

# ФИЛОСОФИЯ И СОЦИОЛОГИЯ



**В. А. СИМХОВИЧ**

---

## НУЖЕН ЛИ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ СТУДЕНТАМ ЭКОНОМИЧЕСКОГО ВУЗА?

---

Обосновывается необходимость включения дисциплины «Тайм-менеджмент» в учебные планы экономических специальностей. Основанием служат результаты социологического исследования, проведенного на факультете международных бизнес-коммуникаций (ФМБК). Они подтверждают, что большинство студентов факультета остро нуждаются в личном тайм-менеджменте, так как не обладают навыками эффективного управления временем по причинам незнания правил тайм-менеджмента, зависимости от современных гаджетов, отсутствия мотивации к планированию, необходимости совмещать учебу и работу и др. Неумение студентов правильно распоряжаться временем привело к негативным последствиям, в частности, прокрастинации, снижению успеваемости и ухудшению здоровья. Желание студентов ФМБК научиться эффективному управлению временем для улучшения своей повседневной и академической жизни носит осознанный характер, требуя реального подкрепления. Внедрение дисциплины «Тайм-менеджмент» в учебный процесс может способствовать созданию новых методов организации учебной деятельности, повышению результативности практико-ориентированной профессиональной подготовки специалистов, ответственности результатов подготовки запросам общества и рынка.

**Ключевые слова:** тайм-менеджмент; эффективное управление временем; учебная нагрузка; неумение организовать время; нехватка времени; прокрастинация; мотивация к планированию времени.

**УДК** 378.147

---

**Введение.** Сегодня даже самый трудолюбивый и целеустремленный человек сталкивается с главной проблемой современного образа жизни: темп жизни все время ускоряется, поток информации растет, а в сутках по-прежнему 24 часа. Постоянная нехватка времени вызывает усталость, стресс, что при-

---

*Валентина Александровна СИМХОВИЧ (simkhovich\_V@mail.ru), доктор социологических наук, профессор кафедры экономической социологии и психологии предпринимательской деятельности Белорусского государственного экономического университета (г. Минск, Беларусь).*

водит к личной неэффективности. Главная причина возникновения такой ситуации — это неумение организовать свое время, что присуще людям разных эпох. В конце XIX в. известный русский физиолог Н. Е. Введенский говорил, что люди устают и изнемогают не потому, что много работают, а потому, что работают плохо, не организованно и беспорядочно. Возможно, каждый мог бы успевать сделать больше и лучше организовать свою работу и жизнь, если бы он лучше управлял своим временем.

В современном обществе предъявляются высокие требования к уровню компетентности работника. Одна из важнейших его компетенций — умение рационально использовать свое время и эффективно организовывать свою работу, так как без грамотной организации личного и рабочего времени невозможно добиться успеха ни в одном деле. Отвлечение на посторонние занятия и бесцельное времяпрепровождение снижают результативность деятельности индивида (учебы, работы), понижают его самооценку и негативно сказываются на социальном статусе.

Без сомнения, каждый человек управляет своим временем. Вопрос лишь в том, насколько эффективно он может это делать. Достаточно ли составить график дел и точно следовать ему? Как понять, какое дело должно быть приоритетным? Что делать, если не успеваешь выполнить задание к дедлайну? И где научиться управлять своим временем?

Актуальность тайм-менеджмента связана с требованиями к проектному стилю деятельности: в профессиональной и личной сфере человек реализует разного рода большие и маленькие проекты. Он осознает свои потребности и «переводит» их на язык целей и задач. Для этого он должен знать свое дело, уметь ставить цели и добиваться их. Но все эти качества бесполезны, если он не умеет правильно организовать свое рабочее время [1].

**Требования новой экономики нового общества.** Тайм-менеджмент изначально трактовали как специальную технологию для оптимизации времени. Однако современный тайм-менеджмент — это не просто технология или набор приемов, позволяющих сделать все запланированное в срок. Г. А. Архангельский, российский гуру в области тайм-менеджмента, определяет его как систему — систему управления собой и своей деятельностью и выделяет в ней четыре элемента [2, с. 14–15]. Первый элемент — эффективность. Данный элемент позволяет ответить на вопрос «как лучше ехать?», чтобы добраться до цели вовремя. Второй элемент — технология, позволяющая находить наиболее успешные решения. Данный элемент связан со стратегией: если технология отвечает на вопрос «на чем ехать?», то стратегия — на вопрос «куда ехать?». Индивид должен четко понимать, каковы его стратегические и тактические цели, так как движение в неправильном направлении не будет способствовать их достижению. Четвертым элементом системы является философия — ответ на вопрос «зачем?». Зачем ставить именно такие цели, а не другие? Как осознать свои жизненные ценности? Как найти смысл жизни и нужно ли его вообще искать? Совершенно очевидно, что вопросы организации времени и личной эффективности не только тесным образом связаны с определением жизненных целей индивида, но и находятся в прямой зависимости от того, насколько точно и правильно он их формулирует.

