



УДК 331.103.3

DOI: 10.25688/2312-6647.2022.31.1.4

**Мищенко Светлана Николаевна**

Институт среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского,  
Московский городской педагогический университет,  
Москва, Россия,  
MochenkoSN@mgpu.ru

**Кравченко Ангелина Тимофеевна**

Институт среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского,  
Московский городской педагогический университет,  
Москва, Россия,  
angelina171kr@gmail.com

**Карабанова Ольга Владимировна**

Институт права и управления,  
Московский городской педагогический университет,  
Москва, Россия,  
KarabanovaOV@mgpu.ru

**ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ:  
ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ  
РАБОТЫ И ОБУЧЕНИЯ**

*Аннотация.* В статье обоснована актуальность включения в учебный процесс дисциплин, затрагивающих вопросы саморазвития личности и дающих знания, умения и навыки повышения эффективности самостоятельной работы, которой придается все большее значение в современных ФГОС всех уровней обучения. Подробно рассматривается одна из функциональных областей менеджмента — тайм-менеджмент — применительно к самоменеджменту студентов. Статья посвящена

результатам социологического исследования, которое позволило выяснить, какими техниками тайм-менеджмента пользуются студенты в организации своего дня и рабочего времени для повышения эффективности работы и какая техника является более удобной для использования. После проведенного исследования делается вывод, что большинство респондентов знают о тайм-менеджменте и используют его техники для распределения личного времени. Даются рекомендации по распространению опыта включения указанных дисциплин и знаний на все уровни подготовки.

**Ключевые слова:** социологическое исследование; техники тайм-менеджмента; организация рабочего дня; повышение эффективности.

## TIME MANAGEMENT: WAYS TO IMPROVE WORK AND STUDY EFFICIENCY

### Mischenko Svetlana Nikolaevna

K. D. Ushinsky Institute of Secondary Vocational Education,  
Moscow City University,  
Moscow, Russia,  
MochenkoSN@mgpu.ru

### Kravchenko Angelina Timofeevna

K. D. Ushinsky Institute of Secondary Vocational Education,  
Moscow City University,  
Moscow, Russia,  
angelina171kr@gmail.com

### Karabanova Olga Vladimirovna

Institute of Law and Management,  
Moscow City University,  
Moscow, Russia,  
KarabanovaOV@mgpu.ru

**Abstract.** The article justifies the relevance of the inclusion in the educational process of disciplines affecting the issues of personal self-development, giving knowledge, skills and skills to increase the effectiveness of self-work, which is increasingly important in modern Federal State Educational Standards at all levels of education. One of the functional areas of management — time management — is discussed in detail in relation to student self-management. The article is devoted to the results of sociological research, which made it possible to find out what time management techniques students use in organizing their day and working time to increase work efficiency, and which technique is more convenient for use. After the study, it is concluded that most respondents are aware of time management and use techniques to allocate personal time. Recommendations are made to extend the experience of including these disciplines and knowledge at all levels of training.

**Keywords:** sociological research; time management techniques; organization of the working day; efficiency improvement.

## Введение

Время, которое можно определить и как экономический, и как бизнес-ресурс, заставляет каждого участника рынка задуматься о его эффективном использовании. Бизнес-время можно охарактеризовать как финансовое или управленческое, а экономическое — как длительность реакции изменения определенных активов на изменение экономической ситуации. При этом взаимосвязь этих двух разновидностей времени выделяется в том, что экономический ущерб от потери временного ресурса возместить практически нереально, а чем большее ограничение по времени накладывается на решение задачи, тем дороже в итоге это решение оценивается (при условии качественного выполнения) [6]. Поэтому знания методов тайм-менеджмента необходимы всем участникам экономической жизни, в том числе учащимся любого уровня подготовки. Экономический ущерб от растрченного впустую времени может нанести огромный ущерб его владельцу если не мгновенно, то с отложенным отрицательным эффектом.

