

УДК 316:331.31

© Ю. В. ШАРИКОВА¹, Е. А. МАЛЫШЕВА², А. В. КУТУЕВ³ 2019

^{1,2,3} Самарский государственный экономический
университет (СГЭУ), Россия

E-mail ^{1,2,3}:sharikovajv@mail.ru

ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ КАК ИНСТРУМЕНТ САМООРГАНИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВОЙ ЭКОНОМИКИ

В новых реалиях развития экономики и общества особое внимание в современных организациях уделяется сфере управления человеческими ресурсами. Цифровая эпоха существенно трансформирует рынок труда, в результате изменяются ключевые компетенции, которыми должен обладать современный эффективный сотрудник. В статье излагаются результаты эмпирического исследования уровня самоорганизации студентов Самарского государственного экономического университета (СГЭУ). Значимость данного исследования состоит в демонстрации применения инструментов самоорганизации среди студентов, способствующих развитию ключевых компетенций будущих специалистов на рынке труда.

Ключевые слова: самоорганизация, тайм-менеджмент (управление временем), цифровая экономика.

Введение

В современных условиях ускорения динамичности ритма жизни у многих людей возникает ряд вопросов, касающихся эффективного распределения своего времени, и студенты — не исключение. Расписание студентов в высшем учебном заведении достаточно плотное. Необходимо посетить все лекционные и практические занятия, подготовить групповые и индивидуальные проекты, выступить с докладом, написать реферат, курсовую и выпускную квалификационную работы. Многие студенты стремятся совмещать учебу и работу для приобретения опыта и практических навыков. При этом нельзя забывать о семье, друзьях, хобби, спорте. Для того чтобы справиться с подобным ритмом жизни, студентам необходимо учиться применять инструменты тайм-менеджмента. Умение отбирать, структурировать и обрабатывать информацию в сжатые временные сроки уже является конкурентным преимуществом на рынке труда в условиях всеобщей цифровизации.

Например, по данным исследования Boston Consulting Group (BCG), для будущих сотрудников актуальными будут следующие группы навыков: когнитивные, социально-поведенческие и цифровые [1]. Среди когнитивных навыков в первую очередь эксперты выделяют организованность как степень самоорганизации и умение эффективно использовать такой невосполнимый ресурс, как время.

Проблемы управления временем были актуальны не только для современных людей. Так, первые попытки в области организации времени предпринял римский философ Л. Сенека (Seneca, 4 в. до н.э.), далее были Б. Франклин (Franklin, 1748), Ф. Тейлор (Taylor, 1903), П. Дракер (Drucker, 1968). Среди отечественных специалистов, чьи идеи и опыт внесли существенный вклад в развитие тайм-менеджмента, можно выделить А. Гастева (1923), П. Керженцева (1926), А. Любищева (1916), Г. Архангельского (2003) и др.

В настоящее время тайм-менеджмент — это комплексная система управления своим временем, собой и своей деятельностью. Применение принципов тайм-менеджмента может помочь в достижении различных целей: повышение личной эффективности, более рациональное использование времени, повышение уровня удовлетворенности жизнью и т.д. Одним из препятствий на пути к этому является тоже время. Из-за высокой динамики современной жизни практически невозможно выполнить сразу все дела. Поэтому необходимо при планировании сразу расставлять приоритеты для целей, концентрировать свое внимание на действительно важных делах, а остальные делегировать или отказываться от них. Иногда это может значительно повысить эффективность использования своего времени.

Использование разнообразных инструментов тайм-менеджмента позволят современному человеку успеть больше, работать эффективнее, сосредоточиться на главном. Но без внутренней составляющей личности, представленной самоорганизацией, они так и останутся всего лишь инструментами.

В общем виде самоорганизация — это умение упорядочить свою деятельность и собственные ресурсы, способность организовать себя. Самоорганизация является многокомпонентной составляющей личности, которая требует наличия и развития следующих способностей [2]:

— самопознания (предполагает стремление человека к изучению своей личности с целью определения собственных сильных и слабых сторон);

– самоопределения, т.е. определения собственных желаний и формирования из них целей, а также расстановки приоритетов между ними;

– самоконтроля (способности к формированию ограничений для ожидаемого вида деятельности с последующей оценкой после получения результата);

– самореализации, которая заключается в использовании знаний о собственных достоинствах и недостатках с целью достижения поставленных целей в ходе своей деятельности;

– самосовершенствования, т.е. способности к извлечению опыта из результатов своей деятельности и работы над собой (развивая свои личностные качества для более эффективной работы в будущем).

