

**Соловьёв Сергей Серафимович**

канд. пед. наук, доцент, профессор,  
действительный член (академик) и вице-президент  
Международной общественной академии  
Экологической Безопасности и Природопользования  
ФГБОУ ВО «Российский государственный  
аграрный университет – МСХА им. К.А. Тимирязева»  
г. Москва

DOI 10.21661/r-463918

## **ПРОБЛЕМЫ ОПТИМИЗАЦИИ И РАЦИОНАЛИЗАЦИИ ВРЕМЕНИ У СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ (НА МАТЕРИАЛЕ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ)**

*Аннотация:* в статье рассматриваются результаты социологического исследования (констатирующий и преобразующий эксперименты), а также пути оптимизации и рационализации времени у современных студентов вузов.

*Ключевые слова:* студенты вузов, понятие «оптимизация», понятие «рационализация», анкетирование студентов, интервьюирование, социометрия, включенное наблюдение.

В век научно-технического прогресса, в условиях создания все более сложных, заменяющих человека... технических устройств, технологий и многофункциональных полисистем, при которых человеку отводится роль – контролера, наладчика, программиста и оценщика работы научно-технических комплексов, все более возрастает роль и значение, таких вопросов, как улучшение качества жизни, долголетия, занятия спортом, соблюдение принципов здорового образа жизни (ЗОЖ) [1–4; 11–13], искоренение вредных привычек (алкоголизма, табакокурения, употребление наркотиков) [12], своевременное оказание медицинской помощи (даже в трудно доступных районах), нашей огромной страны, проведение интересного и содержательного досуга, оптимальное сочетание в про-

цессе трудовой деятельности работников (различных сфер) режимов труда и отдыха, а также эффективное использование свободного времени, – досуга, хобби, мир увлечений человека...

За более чем 25-летний опыт работы (преподавания в государственных и частных вузах) со студентами вузов, я пришел к заключению, что у многих студентов возникают различные проблемы в области рационализации и оптимизации своего «рабочего» дня, чтобы успевать решать многочисленные, злободневные, плановые и возникающие, иногда спонтанно различные по своей сложности вопросы. К ним относятся следующие проблемы:

– затраты времени (в течение дня, недели, месяца, квартала, полугодия, учебного года в целом) на обучение в вузе, выполнение различных видов домашних работ по учебным предметам, а также подготовка к сессии, сдача зачетов, экзаменов и т. п.;

– затраты времени (количество часов в течение дня, недели, месяца, года) для возможной подработки с целью получения определенного вознаграждения за свой труд, так как невозможно прожить на мизерную стипендию!!!, которую может позволить выплачивать государство...;

– затраты времени (количество часов в день, за неделю, месяц, квартал, полугодие, за год) для встреч с друзьями (походы в кино, театры, парки, скверы, на дискотеку, в кафе, в другие зрелищные места, организация походов и пикников и т. п.);

– затраты времени (в день, неделю, месяц, квартал, полугодие, год) для использования своего личного времени на самообразование (чтение книг, обучение на вебинарах, участие в студенческих конференциях и прочее);

– затраты времени (в неделю, месяц, квартал, полугодие, год) для встреч с родственниками (родителями, дедушками, бабушками, а также и дальними родственниками);

– затраты времени на ежедневную зарядку, плановые занятия спортом в избранной тематике, соблюдение принципов в области поддержания ЗОЖ;

– затраты времени на покупку продуктов (правильное, сбалансированное питание), одежду, обувь и т. п.

Исследование, проводилось в 2015–2017 годах среди учащейся молодежи (студентов) Москвы. Социологическое исследование проводилось в 2015–2017 гг. под руководством профессора Тимирязевской Академии (РГАУ – МСХА имени К.А. Тимирязева С.С. Соловьёва. В нем приняли участие 1 850 студентов московских вузов: Московский социально-экономический институт (МСЭИ); Московский институт предпринимательства при Правительстве г. Москвы; Московский институт экономики, менеджмента и права (МИЭМП); РГАУ – МСХА имени К.А. Тимирязева (РГАУ – МСХА); Московский экономико-социальный институт (МЭСИ); НГУ – новый гуманитарный университет Натальи Нестеровой (НГУ); Московский институт индустрии туризма им. Ю.А. Сенкевича; Московский институт предпринимательства, менеджмента и права; Международный Независимый Эколого-Политологический Университет (МНЭПУ) и др., обучающиеся на дневном и вечернем (и заочном отделениях), возрастной состав: 19–26 лет; половой состав: 48% – студенты мужского пола и 52% – женского. В основном был использован метод – анкетирования, а также, включенное наблюдение, интервьюирование, социометрия и т. п. По нашим данным большую активность в социологическом исследовании, проявили – девушки. Полученные результаты исследования публикуются впервые. По поводу наиболее оптимального и рационального использования своего времени студентами. Социологическое исследование проходило в два взаимосвязанных, научно обоснованных и логически продуманных этапа: 1) констатирующий эксперимент; 2) преобразующий эксперимент. С непосредственной базой для проведения социологического исследования.