## Актуальность

Современному рынку требуются специалисты разного уровня квалификации и направлений подготовки, способные быстро ориентироваться в огромном потоке информации. В последнее время в связи с принятием и реализацией новых федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) прослеживается тенденция в увеличении объема самостоятельной работы, предусмотренной учебными планами. Цель самостоятельной работы студента — осмысленно и самостоятельно работать с учебным материалом, научной информацией, а также заложить основы самоорганизации и самовоспитания, с тем чтобы привить умение в дальнейшем непрерывно повышать свою профессиональную квалификацию. Одна из главных задач современного образования — научить учиться, то есть развить у студентов способности и потребности к самостоятельному творчеству, активному участию в познавательной и научной работе, усидчивости. Поэтому сегодня многие образовательные учреждения, реализующие различные направления и уровни подготовки, внедряют в учебный процесс дисциплины, связанные с саморазвитием, самоорганизацией. Более того, наблюдается востребованность таких курсов.

Стоит отметить, что концепция качества образования носит комплексный, многокомпонентный характер, внимание привлекается к различным граням образования. Соответственно, оценка должна быть многомерной, то есть необходимо учитывать все возможные характеристики обучения [4], в том числе и за рамками учебных программ.

Так, на базе МГПУ в рамках элективных курсов в 2021/2022 учебном году были предложены следующие элективные общеуниверситетские курсы, связанные с саморазвитием (см. табл. 1).

Таблица 1

## Элективные модули МГПУ, затрагивающие вопросы саморазвития

№	Наименование дисциплины	Количество учебных групп	Количество обучающихся
1	Технологии управления стрессом	3	91
2	Технология успеха	1	30
3	Личность в экстремальных ситуациях	2	61
4	Психология эмоций	1	30
5	Психология межличностных отношений	1	31
6	Психология здоровья и благополучия	1	30
7	Личностное развитие с использованием продуктов рынка психотерапевтических и психологических услуг в Москве	1	30
8	Soft skills профессионала будущего	1	35
9	Коммуникативная успешность личности	1	30
10	Философия успеха	2	62
11	Философия коммуникации, или как выжить в современном мире	1	30
12	Лидерство как личная стратегия	3	97
13	Самоорганизация образовательной деятельности	1	30
14	Профессия и успех	1	30
15	Управление саморазвитием	1	31
16	Стратегии развития своей индивидуальности	2	60
17	Life-менеджмент	1	30
18	Развитие эмоционального интеллекта у субъектов образования	1	28
19	Рефлексия, самопознание, отношения с собой — как не потерять себя в профессиональной жизни	2	61

Количество изъявивших желание учиться по таким программам саморазвития составляет практически 20 % от контингента обучающихся. При этом тайм-менеджмент входит во многие из перечисленных модулей как неотъемлемая часть полноценной работы над развитием личности. Таким образом, можно сделать вывод, что процесс саморазвития запущен с двух сторон: с регуляторной стороны (ФГОС) и со стороны обучающихся, — что говорит о высокой мотивации к изучению этих направлений, в частности технологий тайм-менеджмента.

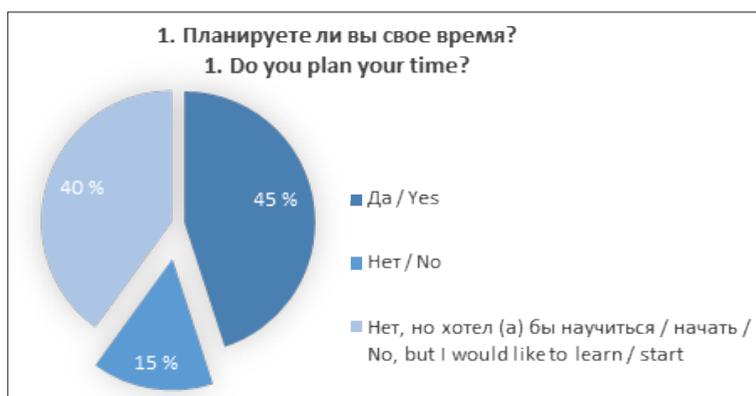
### Исследование

Для того чтобы определить практическую составляющую образовательного процесса и ее результативность, проведено исследование на базе Института среднего профессионального образования имени К. Д. Ушинского МГПУ.

