
М.С. Денисова, Д.В. Бушина, А.В. Пашкевич
(Москва)

КУДА УХОДИТ ВРЕМЯ? МЕТОДИКА ОБОБЩЕННОЙ СОЦИОЛОГИЧЕСКОЙ ОЦЕНКИ РЕСУРСА ВРЕМЕНИ СОВРЕМЕННОГО ГОРОЖАНИНА¹

Статья посвящена разработке комплексного подхода к оценке временного ресурса жителей мегаполиса посредством сочетания концепций, учитывающих объективную и субъективную составляющие времени, а также особенности темпа городской жизни. Предложены методики подсчета временных разрывов и определения вовлеченности индивида в практики управления временем, которые представляют собой ключевой критерий при выявлении ценности времени. В дополнение к данным методикам подробно описан процесс разработки и апробирования шкал композитного (сумматорного) типа, позволяющих измерить установку по отношению к латентной переменной «ценность времени». Содержатся также подробные инструкции и конкретные примеры использования предложенных методик.

Ключевые слова: ценность времени, комплексный подход, тренды жизни в мегаполисе, бюджет времени, методика разрывов временного

Мария Сергеевна Денисова – стажер-исследователь Лаборатории экономико-социологических исследований Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики». E-mail: msdenisova_1@edu.hse.ru.

Дарья Владимировна Бушина – студентка бакалавриата социологии Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики». E-mail: dvbushina@edu.hse.ru.

Анна Валерьевна Пашкевич – кандидат социологических наук, доцент факультета социальных наук Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики». E-mail: apashkevich@hse.ru.

¹ Статья подготовлена по итогам социологического исследования «Жизнь в мегаполисе: ценность времени современного человека. Практики управления временем» (2016–2017). Исполнители проекта: Денисова М.С., Бушина Д.В., Пашкевич А.В. Научный руководитель проекта: Пашкевич А.В.

распределения, практики управления временем, подготовка шкал сумматорного типа.

Постановка исследовательской задачи

В настоящее время жизнь современного мегаполиса ассоциируется с постоянными перемещениями, многочисленными связями и взаимодействиями между людьми. Ускоряющийся ритм города, рост информационного потока, возникновение новых обязанностей в связи с расширением социальных ролей индивида – все это превращает время в особый дефицитный ресурс, вынуждая человека бороться за него. Откликом на ускоренный темп городской жизни и усиленную информационную нагрузку стало появление «медленных» движений, таких как *slow cities*, подразумевающее жизнь в маленьком городе и осознанное проживание каждого дня [1], или *slow communication*, пропагандирующее сознательное использование современных технологий и периодический отказ от мобильных устройств [2]. Можно сказать, что возникновение «медленных» концепций служит ответом на издержки быстрого ритма большого города.

Разумеется, ускоренный темп современной городской жизни порой вынуждает людей прибегать к альтернативным способам использования собственного времени, однако далеко не каждый готов на радикальные преобразования своего образа жизни. Возможно, именно поэтому среди населения крупных городов все более популяризируются различные практики по управлению собственным временем, способствующие его оптимальному распределению и формированию баланса между ролевыми обязанностями индивида.

Стоит отметить, что существующие подходы к измерению характера отношения индивида к собственному времени нередко сводятся к анализу бюджетов времени, иногда дополнительно учитываются частота и место выполнения конкретного действия. Зачастую такой подход не позволяет зафиксировать наличие у ин-

дивида различных стратегий использования времени, практик его распределения. В нашем исследовании мы задались вопросом о необходимости разработки обобщенного подхода, учитывающего как объективную, так и субъективную структурные составляющие временного ресурса, для определения *характера отношения современного горожанина к своему времени, формирующегося под воздействием жизни в мегаполисе.*

Теоретико-методологическая рамка исследования

При изучении согласованности биологического и социального времени, ритма жизни индивида и общества исследователи чаще всего фокусировались на отдельных периодах жизни человека и рассчитывали так называемый бюджет жизни. Такой подход подразумевает наличие у отдельного индивида особого стиля управления временным ресурсом на протяжении всей его жизни и основывается на анализе ежедневных временных затрат населения и способе распределения времени в целом [3, с. 75–77]. *Бюджет времени*, соответственно, отражает эти процессы, указывая, какое количество времени индивид затрачивал на различные виды деятельности в течение определенного периода. Первые исследования бюджетов времени были проведены еще в 1920-х гг. в целях выявления изменений в повседневной деятельности рабочих для нахождения возможных механизмов рационализации их труда [4, с. 115–116], т.е. оптимизации и улучшения использования фонда рабочего времени. Сам характер распределения времени учитывался при решении социально-экономических задач, например, при установлении продолжительности трудового дня для служащих [5, с. 219]. Считалось, что бюджет времени есть наглядный индикатор качественных изменений в жизни людей, так как количество времени, использованное на определенный вид деятельности, тесно связано с потребностями индивида, а значит, с его образом жизни и структурой ценностей.

