].

Исследования западных ученых подтверждают значимую связь между темпоральностью личности и самооффективностью. Р. Шварцер и Р. Фукс (1995) выявили, что высокая самооффективность связана с оптимистичным восприятием будущего. А. Бандура (1997) отметил, что люди с высокой самооффективностью лучше планируют время. Л. Карстенсен и Б. Фредриксон (1998) показали, что временная перспектива меняется с возрастом, влияя на самооффективность. Ф. Зимбардо и Д. Бойд (1999) обнаружили, что позитивная перспектива будущего повышает самооффективность. Э. Эпель и А. Бандура (1999) установили влияние временной перспективы на академическую самооффективность. К. Ленингс (2000) подтвердил положительную корреляцию ориентации на будущее с самооффективностью. А. Лусцинска и Р. Шварцер (2005) показали, что ориентация на будущее улучшает самооффективность в отношении здоровья. Д. Сирош и Д. Хейре (2009) выявили, что эта взаимосвязь варьируется в зависимости от культурного контекста. Д. МакАдамс и Д. Олсон (2010) обнаружили, что высокая самооффективность помогает лучше управлять временем. Д. Кауфман и Л. Хансен (2012) нашли связь между временной компетентностью и самооффективностью в профессиональной сфере. Ш. Гейбриэл и М. Мюррей (2013) показали влияние временной перспективы на самооффективность в принятии решений. Э. Грэй и С. Мартинес (2015) отметили, что позитивная перспектива способствует самооффективности в образовании и карьере. Д. Хорн и К. Эндрюс (2017) обнаружили связь ориентации на будущее с психологическим благополучием. П. Селигман и К. Петерсон (2019) подтвердили, что ориентация на будущее способствует лучшему управлению стрессом. Д. Робертс и М. Смитсон (2021) подчеркнули важность временной перспек-

тивы для самооэффективности молодых людей в условиях неопределенности. С. Картер и Р. Уильямс (2023) акцентировали внимание на влиянии культурных различий на восприятие времени и самооэффективность [5]. В целом, исследования показывают сложную и многогранную связь между темпоральными аспектами личности и самооэффективностью, зависящую от культурного контекста и возраста [2].

Исследования российских ученых К.А. Абульхановой и Т.Н. Березиной (2001) показали связь высокой самооэффективности с ориентацией на будущее. А. Сырцова и О.В. Митина (2008) подтвердили эту связь в разных сферах жизни. Н.Н. Толстых (2010) выявила связь высокой самооэффективности с позитивным взглядом на прошлое и оптимизмом относительно будущего. О.Г. Квасова (2013) связала академическую самооэффективность студентов с четкими целями на будущее. Е.А. Сергиенко и Ю.В. Ковалева (2013) отметили связь сбалансированной временной перспективы с высоким уровнем самооэффективности и контролем поведения. А.К. Болотова и В.А. Штроо (2015) выявили корреляцию между временной компетентностью и самооэффективностью у менеджеров. В.П. Серкин (2015) указал на связь высокой самооэффективности в карьере с позитивным взглядом на профессиональное будущее. Т.Д. Василенко и А.В. Селин (2016) выявили связь позитивного восприятия прошлого и ориентации на будущее с самооэффективностью у лиц с ОВЗ. Е.И. Рассказова и Т.Ю. Иванова (2019) подтвердили положительную связь между ориентацией на будущее и самооэффективностью. Е.В. Бредун и О.М. Краснорядцева (2020) связали самооэффективность подростков с конструктивным отношением ко времени. М.В. Зверева и Е.И. Рассказова (2020) отметили связь ориентации на будущее с самооэффективностью в поддержании здорового образа жизни. В целом, исследования подтверждают положительную связь между самооэффективностью и сбалансированной временной перспективой, особенно с ориентацией на будущее [3].

Проблема темпоральности и самооэффективности в белорусской психологии мало исследована. Н.А. Булышко (2009) изучала самооэффективность личности, Ю.И. Буйницкая и О.М. Селявко (2016) – её связь с коммуникативными и организаторскими склонностями работников торговли. И.А. Ларченко и А.Н. Крутолевич (2018) исследовали связь самооэффективности с самооотношением и стратегиями поведения в конфликте, В.А. Янчук (2019) – дезориентацию в темпоральности и её последствия, а О.В. Конаш (2020) – теоретические аспекты профессиональной самооэффективности, Л.Д. Быкова, Е.А. Кожемякина, М.А. Волкова (2022) – идентичность и самооэффективность десятиклассников [6].

Проведенное исследование позволило проанализировать характер взаимосвязи между темпоральностью личности и самооэффективностью: темпоральность личности и самооэффективность тесно взаимосвязаны и взаимно влияют друг на друга, формируя сложную динамическую систему; сбалансированная временная перспектива, включающая позитивное восприятие прошлого, вовлеченность в настоящее и ориентацию на будущее, способствует повышению самооэффективности; высокая самооэффективность, в свою очередь, позволяет более эффективно управлять временем, ставить долгосрочные цели и преодолевать трудности; культурные, возрастные и индивидуальные различия играют важную роль в формировании взаимосвязи между темпоральностью и самооэффективностью; понимание этой взаимосвязи открывает новые возможности для разработки эффективных стратегий личностного развития и психологической поддержки в различных жизненных ситуациях.