Так, для определения степени применения студентами техник тайм-менеджмента проведено социологическое исследование в виде опроса, в котором приняли участие 100 респондентов — преподаватели этого института и студенты разных направлений подготовки (группы: Э ПСО д31-ш19, Э ЭБУ д 31ш-19, 6 ДОд41-18, 15ДОд 41-18, 14 ДО41-18, 14 СДОд 42-18, 14 СДОд 31-19).

Целью данного исследования являлось выяснить, какой техникой тайм-менеджмента пользуются люди в организации своего дня и рабочего времени для повышения эффективности работы и какая техника является более эффективной, удобной для использования.

Приведем часть ответов на вопросы опросника (см. рис. 1).



Источник: составлено авторами.

Рис. 1. Планируете ли вы свое время?

Результаты опроса показали, что 45 % респондентов планируют свое время, 40 % — не планируют, а оставшиеся 15 % — не планируют свое время, но хотели бы научиться, либо начать это делать. Качественные исследования показали, что студенты со средним баллом 4,5 планируют как учебное, так и личное время (см. рис. 2).



Источник: составлено авторами.

Рис. 2. Знаете ли вы, что такое тайм-менеджмент?

При ответе на второй вопрос большинство учащихся — 80 % — ответили, что знают про тайм-менеджмент (среди них большая часть успевающих студентов), 10 % знают про тайм-менеджмент и пользуются его техниками, а остальные 10 % ответили, что не знают про тайм-менеджмент или не знают, но им было бы интересно узнать об этом (см. рис. 3).



Источник: составлено авторами.

**Рис. 3.** Какой из перечисленных техник тайм-менеджмента вы пользуетесь?

Самыми популярными техниками тайм-менеджмента являются: «Принцип трех дел», который набрал 40 %, и «Техника временных блоков» — 30 % респондентов, а самыми непопулярными — метод «Альпы» — 20 % и метод «Канбан» — 6 %, остальные 14 % пользуются матрицей Эйзенхауэра и диаграммой Ганта.

Следовательно, можно сделать вывод, что большинство опрошенных знают о тайм-менеджменте и используют техники для регулирования личного времени, а непопулярные методы, скорее всего, оказались неизвестными опрошенным в связи с их специфичными неговорящими названиями.

### Заключение

Фактор времени в экономике и жизни сегодня находится в фундаменте важнейших категорий — эффективности и эффекта. Эффективность использования времени будет определена после завершения обучения и успехов на рынке труда.

Стоит отметить, что при проведении описанного исследования среди обучающихся колледжа (уровень СПО) был задан вопрос о перспективах на будущее. Получены следующие результаты: 50 % респондентов ответили, что собираются продолжать обучение и поступать в институты по текущему направлению, желая повысить свою востребованность у работодателей;

30 % студентов ответили, что не планируют получать высшее образование по текущему направлению, а также не планируют в целом получать высшее образование и по иным специальностям. Оставшиеся 20 % студентов еще не решили, как будут действовать в дальнейшем. Однако в любом случае техники саморазвития, и в частности тайм-менеджмента, будут способствовать более эффективной самореализации и продуктивности уже состоявшихся участников экономики.

Студенты МГПУ, в том числе ступени среднего профессионального образования, уже на первых курсах в составе различных дисциплин и в рамках специализированных элективных модулей получают знания о различных техниках тайм-менеджмента, в том числе таких как матрица Эйзенхауэра, ABCDE, диаграмма Ганта и др. [7].

Как результат — студент, владеющий методиками тайм-менеджмента:

- 1) постоянно развивается в разных сферах деятельности;
- 2) правильно распоряжается собственным временем;
- 3) продуктивно работает в любых, даже самых нестандартных ситуациях;
- 4) четко выделяет цели в порядке приоритетности;
- 5) справляется с делами в минимальные сроки;
- 6) менее других подвержен стресс-факторам.
- 7) более четко определяет свое будущее.

