

Резюмуючи, необхідно зазначити, що для розвитку талант-менеджменту в університетах України, передусім потрібно створити сприятливе творче середовище. Керівництво університетів має підтримувати інновації викладачів, створювати поле для обміну ідеями та командної роботи. Для цього в університеті має бути план дій з підтримки розвитку талентів, прокоментований з викладачами, що збільшить довіру та сформує очікування обох сторін.

Література:

1. Future of Jobs Report 2023. URL: https://www3.weforum.org/docs/WEF_Future_of_Jobs_2023.pdf (дата звернення: 15.10.2023).

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-331-9-62>

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ РОБОЧОГО ЧАСУ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИМИ ПРАЦІВНИКАМИ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Яніцька Л.В.

*кандидат біологічних наук, доцент,
завідувачка кафедри медичної біохімії та молекулярної біології,
Національний медичний університет
імені О. О. Богомольця,
м. Київ, Україна*

Малишевська Г.І.

*кандидат хімічних наук, старший викладач кафедри
медичної біохімії та молекулярної біології,
Національний медичний університет
імені О. О. Богомольця,
м. Київ, Україна*

Постернак Н.О.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
асистент кафедри медичної біохімії та молекулярної біології,
Національний медичний університет
імені О. О. Богомольця,
м. Київ, Україна*

З упровадженням воєнного стану в Україні актуалізувались проблеми пов'язані з організацією та реалізацією функціональних обов'язків науково-педагогічними працівниками (НПП), що пов'язано з частими обстрілами, їх наслідками та стресом. Останнім часом серед наслідків дефіциту часу, пов'язаних з війною, можемо назвати: поспіх

у виконанні справ, доопрацювання поточних завдань у вільний час, збільшений обсяг поточних справ, часто – термінових, виконання яких вимагає значного часу; хвилювання та емоційна нестійкість під час повітряних тривог; втома та стрес після нічних обстрілів. За таких наслідків опосередкований вплив на ефективне планування робочого та особистого часу мають «поглиначі часу» та спровокована умовами війни терміновість виконання поточних завдань науково-педагогічними працівниками [3].

В контексті зазначеного, звичайно, тайм-менеджмент виступає необхідним засобом для вирішення ефективності використання робочого часу НПП.

З метою дослідження та виявлення рівня ефективного використання робочого часу НПП в умовах воєнного стану було застосовано анонімне тестування за С. Гусейновим «Визначення ефективності використання робочого часу». Результати тестування наведено на рис. 1.

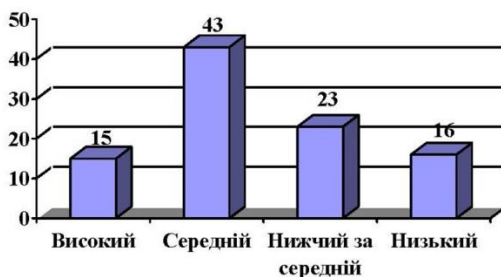


Рис. 1. Динаміка рівнів ефективності використання робочого часу (за С. Гусейновим)

Аналіз узагальнених результатів дозволяє констатувати високий рівень ефективності використання робочого часу у 15% учасників, середній рівень ефективності зафіксовано у 43% респондентів, у 23% опитаних учасників визначено рівень ефективності робочого часу нижчий за середній, та низький рівень ефективності робочого часу констатовано у 16% респондентів. Дуже низький рівень ефективності використання часу у дослідженні не виявлено.

Охарактеризуємо кожен з визначених груп. Високий рівень ефективності використання часу (15%) свідчить про те, що такі НПП вміють ефективно керувати своїм часом та тримати будь-яку ситуацію під контролем.

Група учасників, які відповідають середньому рівню ефективності використання часу (43%) можуть керувати своїм часом, проте їм варто застосовувати методи тайм-менеджменту щодо заощадження часу.

Науково-педагогічні працівники у яких виявлено рівень ефективності нижчий за середній (23%) піддаються впливу обставин. Це означає, що учасники зазначеної групи підлягають емоційному впливу від наслідків воєнних подій та їх наслідків, проте можемо зазначити, що звернення респондентів до методик тайм-менеджменту позитивно вплине не лише на ефективність організації робочого часу, а й сприятиме емоційній стабільності.