Несмотря на то что в практике управления тайм-менеджмент входит в топ-5 самых востребованных компетенций, многие руководители и менеджеры Беларуси и России до конца XX в. относились к нему довольно скептически. В большинстве отечественных вузов тайм-менеджменту не обучали и навыки самоорганизации у студентов не формировали. Такая подготовка вызывала вопрос о качестве основного «продукта» вуза и соответствии этого продукта потребностям рынка [3].

Нельзя сказать, что в высших учебных заведениях Беларуси сегодня нет интереса к тайм-менеджменту. Например, в БГУИР с 2015 г. студентам предлагаются информационные материалы по данной тематике [4], в БрГУ в 2017 г. проведено исследование с целью выявления готовности студентов университета к личному тайм-менеджменту [5], в БГПУ данную дисциплину с 2019 г. читают студентам магистратуры [6]. Однако в типовых учебных планах подготовки специалистов экономического и управленческого профиля, которым навыки управления временем крайне необходимы, например, специальностей 1-25 01 02 Экономика, 1-25 01 07 Экономика и управление на предприятии, 1-26 02 05 Логистика, 1-26 02 02 Менеджмент и других, утвержденных Министерством образования Республики Беларусь в 2021 г. [7], учебная дисциплина «Тайм-менеджмент» отсутствует.

Проблема управления временем гораздо шире, чем просто составление графика или схемы проекта. Владение эффективным тайм-менеджментом актуально для работников разных сфер жизнедеятельности общества, но прежде всего для руководителей, поскольку они управляют не только своим временем, но и временем своих подчиненных. Именно руководитель планирует время как ресурс, необходимый для достижения определенной цели; именно он делегирует своим подчиненным цели и обязанности, желая сэкономить свое время. Другой способ для него уменьшить нагрузку — делегировать ответственность, что требует постановки четких целей и определения критериев их достижения. В противном случае нельзя будет оценить ход процесса и увидеть, достигнут ли результат. Это могут сделать только те, кто обладает хорошими личными навыками тайм-менеджмента.

Таковыми навыками должны обладать не только руководители, но и работники организации. Это означает, что компетенции по управлению временем у них должны быть сформированы до прихода на работу, во время обучения. Совершенно очевидно, что те, кто не владеет методами организации своего времени, не могут хорошо учиться, как и не могут стать квалифицированными специалистами и участвовать в рынке труда. Если в школе ученики находились под постоянным контролем в рамках строго распланированного рабочего дня, в вузе студенты должны сами организовывать свою работу, планировать выполнение заданий, распределять нагрузку и т. д. Кто не умеет это делать, тот плохой студент.

Действительно, в школе ученики не испытывают особых трудностей по управлению временем, так как это за них делают учителя. Ситуация часто меняется в вузе, куда, как правило, поступают те, кто хорошо учился. Как показывает опыт работы автора статьи в БГЭУ, а также работы ряда исследователей, некоторые студенты, получившие отличные или хорошие оценки в школе, в университете получают удовлетворительные или плохие оценки. Те, кто получает более высокие оценки, наверняка, не менее способны, чем те, кто получает более низкие оценки, но нередко их академические навыки, в том числе тайм-менеджмент, менее эффективны.

Другая проблема состоит в том, что у большинства студентов нет четкой жизненной стратегии, а формирование такой стратегии считается важнейшим элементом системы личного тайм-менеджмента. У выпускников школ разные мотивы поступления в университет, которые могут варьироваться от «устроиться на престижную работу с высокой зарплатой» до «не служить в армии» и т. д. Российские исследователи приводят анализ целесообразности «самая престижная работа при поступлении в вуз — самая престижная работа по окончании вуза» [8]. Мы разделяем их мнение о том, что если индивид поступает в вуз для получения престижной работы, т. е. его выбор обусловлен стереотипами социума, то в будущем он вряд ли будет удовлетворен своей

жизнью, добьется успеха после окончания вуза и самореализуется, так как к тому времени социум может коренным образом измениться.

Студенты, сознательно планирующие свое будущее, относятся к учебе иначе, чем те, кто этого не делает: они стараются организовать свое время так, чтобы успеть сделать все. Учебный график может быть настолько плотным, что подготовка к экзамену в нем не является приоритетом. В силу требований рынка студенты вынуждены совмещать учебу с работой, посещать дополнительные курсы, тренинги и т. п. Многим студентам знакомы бессонные ночи, которые они посвящают выполнению учебных заданий, что негативно сказывается на их психологическом и физическом состоянии. Нередко студенты винят в этом вуз и преподавателей, хотя все дело в неумении организовать свое время. И чаще всего одним из факторов, влияющих на их результативность, является зависимость от современных технологий. Многие отмечают, что нужно много времени, чтобы пролистать страницы в социальных сетях, прочитать все новости, даже если это абсолютно неважно. А незаинтересованность в изучаемых предметах толкает обучающихся на прокрастинацию: они чаще откладывают выполнение заданий, уделяя время чему-то менее важному или даже бесполезному [9].