В этой связи, целью исследования является определение уровня самоорганизации студентов как будущих специалистов, которые уже находятся в условиях глобальной информатизации и живут в среде избыточных информационных потоков.

Предметом исследования является тайм-менеджмент как инструмент самоорганизации. Объект исследования – студенты высших учебных заведений.

Исследование предполагало диагностику ряда показателей, отражающих уровень самоорганизации личности. Сбор эмпирических данных осуществлялся методом анкетирования, которое проводилось авторами среди студентов Самарского государственного экономического университета (СГЭУ). Количество респондентов составило 122 человека.

Методической базой послужил тест-опросник самоорганизации деятельности Time Structure Questionnaire (TSQ), разработанный Н. Фишером и Н. Бондом (адаптация на русском языке выполнена Е. Ю. Мадриковой) [3, 4].

Результаты исследования

Описанный выше тест-опросник TSQ был видоизменен под потребности исследования. Для того чтобы не исказить промежутки оценок опросника, границы шкал были скорректированы пропорционально величине изменений.

Выбранная авторами методика направлена на системный анализ факторов самоорганизации личности в ходе своей повседневной деятельности, которые являются многокомпонентными составляющими личности (внутренняя характеристика самоорганизации), и оценку уровня использования вспомогательных инструментов и тех-

нологий тайм-менеджмента (внешние факторы самоорганизации). Все эти факторы описывают исследуемую модель с помощью показателей: «планомерность», «целеустремленность», «настойчивость», «фиксация», «самоорганизация», «ориентация на настоящее».

Преобразованная анкета была распространена среди студентов СГЭУ. Результаты анкетирования отображены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты анкетирования студентов

Шкала	Степень самоорганизации деятельности, чел.		
	Низкая	Средняя	Высокая
Планомерность	19	55	48
Целеустремленность	2	103	17
Настойчивость	25	78	19
Фиксация	7	111	4
Самоорганизация	5	72	45
Ориентация на настоящее	6	110	6

В ходе исследования в первую очередь выявлялась вовлеченность респондентов в планирование (планомерность) своего дневного графика путем определения задач на день, а также наличие системности в выстраивании ежедневных дел. Было выявлено, что 55 студентов (45% выборки) в умеренной степени склонны к разработке дневных планов, списка дел и стараются их выполнять. Однако в их жизни могут присутствовать элементы спонтанности. Следующая группа (несколько меньше предыдущей группы) составляет 48 человек (39%), в нее были отнесены люди, обладающие развитыми навыками тактического планирования и в большей мере предпочитающие последовательно двигаться к реализации своих целей. Респонденты третьей, небольшой группы из 19 студентов (16% от совокупной выборки) предпочитают жить спонтанной жизнью и не усложнять ее текущим планированием дел. Важно отметить, что такие люди равномерно распределены в количестве не более 5% на курс.

Далее предлагался корректирующий вопрос, направленный на определение степени целеустремленности личности и демонстрации способности респондента сконцентрироваться на какой-либо цели для ее выполнения. Студенты наибольшей группы – 103 человека (84% от выборки) – могут себя охарактеризовать как достаточно целеустремленных, хорошо осознающих и понимающих соб-

ственные цели и способных их достигать личностей. Однако так происходит не всегда. В их жизни могут появляться периоды времени, когда они выполняют задачи без нужной ясности и необходимости лично для них. Следующая группа из 17 респондентов (14%) считают себя целеустремленными людьми. Они определились с жизненными целями, которые поставили для себя, знают и идут в направлении их реализации. Данная группа преобладает среди студентов старших курсов, что может быть связано с удачным выбором профессии и возможным местом будущего трудоустройства. Самая маленькая группа образовалась из 2 студентов, которые не всегда склонны видеть и ставить перед собой четкие цели. Также они себя характеризуют как людей, не прилагающих усилий для достижения имеющихся целей.

На третьем этапе определялась степень «настойчивости» студентов при выполнении своих повседневных задач. Выявлялась способность респондентов к приложению волевых усилий, а также внутренних резервов для доведения начатых дел до завершения. Анализ показал следующие результаты:

– группа студентов из 78 человек, составляющих 64% от общей выборки, достаточно организованны и способны на приложение волевых усилий для достижения какой-либо цели (однако, если того потребуют обстоятельства, они могут отложить текущую задачу и переключиться другую);

– 25 человек (20% от выборки) – имеют трудности с доведением своих дел до стадии завершения (это связано с их склонностью отвлекаться на посторонние дела, не связанные с текущей деятельностью, и, возможно, не носит значимый характер);

– 19 респондентов (16%), составляющие наименьшую по численности группу, представляют собой волевых и организованных людей, способных не только планировать цели и задачи, но и структурировать их для более эффективного их завершения (им не свойственно отвлекаться на посторонние дела во время своей деятельности).