Низький рівень ефективності використання часу (16%) визначено в групі респондентів, які характеризується втратою контролю над ситуацією. Припускаємо, що така особливість може бути пов'язана з надмірним емоційним стресом від наслідків військових подій та їх наслідків, тому учасникам цієї категорії може бути рекомендовано спочатку подолання емоційного стресу, а лише потім застосовувати техніки ефективного використання часу.

Узагальнення результатів дослідження свідчить про те, що переважна більшість співробітників мають середній рівень ефективності використання робочого часу. Нагадаємо, що у такому випадку рекомендовано застосовувати методи тайм-менеджменту щодо заощадження часу. Серед них можуть стати ефективними методи «90 на 30» та «52 на 17». Сутність першого методу полягає у необхідності виділення 90 хвилин для роботи й 30 хвилин для відпочинку. Вченими доведено, що мозок людини може бути зосередженим упродовж 90 хвилин, далі він відволікається на дрібниці й ефективність роботи знижується. Тому, під час відпочинку (30 хвилин) мозок розвантажується і налаштовується на наступну ефективну роботу. Другий метод аналогічний до першого, проте часовий період для ефективної роботи складає 52 хвилини, відпочинку – 17 хвилин [2]. Цей метод буде ефективним для осіб, яким складно зберігати увагу тривалий час. Особливістю методу «52 на 17» є визначення пріоритетності завдань.

Вибір методів тайм-менеджменту суто індивідуальний і залежить від хронопиту особистості [1]. Учені довели, що існують декілька хронотипів: «жайворонок» (активний вранці); «голуб» (активний вдень); «сова» (активний ввечері) [2]. «Люди-жайворонки» мають два періоди розумової активності з 8.00 до 13.00 години, та з 16.00 до 18.00 години. Для категорії «людина-голуб» розумова активність визначається в період з 10 до 17 години. Категорія «люди-сови» виявляють розумову активність з 13.00 до 14.00 години, з 18.00 до 20.00, та з 23.00 до 01.00 години [4]. Можемо зазначити, що розуміння власного хронотипу стане необхідним у виборі ефективного методу тайм-менеджменту з метою оптимізації власного робочого часу в умовах воєнного стану.

В результаті здійсненого дослідження можемо констатувати, що в умовах воєнного стану переважна більшість науково-педагогічних

працівників мають середній рівень ефективності використання робочого часу. Для зазначеної категорії НПП рекомендовано використання методів тайм-менеджменту, які заощаджують час. Такі методи не є універсальними, а потребують врахування хронотипу людини, оскільки розумова активність виявляється у різні періоди часу. Тому, врахування власного хронотипу при виборі методів та технік тайм-менеджменту дозволить ефективно використовувати свої можливості й сприятиме ефективному розподілу робочого часу науково-педагогічних працівників у період воєнного часу: розставити пріоритети; досягти запланованих результатів; скоротити кількість виконуваних завдань за рахунок розподілу робочого часу відповідно до хронотипу; підвищити ефективність роботи і особистого життя.

Література:

1. Медична біологія / за редакцією В. П. Пішака, Ю. І. Бажори. Вінниця : Нова книга, 2017. С. 435.
2. Тимченко Г. М. Хронобіологічний парспорт як засіб оптимізації режиму дня студентів класичного університету. *Біологічні науки. Scientific Journal «ScienceRise»*. 2014. № 4/1(4). С. 27–32. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis
3. Яніцька Л. В., Малишевська Г. І., Постернак Н. О., Прадій Т. П. Особливості планування робочого часу науково-педагогічних працівників у період воєнного стану. *Матеріали ІХ Міжнародна науково-практична конференція «EUROPEAN SCIENTIFIC CONGRESS»* 2–4.10.2023 року. Мадрид, Іспанія. С. 237–242
4. Gui D, Xu S, Zhu S, Fang Z, Spaeth AM, Xin Y, Feng T, Rao H. Resting spontaneous activity in the default mode network predicts performance decline during prolonged attention workload. *Neuroimage*. 2015 Oct 15;120:323–330. doi: 10.1016/j.neuroimage.2015.07.030. Epub 2015 Jul 18. PMID: 26196666; PMCID: PMC4589485.