Сбор данных о бюджетах времени первоначально осуществлялся опросным методом, и только в 1950-е гг. широкое распространение получил метод дневника. Ведение дневника участниками исследований, как правило, ограничивалось календарной неделей [4, с. 117], а сами сферы жизнедеятельности традиционно разделялись на 4 категории: фонд времени на домашний труд и ведение домашнего хозяйства, фонд времени на оплачиваемую работу, фонд времени на базовые физиологические потребности (сон, приготовление еды и др.) и фонд времени на свободное время [6, с. 98]. В 1960-е гг. в эмпирических исследованиях стали чаще учитывать дополнительную характеристику использования времени: место осуществления деятельности [4, с. 118]. Постепенное расширение индикаторов для измерения бюджета времени было обусловлено желанием исследователей объяснить, каков характер влияния индустриализации и новых условий городской среды на повседневную жизнь людей.

Однако концепция бюджета времени не учитывает отношение индивида к *качеству* использования собственного времени, указывая лишь на фактическое, калькулируемое распределение часов между различными видами деятельности, не позволяя зафиксировать специфику и стратегии взаимодействия со временем. При этом *практики управления временем* в отличие от простого анализа ежедневных временных затрат учитывают также субъективные оценки используемого времени [7, р. 88–90]. Так, они нацелены на поддержание объективного представления о времени, стараясь при этом изменить временное поведение конкретного индивида. Применение подобных практик становится особенно важным для современного горожанина, вовлеченного во множество социальных групп и сообществ. Так, индивид вынужден прибегать к четкому планированию собственного времени для разграничения исполняемых ролей, частной и публичной сфер жизни [8, р. 40]. Примечательно, что характер управления своим временем может выступать в роли «считываемого» социального маркера или не-

вербального сообщения в коммуникации со внешним миром [9, р. 343]. Так, количество фактически использованного времени и частота выполнения той или иной деятельности может служить конкретным поведенческим индикатором для понимания, какую деятельность индивид ставит выше остальных. Эта мысль теснейшим образом связана с пониманием информационной ценности анкетных вопросов в социологической анкете: вопросы аттитюдные (об убеждениях, размышлениях, суждениях) в их противопоставлении вопросам поведенческим (об особенностях поведения, конкретных поступках)¹. И время, которое фиксируется как *время израсходованное*, иллюстрирует актуальность применения именно поведенческого вопроса в социологическом измерении.

Концепция практик управления временем может быть использована в качестве ключевой категории при определении отношения современного горожанина к собственному времени, поскольку распределение временного ресурса, находящегося в распоряжении индивида, и субъективность оценки своего фонда времени, делают неизбежным планирование времени в целях разграничения социальных ролей и определение своего присутствия в социальном окружении.

Исходя из концепции городского типа личности Г. Зиммеля [10], которая заключается в том, что непрерывная череда событий городской жизни, их интенсификация, приводит к преобладанию у человека прагматичной интеллектуальной деятельности, откуда вытекает всепоглощающая рационализация индивидов, в том числе и в распоряжении временем. Преодоление огромных расстояний из одного конца города в другой, например, ради совершения деловой сделки, требует точности и пунктуальности, так как в другом случае происходит невосполнимая потеря времени, которое служит столь же ценным ресурсом, как и деньги, которые с ощутимой силой

¹ Часто анкетные вопросы, сформулированные как поведенческие, противопоставляются аттитюдным, поскольку дают разную информацию об изучаемом объекте.

охватывают отношения между индивидами. Жизнь как будто становится невыносимой без точного распределения всякой деятельности по времени и ее планирования. Следовательно, мы можем предположить наличие связи между использованием практик управления временем и стремлением горожан к рационализации своего времени. Так, современный житель мегаполиса применяет различные практики по управлению временем в целях его оптимизации, а также повышения уровня собственной *эффективности*, под которой понимается как удовлетворенность распределением собственного времени, так и общая самооценка успешности в жизни.

Попробуем для наглядности предложить метафору – в силу своей дефицитности время представляет собой такой же важный ресурс, как деньги, – и с помощью этой аллегории проиллюстрируем две основные стратегии использования времени. Так, время можно бездумно растрчивать, руководствуясь сиюминутными желаниями, или, напротив, равномерно распределять, ориентируясь на свои долгосрочные цели. С этой точки зрения по отношению к данным альтернативным стратегиям использования времени можно применить предложенную Х.М. Шефриним и Р. Талером бихевиористскую модель жизненного цикла [11], согласно которой индивид *совмещает* в себе два противоположно действующих личностных профиля. Один из них – *Planner*, *планирующий* тип личности, для которого характерны последовательность, организованность и рациональность деятельности. Его противоположность – *Doer* (*действующий* тип личности), которому свойственна спонтанность, импульсивность, порыв и движение, быстрое принятие решений, он руководствуется своими желаниями и потребностями в конкретный момент времени. Так, в зависимости от частоты использования практик управления временем можно отнести индивида к планирующему или действующему типу личности: одна доминанта проявляется с большей вероятностью (регулярностью), другая – с меньшей.

