

ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ В СЕМЬЕ

Гаврилова А.Н. Email: GavriloVA693@scientifictext.ru

Гаврилова Алевтина Николаевна - магистрант,
кафедра педагогики,
Иркутский государственный университет, г. Иркутск

Аннотация: в данной работе рассматривается понятие тайм-менеджмент в семье. На основе использования этого инструмента в повседневной жизни понятие тайм-менеджмент внедряется в быт семьи для большей эффективности воспитательного процесса. На примере таблицы схематично показан пример как использовать тайм-менеджмент в семье. Описано, как можно расширять или убирать разные области воспитательных задач в семье. Описаны преимущества использования тайм-менеджмента в рамках воспитательного процесса.

Ключевые слова: тайм-менеджмент, планирование, время, семья, родитель, ребенок, воспитательный процесс.

TIME-MANAGEMENT IN THE FAMILY

GavriloVA A.N.

GavriloVA Alevtina Nikolaevna - Master Student,
DEPARTMENT OF EDUCATION,
IRKUTSK STATE UNIVERSITY, IRKUTSK

Abstract: this paper discusses the concept of time-management in the family. Based on the use of this tool in everyday life, the concept of time-management is introduced into the family life for greater efficiency of the educational process. The example table schematically shows an example of how to use time-management in a family. It describes how you can expand or remove different areas of educational tasks in the family. The advantages of using time management in the educational process are described.

Keywords: time-management, planning, time, family, parent, child, educational process.

УДК 37.012.3

Время - это ограниченный ресурс, который невозможно вернуть. При сегодняшнем темпе жизни его эффективное использование особо актуально. Ценность времени порой становится выше, чем ценность финансового вознаграждения. Люди стали применять специальные приемы и методы, которые имеют общее название «тайм-менеджмент». Если дословно перевести это понятие с английского языка, мы получим понятие «управление временем» [4]. Тайм—менеджмент включает в себя различные приемы, которые дают человеку значительное сокращение времени. Тайм-менеджмент состоит из нескольких составных частей: строгий учёт времени; оптимизация временных ресурсов; планирование дня (недели, месяца или другого отрезка времени); организация мотивации. При этом, понятие тайм—менеджмент достаточно широко используется в разных сферах деятельности. Очевидно, этот инструмент используют для большей эффективности в работе. Вторая половина XX века систематизировала науку по тайм—менеджменту. Достаточно много работ и основ успешно реализуются в настоящее время. Одним из самых известных отечественных специалистов, которые занимаются научными разработками в данной области, является Глеб Архангельский [1]. Более того, римский философ Луций Анней Сенека предлагал вести учёт своего времени в письменном виде и после этого разделять все потраченное время на хорошее, плохое и бесполезное. Он утверждал, что проживая определенный период времени, его необходимо оценивать с точки зрения наполненности [5]. Исходя из этого мы решили рассмотреть понятие тайм—менеджмент в более широком пространстве. Эта статья попытка внедрить использование тайм—менеджмента в семье.

На наш взгляд под понятие тайм—менеджмент в семье очень хорошо подходит следующее определение — планирование семейных и личных ресурсов времени для повышения качественного развития каждого члена семьи. Не случайно мы поставили в определении слово «семейные ресурсы» перед «личным ресурсом». Это связано с желанием поставить на первое место именно семейные дела, учитывая то, что родитель в силу своего опыта уже владеет знаниями и умениями по личному тайм-менеджменту.

Современный родитель сталкивается с одной из существенных проблем в воспитании детей — это нехватка времени. Учитывая, что родители большое количество времени тратят на рабочем месте, в дополнение ко времени на необходимые нужды социального быта, остается небольшой фрагмент времени на совместное времяпрепровождение с ребенком. Конечно, нельзя не учитывать тот факт, что находясь в одной семье так или иначе воспитание происходит [2]. Также отметим, зачастую в семье под

воспитательным процессом родитель ограничивает общение с ребенком и перевод этого общения в форму контроля. Это ярко выражается вопросами родителя, направленными к ребенку, где родитель уточняет и проверяет действия ребенка, связанные с выполнением домашнего задания, выполнением необходимых функций (домашнее задание, принятие пищи). Также к этому родитель часто прибегает к директивным установкам, которые направлены на контроль ребенка, где родитель чаще занимает позицию в которой на ребенка направлен ряд запрещающих действий: не смотреть видео, не играть в телефоне и прочее.