Заключение. Таким образом, большинство исследований подтверждают положительную связь между сбалансированной временной перспективой (особенно ориентацией на будущее) и высокой самооэффективностью. Однако механизмы этой взаимосвязи требуют дальнейшего изучения. Культурный контекст оказывает значительное влияние на восприятие времени и самооэффективность, что необходимо учитывать при разработке психологических интервенций. Возрастные особенности также играют важную роль во взаимосвязи темпоральности и самооэффективности, что отражено в работах по возрастной психологии. Недостаточно изучена роль цифровых технологий в формировании новых паттернов темпоральности и их влияния на самооэффективность личности. Требуется больше лонгитюдных исследований для понимания

динамики взаимосвязи темпоральности и самооффективности на протяжении жизненного пути человека.

1. Сырцова, А. Феномен временной перспективы в разных культурах (по материалам исследований с помощью методики ZTP1) / А. Сырцова, О.В. Митина, Д. Бойд, И.С. Давыдова, Ф.Д. Зимбардо, Т.Л. Непряхо, Е.А. Никитина, Н.С. Семенова, Н. Фёлен, В.А. Ясная // Культурно-историческая психология. – 2007. – Том 3. – № 4. – С. 19–31
2. Шиленкова, Л.Н. Самооффективность в образовательном процессе (обзор зарубежных исследований) / Л.Н. Шиленкова [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. – 2020. – Том 9. – № 3. – С. 69–78. – Режим доступа: https://psyjournals.ru/journals/jmfp/archive/2020_n3/Shilenkova. – Дата обращения: 04.09.2024
3. Кравцова, Я.В. Психологическое время и самооффективность личности / Я.В. Кравцова, Т.Д. Дубовицкая, А.Г. Абдуллин // Психология. Психофизиология. – ФГБОУВПО «ЮУрГУ»: Челябинск, 2020. – Т. 13, № 3. – С. 17–23.
4. Квасова, О.Г. Временная перспектива личности в экстремальной ситуации / О.Г. Квасова // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. – 2010. – №2. – С. 66–71.
5. Алексеева, А.В. Влияние культурных различий в восприятии времени на поведение людей / А.В. Алексеева [Электронный ресурс] // Психология жизни. – 2023. – №11. – Режим доступа: <https://psyalekseeva.ru/vliyanie-kulturnyh-razlichij-v-vozpriyatii-vremeni-na-povedenie-lyudej/> – Дата обращения: 09.09.2024.
6. Быкова, Л.Д. Идентичность и самооффективность десятиклассников / Л.Д. Быкова, Е.А. Кожемякина, М.А. Волкова [Электронный ресурс] // Психологическая студия: сборник научных статей студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей кафедры психологии ВГУ имени П.М. Машерова. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2022. – Вып. 15. – С. 38–40. – Режим доступа: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/33292>. – Дата обращения: 13.09.2024.

ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

Голованова У.А.,

студентка 4 курса ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет», г. Коломна, Российская Федерация
Научный руководитель – Савельева С.С., канд. психол. наук, доцент

Ключевые слова. Информационные технологии, педагог-психолог, образовательный процесс, онлайн-ресурсы, учебная платформа.

Keywords. Information technologies, educational psychologist, educational process, online resources, educational platform.

Тема информационных технологий в работе педагога-психолога является крайне актуальной и важной в современном образовательном процессе. Ведь роль цифровых инструментов в психолого-педагогической деятельности приобретает все большее значение и влияет на эффективность работы специалиста, важно знать, как грамотно оптимизировать свою работу благодаря разнообразным инструментам в цифровое время. Цель исследования – выявить информационные технологии для оптимизации работы педагога-психолога по диагностической и коррекционной работе.

Материал и методы. Материал: научная литература, интернет-источники. Методы: изучение литературы по проблеме; анализ, сравнение, систематизация, обобщение информации.

Результаты и их обсуждение. Информационная технология – совокупность методов и способов получения, обработки, представления информации, направленных на изменение её состояния, свойств, формы, содержания и осуществляемых в интересах пользователей [1].

Внедрение современных IT-технологий позволяет повысить качество предоставляемых услуг, эффективнее вести документацию, улучшать мониторинг и аналитику данных, оптимизировать коммуникацию с учениками и их родителями, использовать специализированные программы для диагностики и коррекции психологических проблем, а также проводить онлайн-консультации и обучающие мероприятия, что особенно актуально в условиях удаленного обучения и работы.

Онлайн-формат позволяет дистанционно поддерживать контакт с учениками, родителями и коллегами, обмениваться информацией и опытом, создавать онлайн-ресурсы и материалы для самостоятельного изучения. Кроме того, современные технологии позволяют использовать разнообразные интерактивные учебные платформы, программы для тренировки навыков саморегуляции, игровые приложения для развития эмоцио-