Знание правил тайм-менеджмента поможет любому индивиду правильно распорядиться временем, планировать день максимально эффективно, освободить часы для личных дел. Насколько успешным он будет как студент и работник, зависит от правильной организации его учебной деятельности.

**Тайм-менеджмент как актуальность для студентов.** Многочисленные курсы и тренинги по тайм-менеджменту в форматах офф- и онлайн нередко терпят неудачу, потому что они рождены перфекционизмом и нереалистичными ожиданиями. Например, некоторые люди не думают о тайм-менеджменте до тех пор, пока совершенно не останутся в работе, и тогда их целью становится наверстывание упущенного. Как показывает опыт, индивид принимает решение освоить тайм-менеджмент чаще всего при определенных обстоятельствах. Однако гораздо лучше сформировать и развивать навыки управления временем в университете, чтобы его выпускники могли хорошо начать свою карьеру и преуспеть в профессии.

У студентов БГЭУ также существует проблема нерационального использования времени, и студенты факультета международных бизнес-коммуникаций не являются исключением. Студенты сталкиваются с нехваткой времени по ряду причин. Известно, что кроме обязательных дисциплин, они изучают 2–3 иностранных языка, что требует много практики и, соответственно, много времени. Многие из них участвуют в культурной, общественной и спортивной жизни факультета и почти не имеют времени на личные увлечения и оздоровление. Более половины студентов ФМБК являются иногородними, поэтому они должны находить время, чтобы увидеться с семьей. Кроме того, целый ряд студентов работают неполный рабочий день. Все это должно стимулировать их к грамотной организации своей учебы и жизни.

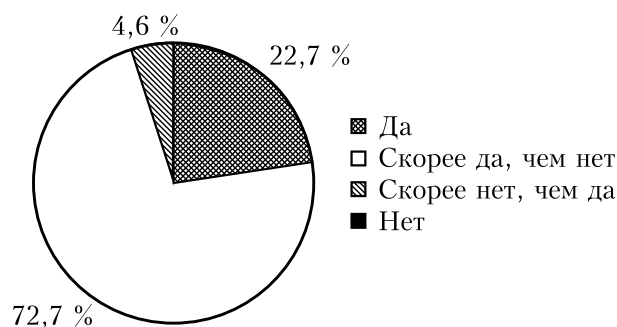
Для того чтобы выяснить, умеют ли студенты ФМБК управлять своим временем, в рамках дисциплины «Прикладная социология», которую ведет автор статьи, группой студентов третьего курса в составе А. Богаевич, А. Апанасевич и Д. Левко было проведено социологическое исследование на тему «Тайм-менеджмент как инструмент повышения учебной эффективности студентов ФМБК» (время проведения: март — май 2022 г.). Студенты ФМБК были выбраны объектом исследования по следующим причинам. Дисциплина «Прикладная социология» читается на английском языке, соответственно, само исследование как проектная деятельность проводилось на английском языке. Методом сбора эмпирической информации

был определен анкетный опрос, инструментарий которого разрабатывался на английском языке, и ответы на вопросы анкеты требовали знания английского языка.

Исследование носило разведывательный характер. Опрос проводился на систематической случайной выборке (198 респондентов), обусловленной наличием списка студентов ФМБК. Выборка структурирована по трем критериям: пол, курс обучения и наличие/отсутствие подработки. Были определены задачи исследования: выявить способность и мотивацию студентов к планированию времени, идентифицировать причины, мешающие планированию, обозначить связь между подработкой студентов и их успеваемостью, выявить различия в отношении к управлению своим временем в зависимости от пола, курса и др.

Как показали результаты опроса, более половины опрошенных (80,6 %) знакомы с понятием тайм-менеджмента, хотя 19,4 % не уверены, что правильно его понимают, но 54,8 % респондентов планируют свой день. Большинство студентов, которые привыкли планировать свой день, считают тайм-менеджмент в целом полезным в своей повседневной жизни, однако абсолютно в этом уверены лишь 22,7 % из них. Почти не замечают положительного эффекта 4,6 % респондентов, но нет студентов, которые считают тайм-менеджмент бесполезным (рис. 1).

**Помогает ли вам в жизни планирование времени?  
(для тех, кто планирует день)**



*Рис. 1.* Распределение ответов респондентов на вопрос о пользе тайм-менеджмента в повседневной жизни студентов ФМБК

В числе причин, мешающих студентам факультета правильно планировать свое время, названы неумение, незнание и бесполезность планирования — 42,9 %, 28,6 % и 21,4 % соответственно. Лишь 7,1 % респондентов отметили, что они не нуждаются в тайм-менеджменте, так как у них нет проблем со своим временем.