*Первый этап социологического исследования* заключался в проведении констатирующего эксперимента в процессе анкетирования, интервьюирования, бесед, включенного наблюдения, проведение конкурсов и творческих работ на

темы: «Мой день», «Моя неделя», «Мой месяц», «Время – деньги», «Оптимизация и рационализация обучения» и т. п. с целью уточнить и конкретизировать состояние данной проблемы в студенческой среде.

Результаты первого этапа показали, что студенты вкладывают различный смысл при содержательном раскрытии терминов: «*время*», «*оптимизация*» и «*рационализация*». Констатирующий срез эксперимента показал, что 93% опрошенной студенческой молодежи ведет, достаточно хаотичный образ жизни и очень редко планируют, что-либо заранее, поддаются в основном, сиюминутным потребностям, некоторому хаосу – текучке и другим, нежелательным пристрастиям (например, игромания, пустое времяпровождение, «пустые» разговоры о лучшей жизни при полном нежелании и отсутствии четкого плана действий) и т. п.

Общаясь неформально со студентами в группах, где я работал еще и куратором, а также проведение полномасштабных социологических исследований, с выборкой и генеральной совокупностью респондентов, позволило выявить – наиболее важные вопросы, проблемы нехватки времени, т.е. постоянный, так называемый, – цейтнот [6–9; 14]...

Вопрос анкеты был таким: «Что такое время? Какие виды временных затрат, вам, известны?» На вопрос ответили – 83% респондентов. Их ответы распределились следующим образом:

- только 18% респондентов смогли более или менее – «внятно» и четко ответить на предложенный вопрос;
- 57% респондентов не дали точного определения термину – «время», но при этом привели примеры, временных затрат из своей жизнедеятельности;
- 8% респондентов ответили – не правильно;
- 17% – «затруднились ответить».

Наверное, многие в детстве слышали сказку..., «О потерянном времени», так и некоторые, современные студенты..., очень часто, жалеют о потерянном, бездарно и напрасно, растраниженном времени!!! Кое-какие «остряки» иногда

мне даже хвастались, что занимаются, – бездельем... По примеру, солдат спит, – время службы, идет (убывает) к дембелю! (т. е. возвращению из армии).

Кстати, «потерянное время» можно было бы эффективно использовать для достижения, каких-то благородных целей, – так, считают 32% (от общего количества опрошенных на 1 этапе) – сами, опрошенные молодые люди (например, на учебу в области – «тайм-менеджмента», получение второго высшего образования, усовершенствования своей языковой подготовки (иностранный язык, либо нескольких языков), участие в вебинарах по бизнесу, связанному в последствии с базовым образованием, действенная помощь родителям (в том числе родственникам) и т. п.

Были проведены конкурсы среди студентов на тему: «Мой день»; «Моя неделя»; «Мой месяц» и т. п., которые позволяли выявить самим участникам, свои наиболее слабые места, пробелы и временной вакуум... для детального анализа (использовался социометрический метод исследования), сложившейся ситуации и выработке рекомендаций по оптимизации и рационализации своего времени. Студенты заслушивали сообщения своих сокурсников и задавали много вопросов, иногда, ставящих в тупик спикеров... Такие обсуждения безусловно приносили пользу всем и выступающим и участникам обсуждения конкурсных работ..., чтобы понять, как действовать в дальнейшем и исправить положение дел в лучшую – оптимально-рациональную сторону, когда, времени на все и всегда, – хватало!!!

Для того, чтобы постоянно контролировать ситуацию, умные люди заполняют еженедельники, изучают азы, сетевого планирования, маркетинга и менеджмента, чтобы в конце концов добиться успехов в учебе, бизнесе, любви и т. п. с наименьшими, т. е. оптимальными временными затратами...и наиболее рационально!!!

В современных условиях проявляется жесткая конкуренция и отбор людей по определенным критериям для учебы в вузе, занятиях бизнесом, в любовной, спортивной и других сферах жизнедеятельности современных студентов. К таким критериям, безусловно, относятся следующие: насколько человек учитывает

временные показатели (своевременно сдает преподавателю, например, курсовые, практические, лабораторные, расчетно-графические, творческие работы, как осуществляется производственная практика, стажировки и т. п.); насколько он пунктуален; как он оптимизирует свое рабочее (учебное) место дома (или в общежитии), – эргономичность; рационально ли используется инструмент, техника, технологические процессы и т. п.; ценит ли человек свое и чужое – свободное и рабочее (учебное) время и т. д.