С одной стороны может показаться странным, что в семейную жизнь мы предлагаем ввести тайм-менеджмент. Ведь если говорить о воспитании ребенка нельзя не вспомнить слова Симона Соловейчика, что: «Воспитание детей — старейшее из человеческих дел, оно ни на один день не моложе человечества» [3]. Соответственно мы попадаем в ситуацию, где о таком на первый взгляд простом понятии мы пытаемся ввести понятие и работу тайм-менеджмент. Мы призываем ввести этот инструмент для уравнивания личного времени и семейного времени в рамках семьи. Важным является то, что вопрос о воспитании ребенка будет рассматриваться как важный процесс в жизни семьи. Часто современный родитель, выполняя все бытовые вопросы, не обращает внимания на то, что не провел с ребенком качественно время. При этом у родителя есть желание совершать эти действия. С одной стороны есть состояние усталости, когда каждый член семьи хочет какой-то разрядки. Выражается это различными действиями: желание родителя провести какое-то количество времени проведя его в социальных сетях, или за просмотром телевизора, послушать музыку, посидеть в тишине у каждого все индивидуально. Ребенок соответственно заполняет свое личное время делами, которые представляют для него интерес. Бесспорно, на первый план выходят игры в телефоне или просмотр видеороликов. После такой «перезагрузки» день начинает подходить к своему логическому завершению. С одной стороны все члены были рядом и воспитательный процесс происходил. Потому что родитель самым фактом бесконечной заботы о своем ребенке уже занимается его воспитание. С другой стороны — день закончился, а семья не продвинулась вперед, не заложила какие-то новые навыки или не закрепила эти навыки. Не произошел целенаправленный процесс воспитания. Исходя из этого необходимость логически построить семейный быт становится актуальным вопросом. Некоторые семьи так или иначе используют какие-либо части тайм-менеджмента в повседневной жизни. Кто-то придерживается временных рамок, в таких семьях, как правило, схема уже отработана годами, и каждый член семьи наполняет свой день исходя из установившихся правил. Но не стоит забывать, есть семьи в которых ребенок не всегда делает уроки в положенное время. Под положенным временем мы предполагаем время, которое в наибольшей степени подходит под это занятие. Ведь так или иначе мы слышаны фразы: «Вчера делали уроки до ночи». Исходя из этого смело можно предположить, что на качественный воспитательный процесс остается очень мало сил и времени. На наш взгляд представленная информация будет полезна любой семье: тем, кто только в начале пути и более продвинутым, кто уже неплохо планирует семейное время. Для начала родителям необходимо создать собственный план воспитания и развития детей. Родителям стоит подумать что интересно для семьи, в чем хочется развиваться. Поразмыслив над этим можно составить небольшой план, в нем родитель определяет фактические действия, которые будут совершаться. К примеру: обязательное совместное чтение; утренняя зарядка; приготовление еды; уборка; прогулки. Исходя из возраста детей и количества членов семьи можно начинать строить модель/схему выполнения этих действий. Важно отметить, что уже на этом этапе родитель смело к этой работе может подключать ребенка. Ведь это общая семейная система контроля времени. Для грамотной и плодотворной работы обязательно нужно учитывать следующие факторы: прописать цели, задачи и распределение времени. Поскольку мы находимся в самом начале пути предлагаем остановиться на фиксации распределения времени с минимальным выполнением ежедневных желаемых дел, на которое в практике не хватает времени. Предполагается, что впереди долгая совместная деятельность, в которой каждый внесет свою лепту. Каждая семья определяет список дел, которые они составляют «под себя». Советуем обязательно пунктами прописать деятельность, время начала и окончания, график смены деятельности или ответственного члена семьи. Ниже представлена примерная таблица, по которой можно начинать работать. Обращаем внимание, таблица может быть составлена на неделю, на месяц, на квартал, год и более. Все зависит от поставленных целей и на что именно делается упор в воспитании каждой определенной семьи: на желание увеличить совместное качественное времяпровождение; на желание организовать и упростить решение бытовых вопросов; на стремление прочитать большее количество книг или просмотр фильмов с дальнейшим их обсуждением. А может, семья хочет провести годовой марафон по использованию большого проведения совместного время за настольными играми. Концентрация на определенных семейных делах важна, так как она будет хорошей основой для воспитательного процесса.