В то же время большинство респондентов (71,4 %) не планируют свой день из-за отсутствия мотивации. Данный показатель коррелирует с ответами на вопрос о причинах — неумении и незнании (71,5 %), следствие которых — отсутствие мотивации. У 28,5 % опрошенных не хватает времени на планирование из-за большого объема домашних заданий, однако никто из участников опроса не винит в этом свое окружение: вариант «окружение (друзья, родители)» как причину, мешающую планированию времени, никто не выбрал. Данные результаты свидетельствуют о том, что студентам ФМБК не хватает навыков личного тайм-менеджмента.

В то же время респонденты признают, что к планированию их могут подтолкнуть положительные результаты (74,1 %), наличие необходимых инструментов планирования (45,1 %), знание о правильном планировании (32,2 %) и пример друзей, которые планируют свой день (9,7 %) (рис. 2).

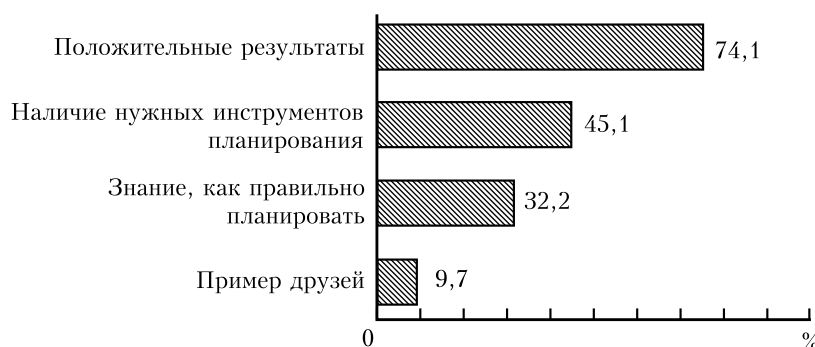


Рис. 2. Источники мотивации к планированию времени

Более того, большинство опрошенных (80,6 %) считают, что тайм-менеджмент может повысить результативность учебы и внеучебной деятельности, 19,4 % не уверены в этом, но ни один респондент не выбрал отрицательный ответ на данный вопрос.

На вопрос о том, является ли эффективное управление временем приобретенным качеством или врожденным, 64,5 % респондентов ответили, что можно научиться управлять своим временем, тогда как 35,5 % считают, что этому научиться нельзя, но можно выработать привычку.

Анализ ответов о распорядке дня позволяет выявить способность респондентов управлять своим временем.

У студентов ФМБК высокая учебная нагрузка. Расписание — весьма плотное: 3–4 пары в день. Разнообразие дисциплин и видов заданий, в том числе внеаудиторных (например, проведение исследования, выполнение проекта и т. п.), требует времени. В частности, только на выполнение домашних заданий практически половина респондентов (48,4 %) тратит около четырех–пяти часов, 38,7 % — два — три часа в день, и лишь 12,9 % — менее двух часов. Студенты факультета считают, что объем ежедневных домашних заданий намного выше среднего (80 %) (рис. 3), поэтому большинству из них (80,7 %) не хватает времени на их выполнение.

Оцените объем ежедневных домашних заданий по 5-балльной шкале (от 1 — малый до 5 — чрезвычайно большой)

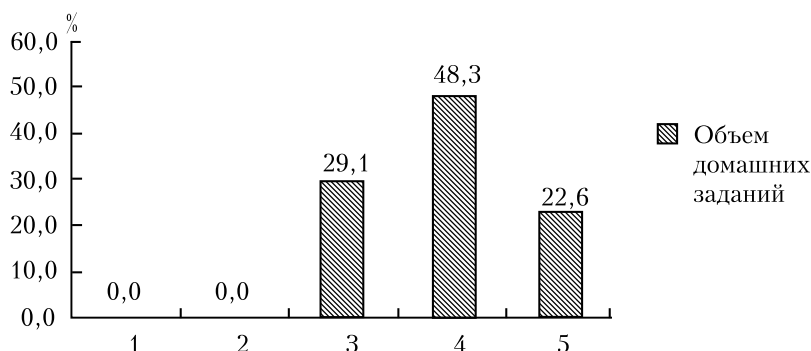


Рис. 3. Оценка студентами ФМБК объема ежедневных домашних заданий

Высокая учебная нагрузка заставляет студентов жертвовать своим сном. Так, 13,3 % респондентов отводят на сон 5 и менее часов, 83,4 % спят 6–7 часов в сутки, и лишь незначительная часть респондентов (3,3 %) позволяют себе спать 8–9 часов. Как известно, нехватка сна может привести к низкой результативности в течение дня, слабому усвоению материала и снижению успеваемости в конечном итоге.