У последней из трех групп, сложившихся при определении степени «настойчивости», было выявлено наличие мультизадачности и эффективности при такой форме организации. Результаты ответов на вопрос-утверждение «Я могу начать делать несколько дел и ни одно из них не закончить», который направлен на ее определение, представлен на рисунке 1.

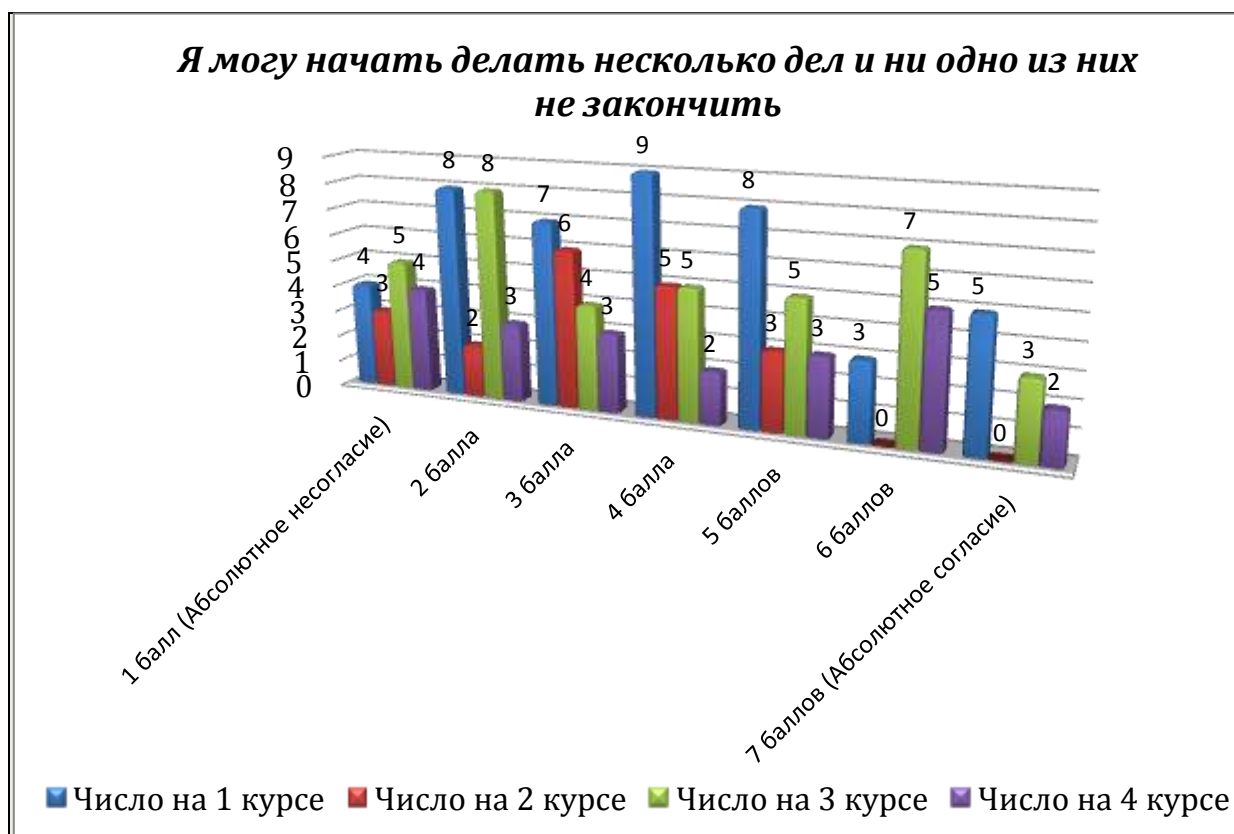


Рис. 1. Результаты ответов на вопрос, направленный на определение эффективности мультизадачности

Как можно заметить из графика, представленного на рисунке 1, для 20% опрошенных студентов не характерно браться за несколько дел одновременно и не доводить их до логического завершения, либо это происходит с малой долей вероятности, чего нельзя сказать об остальных. Половина студентов живут в условиях мультизадачности, но при этом часто не способны довести все начатые дела к определенному сроку. Оставшаяся часть выборки (30%) не обладает внутренними резервами для того, чтобы закончить свои дела до логического завершения.