Таблица 1. Распределение семейного времени

День недели	Чтение книг	Утренняя зарядка	Уборка/Приготовление ужина	Семейное приготовление	Семейное время
-------------	-------------	------------------	----------------------------	------------------------	----------------

				еды	
П	21:00-21:30	06:45:07:00	18:00-19:00		
В	21:00-21:30	06:45:07:00	18:00-19:00		Пазл
С	21:00-21:30	06:45:07:00	18:00-19:00		Пазл
Ч	21:00-21:30	06:45:07:00	18:00-19:00		Пазл
П	21:00-21:30	06:45:07:00	18:00-19:00		
С	21:00-21:30	06:45:07:00		17:00-18:00	
В	21:00-21:30				Монополия

Представленную выше таблицу стоит рассматривать как первый шаг, в котором семья отработывает простые дела. После этого можно подходить к корректировкам таблицы. Более того, таблица может выглядеть абсолютно иначе. Так как на ее формирование важно учитывать возраст ребенка и начало/окончание рабочего времени всех членов семьи. Не секрет, уже существует ряд семейных планингов, они удобны для планирования быта семьи: секции, концерты, праздники, визиты к врачам, походы в гости и прочее. Их функция заключается в напоминании о предстоящих важных делах. Введя в семейный быт тайм-менеджмент, семья ставит акцент на действиях, которые будут направлены на качественное времяпровождение всех членов семьи, которое в свою очередь направленно на воспитательный процесс. Наполнять семейный тайм-менеджмент нужно постепенно, добавляя новые дела. Важно убирать ненужные, те, которые не подошли или стали не интересны и пройдены (к примеру, закончился годовой марафон чтения книг), или вносить корректировки. На примере ситуации, где семья планирует раз в неделю совместно заниматься приготовлением пищи, рассмотрим как этот процесс наполняется воспитанием поэтапно.

1. На семейном голосовании определяют, что это будет, к примеру, пицца с грибами.

3. Далее распределяют функции: кто подбирает рецепт, кто и когда пойдет в магазин за необходимым списком продуктов, кто в завершении будет мыть посуду.

4. Завершением этого процесса является непосредственно приготовление пищи. Конечно, все будут ждать самый важный момент — непосредственно процесс совместного ужина. На наш взгляд, если подходить к этому процессу более серьезно и основательно с одной стороны намного больше даст семейному воспитанию чем ситуация, когда в семье нет четких дел и обязанностей. Или к приготовлению еды не подпускать никого, кроме одного члена семьи. Так как по временным затратам гораздо проще одному родителю решить, что, к примеру, в субботу будет пицца и все этапы полностью сделает один родитель. Более того, на практике в семье этот процесс происходит именно так.

Утреннюю зарядку можно проводить по очереди, каждый раз менять музыкальное сопровождение или напротив, она всегда происходит стандартно. Выбор всегда остается за конкретной семьей. Каждое дело, которое на первый взгляд простое и его можно максимально упростить и сократить временные затраты на него с одной стороны проходит незаметно. А если пытаться встроить его в семейный быт с использованием элементов тайм-менеджмента на наш взгляд в воспитании ребенка будут заложены фундаментальные основы.

Начиная с базовых занятий в семье, которые кажется происходят сами по себе и на них не нужно тратить такого внимания, можно нанизывать большее количество дел. Занимаясь тайм-менеджментом, родитель развивает свои собственные в том числе и у ребенка навыки планирования, оптимизации, управления жизненной энергией.

Список литературы / References

1. *Архангельский Г.* Организация времени: от личной эффективности к развитию фирмы. М.: АиСТ-М, 2008. 455 с.
2. *Максимов А.* Как не стать врагом своему ребенку. СПб.: Питер, 2015. 244 с.
3. *Соловейчик С.* Педагогика для всех. М.: Первое сентября, 2001. С. 16.
4. Тайм-менеджмент как средство совершенствования менеджмента качества в организации. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42928166/> (дата обращения: 30.07.2020).
5. Тайм-менеджмент – 7 главных принципов по управлению временем. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://hiterbober.ru/psychology-of-success/tajm-menedzhment-upravlenie-vremenem.html/> (дата обращения: 25.05.2020).