Несмотря на то что студенты ФМБК недосыпают, они проводят много времени в социальных сетях. Как оказалось, некоторые из них (6,4 %) даже не могут его сосчитать. 16,1 % респондентов проводят в социальных сетях более 4-х часов, 58,1 % — 3–4 часа, 16,1 % — 1–2 часа, 3,2 % — менее часа. Весьма настораживающий момент: респонденты признают, что в большинстве случаев это не связано с учебой (рис. 4).

**Сколько времени вы обычно проводите в социальных сетях?**

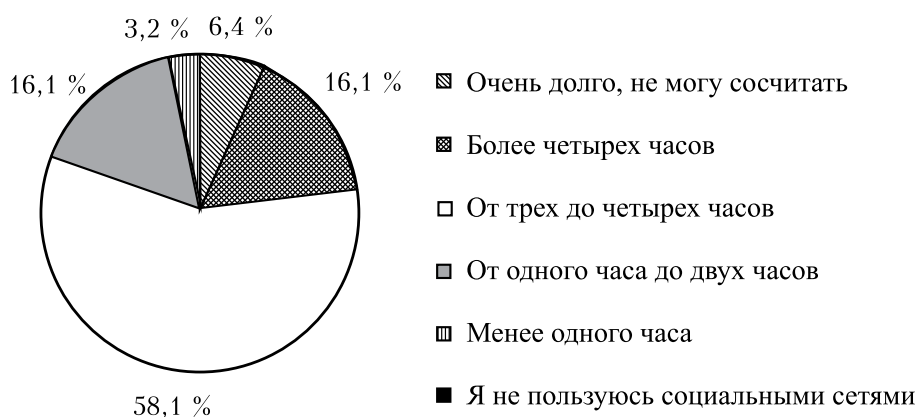


Рис. 4. Распределение ответов респондентов на вопрос о времени нахождения в социальных сетях

Имея высокую учебную нагрузку, студенты ФМБК пытаются подрабатывать: таковых оказалось 22,6 % респондентов, в основном это студенты третьих — четвертых курсов. Отсутствие влияния работы на академическую успеваемость, т. е. работа не мешает учебе, отметили 37,5 % работающих респондентов, на положительное влияние указали 12,5 % респондентов, тогда как половина опрошенных (50 %) признали ее негативное влияние. Более того, именно работающие студенты считают учебную нагрузку выше средней и часто не справляются с ней.

Ответы на вопрос о том, как часто студенты ФМБК сталкиваются с нехваткой времени, показали, что данная проблема есть у всех без исключения: у 19,4 % респондентов она постоянная, у 45,2 % — частая, у 35,4 % она возникает иногда. С нехваткой времени чаще, чем студенты первого и второго курсов, сталкиваются студенты третьего и четвертого курсов, что можно объяснить возрастающей учебной нагрузкой и наличием работы (рис. 5).

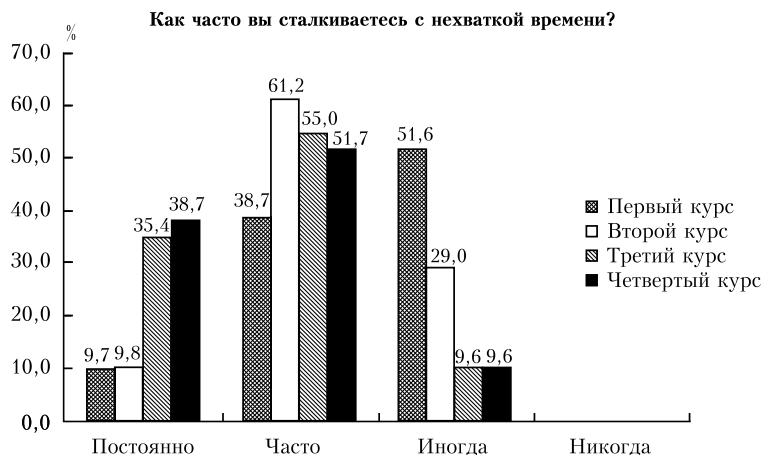


Рис. 5. Распределение ответов респондентов на вопрос о нехватке времени в соответствии с курсом обучения

Из-за нехватки времени респонденты начинают откладывать дела или задания, проявляя склонность к прокрастинации. На вопрос о данной склонности большинство опрошенных (71 %) дали положительные ответы: «да» ответили 25,8 % и «скорее да, чем нет» — 45,2 %.

Нехватка времени и склонность к прокрастинации повлекли за собой различные расстройства. Почти половина опрошенных (48,4 %) часто испытывают стресс, у 35,5 % иногда бывает бессонница, у 41,9 % — частые физические недомогания, у 45,2 % редко, но возникают проблемы с питанием (рис. 6).