На четвертом этапе исследования определялась степень фиксации студента к заранее запланированной структуре событий и сложности адаптации к ее изменению. Большинство опрошенных респондентов считает себя гибкими людьми в отношении планирования своей деятельности. Они могут как концентрироваться на уже запланированных делах, так и спокойно переключаться на другие дела. В данную группу вошло 111 человек, или 91% от всей выборки.

В следующую по объему группу вошло 7 респондентов (6%) с низкой степенью фиксации на определенном занятии (они считают себя гибкими и способными с легкостью переключаться для выполнения разнообразных дел и решения новых задач).

В самую незначительную группу респондентов вошло 4 человека (что составляет 3% от общей выборки), характеризующихся высокой исполнительностью и обязательностью в отношении завершения поставленных перед собой задач. Они стараются всеми способами завершить уже имеющиеся дела, прежде чем приступить к новым делам. Вследствие такого подхода у них при изменении обстоятельств теряется гибкость.

Далее выявлялась склонность респондентов к ведению дневников, ежедневников и иных вспомогательных средств для планирования своего времени. Было определено, что большая часть студентов, а именно 72 человека (59%), могут использовать внешние источники самоорганизации, к которым можно отнести ведение дневников, ежедневников и их аналогов. Для этой группы респондентов наиболее характерным является использование дневников (ежедневников), но при этом они в равной степени могут полагаться и на свою естественную самоорганизацию. Следующая группа, образовавшаяся из 45 человек (37% от общей выборки), активно использует вспомогательные средства для планирования времени, фиксируя свои переживания и результаты деятельности в дневнике или ежедневнике. И только 5 респондентов (4% от общей выборки) не склонны к использованию внешних источников самоорганизации (не ведут дневников и ежедневников, которые могут помочь в более эффективном планировании своего времени). Интересным является тот факт, что данная группа респондентов состоит исключительно из студентов 2-го курса.

В заключительной части анкетирования задавался вопрос относительно ориентации студентов во времени, определялась приоритетность текущих дел или склонность к долгосрочному планированию. Опрос показал следующие результаты:

– большое количество респондентов – 110 человек (90%) хорошо ориентируются во времени;

– оставшаяся часть выборки поделилась на две равные части по 6 человек (по 5% соответственно). В одну из групп были отнесены студенты, которым свойственно фиксироваться на своем прошлом или будущем, забывая о настоящем или игнорируя эти события, в другую – студенты, которые предпочитают жить по принципу «здесь и сейчас», а прошлое и будущее их мало заботит.

Для повышения уровня самоорганизации современных студентов целесообразно использовать некоторые инструменты тайм-менеджмента.

Например, существенную помощь для повышения эффективности планирования и составления ежедневного графика может оказать использование матрицы Эйзенхауэра. Данный инструмент тайм-менеджмента основан на разделении всех задач по двум критериям: важность и срочность. Перед распределением необходимо записать все задачи на день. Для определения степени важности необходимо оценить возможные последствия при отказе от выполнения той или иной задачи: если последствия ожидаются серьезные, то задача важна для исполнения. Критерием срочности выполнения поставленной задачи является ее актуальность: если цель потеряет свою актуальность, она оценивается как срочная. Этот несложный в реализации инструмент тайм-менеджмента за счет расстановки приоритетов задач позволит студентам более рационально планировать свой день [5].

Для более эффективного целеполагания возможно применение другого инструмента тайм-менеджмента – «Колесо жизненного баланса». Данный инструмент подразумевает выделение наиболее важных для человека сфер жизни, в которых он желает достичь успеха (карьера, финансовое благосостояние, семья и многое другое). Необходимо определиться с основными 8-10 направлениями, затем выделить ключевую и измеряемую цель на долгосрочную перспективу и двигаться к ней.