На вопрос анкеты, что понимается под термином «*оптимизация времени*»? Ответили 87% респондентов. Их мнения разделились следующим образом: наиболее полно охарактеризовали этот термин – 21% респондентов; 43% респондентов охарактеризовали термин не полностью; 23% респондентов – затруднились ответить. После проведения первичного анкетирования среди учащихся ВУЗов и получения, к сожалению, не утешительных результатов, на втором этапе преобразующего эксперимента, нам пришлось в полном объеме дать информацию о понятиях «*оптимизация*» и «*рационализация*» применительно к времени жизнедеятельности студентов (день, неделя, месяц, квартал, полугодие, год).

Мои помощники по социологическому исследованию провели несколько практических занятий-тренингов с группами студентов и научили их, как грамотно осуществить социометрическое исследование по актуальным вопросам... студенческой жизнедеятельности. Получены, на наш взгляд, интересные, содержательные и поучительные результаты.

Нам было интересно узнать, у студентов, знают ли они о сетевом планировании, временных лагах, деревьях цели и способах их достижения в соответствии с временными (установленными) показателями... Как строился их учебный день до констатирующего эксперимента, а затем уже в процессе преобразующего эксперимента?

Полученные данные, в процессе проведения констатирующего эксперимента показали, что у значительного количества респондентов, а, именно, у 65%

регулярно происходило бездумное (внеплановое) расходование времени в течение учебного дня, недели, десяти дней, месяца, квартала, полугодия, года...

18% опрошенных не знали, как лучше с точки зрения оптимально и рационально «построить» свое время в течение дня, недели, месяца, квартала, полугодия, года... Оставшиеся респонденты – затруднились ответить.

Эти данные, свидетельствуют о недостаточной информации в области жизнедеятельности студентов с точки зрения оптимальной и рациональной затрат времени. В связи с этим, на наш взгляд, – необходимо более грамотно и полноценно использовать, возможности информирования студентов об оптимальном распорядке дня, обязательном восьмичасовом сне и других ценных рекомендациях, направленных на оптимизацию и рационализацию времени современных студентов...

Был задан и такой вопрос анкеты: «Какое место в твоей жизни занимает свободное время»? Получены следующие результаты:

- «первостепенное»- 44%;
- «второстепенное» – 22%;
- «не имеет никакого значения» – 27%;
- «затруднились ответить» – 7% респондентов.

Заслуживает внимания, ответы студентов и на такой вопрос: «Что мешает (тормозит!) осуществлению оптимизации и рационализации, имеющегося у студентов времени (в день, неделю, месяц и т. п.)?». На предложенный вопрос ответили 94% респондентов. Их мнения распределились следующим образом:

- 17% респондентов сослались на нехватку соответствующих знаний и опыта в этом деле;
- 46% респондентов отметили «усталость от жизни» (так называемое «выгорание»); недостаточную мотивацию и слабую силу воли;
- 31% респондентов написали о нехватке времени – цейтноте;
- 6% респондентов – «затруднились ответить».

*Второй этап исследования – проведение преобразующего эксперимента.* Перед началом проведения преобразующего эксперимента, – моим помощникам – студентам была дана инструкция, провести с респондентами тренинги и содержательно раскрыть, отмеченные термины: «*время*» (в свободной энциклопедии – Википедии под термином «*время*» понимается – форма протекания физических и психических процессов, условие возможности изменения [9]). Одно из основных понятий *философии* и *физики*, *мера* длительности существования всех объектов, характеристика последовательной смены их состояний в процессах изменения и развития [9], а также одна из координат единого *пространства-времени*, представления о котором развиваются в *теории относительности* [9; 15]), «*оптимизация*» (слово «*оптимизация*» используется в математике, экономике, бизнесе, программировании, как – процесс минимизации расходов [15]). *Оптимизация* – это нахождение наилучшего (из множества возможных) варианта решения задачи при заданных требованиях, ограничениях [15]) и «*рационализация*» (в настоящее время существует множество трактовок термина «*рационализация*», например, в Википедии отмечается, что под этим термином понимается – процесс логического, рассудочного объяснения человеком собственных мыслей, установок, поступков и действий, позволяющий оправдывать и скрывать истинные их мотивы [15]). *Рационализация* (от нем. Rationalisation < лат. ratiōnālis – разумный) с точки зрения охраны труда, – это организация деятельности более рациональными способами, выявление и использование резервов активизации труда при комплексной оценке каждого рабочего места на его соответствие...[15]).