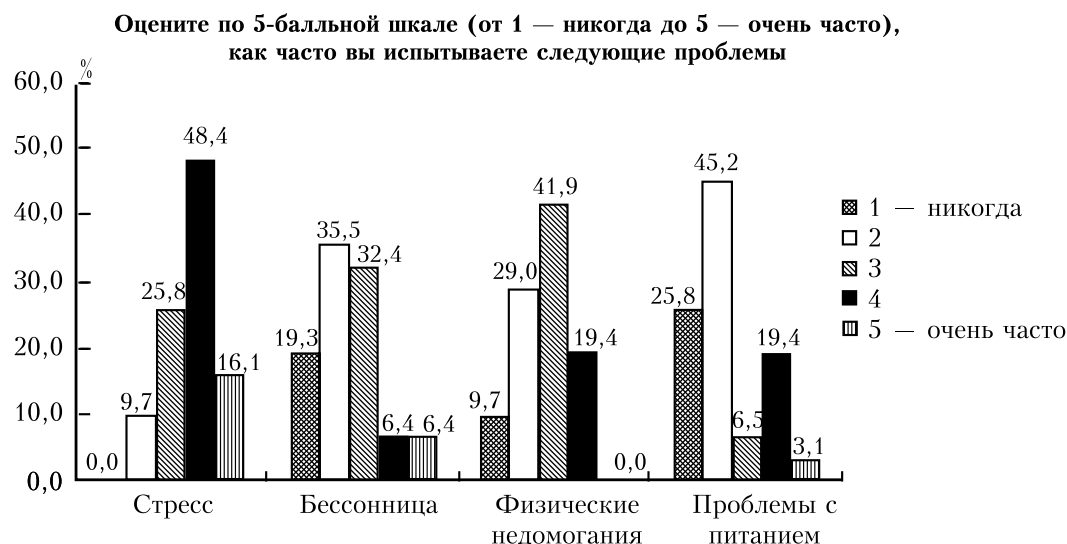


Рис. 6. Распределение ответов респондентов на вопрос о проблемах, возникающих в результате нехватки времени и прокрастинации

Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что студенты ФМБК остро нуждаются в личном тайм-менеджменте. Данный вывод подтверждают и ответы на вопрос о времени планирования. Практически каждый третий респондент (38,7 %) уверен, что планировать надо в течение дня *по мере появления обязательств*. Это косвенно свидетельствует об отсутствии у них жизненной стратегии, предполагающей организацию времени не только по дням недели, но и в течение более длительного периода (рис. 7).

**Какое время вы считаете наиболее подходящим для планирования?**

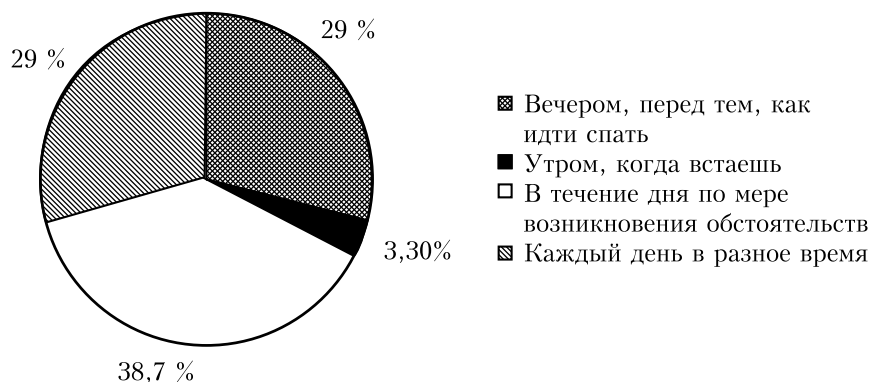


Рис. 7. Распределение ответов респондентов на вопрос о времени планирования



Справедливости ради следует отметить, студенты ФМБК осознают, что умение планировать собственное время поможет им стать более результативными (87,0 %). Одним из важнейших результатов опроса является предложение большинства респондентов (84,2 %) включить дисциплину «Тайм-менеджмент» в учебный план их специальности в качестве факультатива (58,1 %) или обязательной дисциплины (26,1 %). С учетом того что индивид редко объективно оценивает степень своей личной неэффективности (провел хронометраж — ужаснулся — бросил это занятие), такой результат следует признать высоким.