Российские образовательные учреждения СПО в настоящее время пытаются активно внедрять в свою деятельность различные методы повышения конкурентоспособности своих выпускников, основанные большей частью на внедрении систем менеджмента качества, развитии программ социального партнерства, открытии ресурсных центров, внедрении маркетинговых инструментов управления [5].

Принимая во внимание важность управления временем, к вопросу построения профессиональной карьеры нельзя относиться безынициативно, необходимо решительно взять вопрос построения карьеры в собственные руки. Одним из инструментов построения карьеры и является персональный менеджмент. Авторы предлагают ввести в программу подготовки студентов ИСПО имени К. Д. Ушинского данный раздел менеджмента.

#### Список источников

1. Ван Эссен Т., Шувенбург Х. Прокрастинация. Первая помощь М.: Альпина Паблишер, 2019. 112 с.
2. Карбанова О. В. Повышение финансовой и правовой грамотности руководителей малых инновационных предприятий в современных условиях // Непрерывное образование в контексте идеи Будущего: новая грамотность: сб. науч. ст. по мат-лам III Междунар. науч.-практ. конф., Москва, 18–19 июня 2020 г. / сост. Н. И. Шевченко. М.: А-Приор, 2020. С. 333–335.
3. Карбанова О. В. Анализ конъюнктуры мирового рынка человеческого капитала // Способы преодоления социально-экономического неравенства российских

регионов, Москва, 29 января 2014 г. / Лаборатория прикладных экономических исследований им. Кейнса. М.: Виктория+, 2014. С. 36–42.

4. Мищенко С. Н. Исследование спроса и предложения на рынке образовательных услуг ВПО // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия «Экономика». 2012. № 6 (18). С. 33–41.

5. Пути повышения конкурентоспособности учреждений СП города Москвы: колл. монография / Е. В. Манакова и др.; Департамент образования г. Москвы, МГПУ, Ин-т менеджмента, каф. менеджмента, информ. систем упр. и торгового дела. М.: МГПУ, 2015. 286 с.

6. Пинтосевич И. Полный контроль! Тайм-менеджмент нового поколения за 30 дней. М.: Эксмо, 2019. 192 с.

7. Тайм-менеджмент: 15 методов эффективного управления временем [Электронный ресурс] // РБК. Тренды. URL: <https://trends.rbc.ru/trends/education/606335659a7947a191c4b092> (дата обращения: 01.12.2021).

### References

1. Van Essen T., Schouwenburg H. Procrastination. First aid. М.: Alpina Publisher LLC, 2019. 112 p.

2. Karabanova O. V. Improving the financial and legal literacy of heads of small innovative enterprises in modern conditions // Continuing education in the context of the idea of the Future: new literacy: Collection of scientific articles on the materials of the III International scientific and practical conference, Moscow, June 18–19, 2020 / Comp. N. I. Shevchenko. М.: A-Prior Limited Liability Company, 2020. P. 333–335.

3. Karabanova O. V. Analysis of Global Human Capital Market Conditions // Ways to Overcome Socio-Economic Inequality of Russian Regions, Moscow, January 29, 2014 / Keynes Laboratory of Applied Economic Research. М.: Victoria +, 2014. P. 36–42.

4. Mischenko S. N. Research of supply and demand in the market of educational services of higher professional education // Bulletin of the Moscow City Pedagogical University. Series «Economics». 2012. № 6 (18). P. 33–41.

5. Ways to increase the competitiveness of joint venture institutions in Moscow: collective monograph / E. V. Manakova at al.; Department of Education of Moscow, Moscow Mountain. ped. un-t, In-t management, Chair of management, informs. control systems and the trade case. М.: MGPU, 2015. 286 p.

6. Pintosevich Y. Full control! New generation time management in 30 days. М.: Eksmo, 2019. 192 p.

7. Time management: 15 methods of effective time management [Electronic Resource] // RBC. Trends. URL: <https://trends.rbc.ru/trends/education/606335659a7947a191c4b092> (circulation date: 01.12.2021).