В нашей стране принят закон «Об образовании в Российской Федерации» [1; 2], который вступил в действие – 1 сентября 2013 г. и охватывает практически всё: кто принимает участие в указанной деятельности, в каких вариантах она может производиться... К настоящему времени к данному закону в июле и августе 2017 г. принят целый ряд важных дополнений и поправок...В плане нашей работы в нем отражены вопросы временного характера, а также речь идет об опти-



мизации и рационализации вопросов обучения и воспитания молодежи, связанные в том числе с проблемами, возникающими в области охраны труда преподавателей и студентов...

В случае нашего социологического исследования из всего многообразия трактовок и определений, в качестве рабочих, мы, заимствовали из Википедии следующие характеристики, используемых в работе терминов:

– под «временем» понимается, форма протекания физических и психических процессов, условие возможности изменения. Время характеризуется своей однонаправленностью, одномерностью, временной упорядоченностью (причина всегда предшествует следствию), наличием ряда свойств симметрии [5; 6];

– под «*оптимизацией*» понимается, нахождение наилучшего (из множества возможных) варианта решения задачи при заданных требованиях, ограничениях [15];

– под «*рационализацией*» понимается разумное использование своего (отпущенного) времени за периоды: день; неделя, месяц, квартал, полгода, год (учебный) [15]...

Преобразующий эксперимент, проведенный со студентами, участниками первого этапа эксперимента, – в течение примерно 6-ти месяцев спустя, после констатирующего эксперимента, позволил нам установить разительные перемены в лучшую сторону с позиций осуществления оптимизации и рационализации времени, в жизнедеятельности студентов московских вузов. Например, на вопрос анкеты «Что изменилось в твоей жизни, после прохождения специальных тренингов, вебинаров и путем самообразования в области оптимизации и рационализации времени?»

На предложенный вопрос ответили – 98,7% респондентов. Их мнения разделились следующим образом:

– 71% респондентов, написал, что стало легче жить, работать и учиться;

– 18% респондентов, написали, что уже на практике используют сетевое планирование, оптимизацию и рационализацию времени, что позволяет им успешно сочетать учебу в вузе с работой (подработкой!);

- 9% респондентов, написали, что после обучения в вузе хотели бы связать свою судьбу, с логистикой, нормированием условий труда и охраной труда;
- лишь 1,3% респондентов по-прежнему «затруднились ответить».

*Таким образом, использование в своей повседневной студенческой жизнедеятельности элементов оптимизации и рационализации времени, безусловно, будет способствовать улучшению и комфортности процесса обучения, а также реальной возможности сочетать учебу с работой (подработкой)...*

### **Список литературы**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. от 29.07.2017) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [ZakonObObrazovanii.ru](http://ZakonObObrazovanii.ru).
2. Закон об образовании в Российской Федерации в последней действующей редакции от 10 августа 2017 года.
3. Постановление (проект) Правительства Российской Федерации «Формирование здорового образа жизни» от 07.08.2017 г. №939.
4. Программа по питанию, вскармливанию грудных детей и продовольственной безопасности // Всемирная организация здравоохранения, Европейское региональное бюро. – Копенгаген, 1999. – 56 с.
5. Владимиров Ю.С. Пространство – время: явные и скрытые размерности. – М.: Наука, 1989. – 191 с.
6. Гулидов А.И. Существует ли «стрела времени?» / А.И. Гулидов, Ю.И. Наберухин // Международный словарь по метрологии: основные и общие понятия и соответствующие термины / Пер. с англ. и фр. – 2-е изд., испр. – СПб.: Проффессионал, 2010. – 82 с.
7. Новиков И.Д. Куда течёт река времени? – М.: Молодая гвардия, 1990. – 238 с.
8. Пригожин И. Порядок из Хаоса. Новый диалог человека с природой. – М.: Наука, 1989.
9. Смирнов А.В. Время // Новая философская энциклопедия / Ин-т философии РАН; Нац. обществ.-науч. фонд. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Мысль, 2010.

10. Соколова Г.Н. Экономическая социология. – М.: Экономика, 2005.
11. Стратегия государственной молодёжной политики в Российской Федерации. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 18 декабря 2006 года №1760-р.
12. Соловьёв С.С. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека. Основы безопасности жизнедеятельности 5–11 классов: Методическое пособие. – М.: Дрофа, 2006. – 158 с.
13. Соловьёв С.С. Клубы здорового образа жизни – перспективная форма оздоровления россиян (на примере студентов столичных вузов с учетом результатов социологического исследования) / С.С. Соловьёв, Н.В. Барина // Научное и образовательное пространство: перспективы развития: Материалы VI Межд. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 13 авг. 2017 г.) / редкол.: О.Н. Широков [и др.]. – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2017.
14. Хокинг С. Краткая история времени: от Большого взрыва до чёрных дыр / Пер. с англ. Н.Я. Смородинской. – СПб.: Амфора, 2001. – 268 с.
15. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/>