Основной преградой для доведения поставленной цели до логического завершения может являться ее неправильная формулировка или оценка значимости. Для решения данной проблемы может помочь использование технологии SMART, которая предполагает, что при формулировании цели необходимо учитывать несколько условий:

1. Конкретность цели (предполагает собой то, что цель должна демонстрировать конечный результат в ходе ее реализации).
2. Измеримость цели (требует того, чтобы цель можно было количественно измерить и оценить ее достижение).
3. Достижимость цели (предполагает возможность ее достижения при одновременной амбициозности).
4. Согласованность цели (конечный результат достижения цели должен быть согласован с более долгосрочными целями и находиться в одном из направлений «Колеса жизни», описанного выше).
5. Определенность во времени (предполагает установку для каждой цели временных промежутков, предельный срок для ее реализации, после которого ее достижение может потерять актуальность).

В настоящее время бумажные ежедневники являются достаточно традиционным и популярным инструментом структурирования и планирования собственного времени, способным показать общую картину собственной занятости. В то же время постоянное обновление и корректировка списка задач могут исказить существующую «картину». В условиях цифровизации активно развивается рынок приложений-планировщиков, которые выполняют функции, аналогичные традиционным бумажным ежедневникам, но имеют и дополнительный функционал (синхронизацию данных, резервное копирование, возможность проектной постановки задач, метки, приоритеты и т.д.). Исходя из того, что у современного студента смартфон находится «всегда под рукой», такие приложения могут помочь более грамотно планировать свое время и концентрироваться на действительно важных делах.

Внедрение в повседневную деятельность системы тайм-менеджмента должно начинаться с выявления дневного резерва времени, который состоит из времени простоев (продолжительность отсутствия активных видов деятельности) и поглотителей времени. В этом может помочь технология хронометража. В условиях цифровизации ведение хронометража возможно перенести с традиционных бумажных носителей в специализированные программные продукты, доступные для установки на смартфон, что позволит оптимизировать время путем построения диаграммы дневного баланса времени для дальнейшей графоаналитической оценки и повышения личной эффективности [4].

Кроме перечисленного выше существуют и альтернативные способы ведения хронометража. Например, с использованием Интернет-сервисов, одним из которых может являться многофункциональный и универсальный продукт Google form с хорошими адаптационными возможностями. Путем несложных преобразований и настройки формул в аналитических ячейках внутри таблицы с результатами можно с легкостью определить продолжительность видов деятельности в течение дня, которые послужат базой для контроля эффективности и дальнейшего планирования своей деятельности. Основным недостатком такого способа является необходимость доступа к сети Интернет для синхронизации и резервного копирования данных.

Заключение

Подводя итоги, мы пришли к следующим выводам. В целом респондентов, принявших участие в анкетировании, можно охарак-

теризовать как гибких, способных адаптироваться к изменениям в условиях цифровой экономики, способных к структурированию своего времени, обладающих достаточно высоким уровнем самоорганизации. Большая часть респондентов ознакомлена с понятием тайм-менеджмента и осознает значимость планирования своей деятельности в современных условиях. При этом исходя из специфики направлений подготовки студентов необходимо дополнительно информировать их о существующих технологиях и инструментах тайм-менеджмента, развивать именно те компетенции, которые закладывают основу для конкурентоспособности на рынке труда при дальнейшем трудоустройстве.

Литература

1. Россия 2025: от кадров к талантам. URL: http://d-russia.ru/wp-content/uploads/2017/11/Skills_Outline_web_tcm26-175469.pdf.

2. Реунова М. А. Аксиологический аспект самоорганизации времени студента университета // Вестник ОГУ. 2012. № 2 (138). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aksiologicheskiy-aspekt-samoorganizatsii-vremeni-studenta-universiteta>.

3. Мандрикова Е. Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) // Психологическая диагностика. 2010. № 2. С. 87-111. URL: www.hse.ru/pubs/share/direct/document/73401318.

4. Неволина В. В., Щеглова М. И. Исследование особенности самоорганизации как сущностной характеристики тайм-менеджмента студента // Таврический научный обозреватель. 2016. №9 (14). С. 47-49.

5. Кочеткова Н. В., Хлебникова Д. А. Тайм-менеджмент: искусство управления временем // Современные социально-экономические процессы: проблемы, закономерности, перспективы: сборник статей III Международной научно-практической конференции: в 2 частях. Пенза: Наука и просвещение. 2017. С. 104-106.

6. Ханжина О. А., Гайфуллина Д. Р. Организация времени: от личной эффективности к развитию фирмы // Вестник ЮУрГУ. Сер.: Образование. Педагогические науки. 2014. № 2. С. 125-128.

*Статья поступила в редакцию 06.02.19 г.
Рекомендуется к опубликованию членом Экспертного совета
канд. социол. наук, доцентом Т. П. Карповой*