**Заключение.** Результаты проведенного исследования показали, понятие тайм-менеджмента у многих студентов ФМБК на слуху, но не все знают, что это такое, и лишь единицы владеют навыками эффективного управления временем. Неумение правильно распоряжаться временем приводит к негативным последствиям, сказываясь не только на учебе, но и на здоровье в целом. Нехватка времени на решение всех учебных вопросов ведет к стрессу, недосыпанию и т. п., что снижает результативность учебной деятельности, усугубляя физические и психологические недомогания. Следует отметить, что опрос не выявил значительных гендерных различий — реакция представителей разных полов на вопросы об учебной нагрузке, факторах, мешающих планировать свое время, прокрастинации и другие чаще всего совпадала. Основные различия были обнаружены у респондентов, обучающихся на разных курсах. Студенты младших курсов еще не владеют навыками эффективного управления временем и потому не справляются с учебной нагрузкой, а студенты старших курсов, особенно те, кто подрабатывает, усугубляют ситуацию, так как не умеют сочетать учебу и работу. Однако основная причина не только в их неумении правильно организовать свое время, но и в жестком требовании работодателя находиться на рабочем месте в соответствии с графиком работы компании, часто в те часы, когда идут учебные занятия.

Признание актуальности тайм-менеджмента студентами ФМБК как одного из ведущих факультетов нашего университета несомненно, ибо оно следует за осознанием, что временем можно и нужно управлять, чтобы улучшить свою повседневную и академическую жизнь. О намерении респондентов выстроить стратегию жизненного успеха пока говорить не приходится. Оно придет с усвоением всего массива знаний об эффективном планировании времени и формированием соответствующих компетенций.

Внедрение учебной дисциплины «Тайм-менеджмент» в учебный процесс нашего университета — актуальная необходимость. Прежде всего, она носит практико-ориентированный характер. Ее задача в том, чтобы ознакомить студентов с основными целями, методами и инструментами планирования времени и сформировать у них компетенции рационального его использования и эффективной организации деятельности. Как показывают многочисленные учебные пособия, например [2], ее содержание составляют темы, которые условно можно разделить на два блока. Первый блок включает темы целеполагания, планирования, учета личного времени, оптимизации его расходов, технологий достижения результатов и др. Второй блок включает темы, связанные с будущей профессиональной деятельностью студента — темы корпоративного тайм-менеджмента, корпоративных ТМ-стандартов, технологий планирования профессиональных задач и стратегий планирования карьеры. В рамках данного курса практические занятия строятся на выполнении заданий, связанных с планированием и оптимизацией времени и рефлексией жизненных целей. Данные задания должны обеспечить формирование у студентов способности к самоорганизации: через владение знаниями и навыками целеполагания, планирования и инструментов тайм-менеджмента уметь оценивать свои реальные резервы времени и рационально их использовать. Думается,

внедрение учебной дисциплины «Тайм-менеджмент» в учебный процесс будет способствовать созданию новых методов организации учебной деятельности, повышению результативности практико-ориентированной профессиональной подготовки специалистов, соответствия результатов их подготовки запросам рынка и современного общества.

### Литература и электронные публикации в Интернете

1. *Lay, C. H.* Trait Procrastination, Time Management, and Academic Behavior [Electronic resource] / C. H. Lay, H. C. Schouwenburg // Journal of Social Behavior and Personality. — 1993. — N 8 (4). — P. 647–662. — Mode of access: [www.researchgate.net/publication/209836122\\_Trait\\_procrastination\\_time\\_management\\_and\\_academic\\_behavior](http://www.researchgate.net/publication/209836122_Trait_procrastination_time_management_and_academic_behavior). — Date of access: 25.05.2023.

2. Тайм-менеджмент. Полный курс [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Г. А. Архангельский [и др.] ; под ред. Г. А. Архангельского. — М. : Альпина Паблишер, 2016. — 311 с. — Режим доступа: [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=269985](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=269985). — Дата доступа: 12.05.2023.

3. *Архангельский, Г. А.* Тайм-менеджмент в вузе: социальный заказ, исследование потребности, методика внедрения [Электронный ресурс] / Г. А. Архангельский, А. В. Матрунич. — 2002. — Режим доступа: <http://www.improvement.ru/bibliot/tmvuz/>. — Дата доступа: 12.05.2023.

*Arhangel'skij, G. A.* Tajm-menedzhment v vuze: social'nyj zakaz, issledovanie potrebnosti, metodika vnedrenija [Time management at university: social order, research of needs, methodology of implementation] [Elektronnyj resurs] / G. A. Arhangel'skij, A. V. Matrunic. — 2002. — Rezhim dostupa: <http://www.improvement.ru/bibliot/tmvuz/>. — Data dostupa: 12.05.2023.

4. Тайм-менеджмент как основа успешного обучения в учреждении высшего образования (информационные материалы для студентов). — Минск: БГУИР, 2015. — 37 с.

5. *Василюк, О. А.* Изучение отношения и готовности студентов университета к личному тайм-менеджменту / О. А. Василюк // Содружество наук. Барановичи-2017 : материалы XIII Междунар. науч.-практ. конф. молодых исследователей, Барановичи, 18 мая 2017 г. : в 3-х ч. / Баранович. гос. ун-т ; редкол.: В. В. Климук (гл. ред.) [и др.]. — Барановичи, 2017. — Ч. 2. — С. 139–140.

*Vasiljuk, O. A.* Izuchenie otnoshenija i gotovnosti studentov universiteta k lichnomu tajm-menedzhmentu [Studying of the attitude and readiness of university students for personal time management] / O. A. Vasiljuk // Sodrzhestvo nauk. Baranovich-2017 : materialy XIII Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. molodyh issledovatelej, Baranovich, 18 maja 2017 g. : v 3-h ch. / Baranovich. gos. un-t ; redkol.: V. V. Klimuk (gl. red.) [i dr.]. — Baranovich, 2017. — Ch. 2. — P. 139–140.

6. Тайм-менеджмент: Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальности 1-08 80 02 Теория и методика обучения и воспитания [Электронный ресурс] // Репозиторий БГПУ. — 2019. — Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/46642>. — Дата доступа: 12.05.2023.

7. Типовые учебные планы специальностей [Электронный ресурс] / Учебно-методическое объединение по экономическому образованию // БГЭУ. — Режим доступа: <http://umo.bseu.by/uchplan.htm>. — Дата доступа: 12.05.2023.

8. *Козловский, С. В.* Корпоративный тайм-менеджмент: личность, свобода, ответственность [Электронный ресурс] / С. В. Козловский // Интервью для интернет-проекта «Организация времени». — 2002. — Режим доступа: <http://www.improvement.ru/bibliot/kozlovsky/>. — Дата доступа: 20.04.2023.

*Kozlovskij, S. V.* Korporativnyj tajm-menedzhment: lichnost', svoboda, otvetstvennost' [Corporate time management: personality, freedom, responsibility] [Elektronnyj resurs] / S. V. Kozlovskij // Interv'ju dlja internet-proekta «Organizacija vremeni». — 2002. — Rezhim dostupa: <http://www.improvement.ru/bibliot/kozlovsky/>. — Data dostupa: 20.04.2023.

9. *Adams, R. V.* Impact of Time Management Behaviors on Undergraduate Engineering Students' Performance [Electronic resource] / R. V. Adams, E. Blair // SAGE Open. January-March, 2019. — P. 1–11. — Mode of access: <https://doi.org/10.1177/2158244018824506>. — Date of access: 29.04.2022.

---

---

**VALENTINA SIMKHOVICH**

---

**DO STUDENTS OF ECONOMIC UNIVERSITY  
NEED TIME MANAGEMENT?**

---

**Author affiliation.** *Valentina SIMKHOVICH* (simkhovich\_V@mail.ru), *Belarus State Economic University (Minsk, Belarus).*

**Abstract.** The necessity to include the subject «Time Management» in the curricula of economic specialties is given grounds for, which are the results of a sociological study conducted at the School of International Business Communications (SIBC). They confirm that most students of the school are in dire need of personal time management, as they do not possess the skills to effectively manage time due to ignorance of the rules of time management, addiction to modern gadgets, lack of motivation for planning, need to combine study and work, etc. The students' inability to properly manage time has entailed negative consequences, in particular, procrastination, lower academic performance, and trouble with health. The desire of the SIBC students to learn effective time management in order to improve their daily and academic life is conscious in nature and needs practical support. If the subject «Time Management» is introduced in the educational process, it can contribute to the new methods of arranging didactic activities, increased effectiveness of practice-oriented professional training of specialists, and results of training that meet the demands of society and the market.

**Keywords:** time management; effective time management; academic load; lack of ability to arrange time; shortage of time; procrastination; motivation to plan time.

UDC 378.147

---

*Статья поступила  
в редакцию 19. 06. 2023 г.*

---

**И. В. ЛАШУК, Е. В. КАРГАПОЛОВА,  
М. Г. ИГНАТОВА, А. А. ХОДЬКО**

---

**ВЛИЯНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ  
НА ЭКОНОМИЧЕСКОЕ ПОВЕДЕНИЕ  
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ В УСЛОВИЯХ ЛОКДАУНА**

---

---

Новая коронавирусная инфекция 2019 г. оказала беспрецедентное воздействие на различные области человеческой жизнедеятельности, в том числе на экономиче-

---

*Ирина Валерьевна ЛАШУК* (lashuk1974@gmail.com), кандидат социологических наук, зав. кафедрой экономической социологии и предпринимательской деятельности Белорусского государственного экономического университета (г. Минск, Беларусь);

*Екатерина Владимировна КАРГАПОЛОВА* (k474671@list.ru), доктор социологических наук, профессор кафедры политологии и социологии Российского экономического университета им. Г. В. Плеханова (г. Москва, Россия);

*Маргарита Геннадьевна ИГНАТОВА* (tign57@mail.ru), магистрант Белорусского государственного экономического университета (г. Минск, Беларусь);

*Анастасия Алексеевна ХОДЬКО* (kpp@bseu.by), магистрант Белорусского государственного экономического университета (г. Минск, Беларусь).

---