*Исследовательский вопрос: в чем
заключается комплексный подход в оценке
временного ресурса?*

Для определения отношения современного жителя мегаполиса к своему времени, а также способа его использования и характера распределения, необходимо рассмотреть ключевые грани временного ресурса как объектив, которым обладает человек. Таким образом, формируется особый комплексный подход при оценке времени, включающий в себя следующие концепты:

– *бюджет времени*, под которым мы понимаем распределение времени (в часах) между различными видами деятельности в течение дня;

– *практики управления временем*, позволяющие определить опытную вовлеченность жителя большого города в планирование и распределение своего времени в различных сферах жизни посредством использования основным методик тайм-менеджмента;

– *концепция эффективности*, включающая в себя самооценку уровня успешности в трудовой и личной сфере, а также способность распоряжаться своим временем и жизнью в целом;

– *удовлетворенность жизнью в мегаполисе* выступает необходимым компонентом для оценки временного ресурса, так как специфика темпа жизни в большом городе формирует особое отношение ко времени, для которого характерна высокая степень рационализации. Данная переменная является контекстной. Так, учет степени удовлетворенности внешними условиями среды учитывает субъективный фактор согласованности внутреннего ритма индивида с темпом и настроением жизни мегаполиса.

Использование концептов, учитывающих как объективную, так и субъективную стороны фонда времени, служит одним из способов формирования обобщенного подхода к социологической оценке временного ресурса.

Подготовка шкал сумматорного (калгозитного) типа

1 этап: создание набора суждений для измерения латентных переменных

Для измерения двух концептов («эффективность» и «удовлетворенность жизнью в мегаполисе») было принято решение использовать шкалы сумматорного типа. Для этого каждый концепт был представлен через набор индикаторов, определяющих его ключевые аспекты. Так, индикаторы концепта эффективности были сформированы исходя из идеи о связи лидерских качеств человека и умения управлять собственным временем [12; 13]. Предполагается, что эффективность руководителя определяется в первую очередь его способностью распределять время [13]. Также мы приняли решение не ограничивать интерпретацию эффективности через умение управлять временным ресурсом и внесли другие индикаторы, основанные на определении самооценки индивида – сквозь призму общественного мнения и самопредставление [14]. Индикаторы для концепта удовлетворенности жизни были основаны на авторских представлениях о преимуществах и издержках жизни в большом городе.

Для каждого индикатора было сформулировано несколько суждений с различной «окраской» (положительной или отрицательной). В результате для концепта «эффективность» было предложено (сформулировано) 30 суждений (*табл. 1*), для концепта «удовлетворенность жизнью в мегаполисе» – 24 (*табл. 2*).

2 этап: апробация наблюдаемых переменных в ходе пилотажного исследования

Сформулированные суждения были апробированы в ходе первого пилотажного исследования среди 20 жителей Москвы от 18 до 52 лет. Использовалась доступная выборка с широким разбросом биографических характеристик людей: респондентами

стали люди различных профессий и имеющие разный социально-демографический статус, проживающие в разных районах Москвы и ее пригородах. Участникам опроса предлагалось самостоятельно ознакомиться с представленными суждениями (30 и 24) и выразить степень своего согласия с каждым из них по 5-балльной ранговой шкале, где пункт шкалы «-2» означал «совершенно не согласен с суждением», пункт «+2» – «полностью согласен с суждением».

На основе полученных ответов для каждого из 20-ти участников пилотажного исследования была рассчитана итоговая сумма баллов отдельно по каждому концепту – «эффективность» и «удовлетворенность жизнью в мегаполисе». Алгоритм расчета предполагал следующую последовательность шагов.

1. Суждения, имеющие отрицательную окраску по отношению к измеряемому концепту, *перекодируются для однонаправленности измерения* (-2 в +2, -1 в +1, 0 в 0, +1 в -1, +2 в -2). Так, перекодированию подверглись суждения из концепции «эффективность» № 1, 2, 8, 9, 14, 17, 21–27, 29, 30 и суждения № 2, 13–21, 23, 24 из концепции «удовлетворенность жизнью в мегаполисе».

2. Полученные по каждому суждению баллы суммируются, таким образом каждому респонденту будет соответствовать определенный индекс по измеряемому концепту. Например, респонденты с наименьшей суммой баллов по отношению к концепту «эффективность» считают себя менее успешными в сравнении с другими опрошенными.

3. Далее осуществляется *фильтрация и отбор итоговых суждений* – таких, которые более адекватно и точно измеряют концепт. Для этого нами применялись 3 критерия расчета:

– коэффициент корреляции Пирсона – теснота связи конкретного суждения с итоговой суммой баллов;

– показатель различительной мощности (*discriminative power*, DP) по каждому суждению, который рассчитывался как разница между взвешенным средним верхней квантили респондентов и взвешенным средним респондентов нижней квантили [15];

– коэффициент альфа Кронбаха, указывающий на одномерность измеряемой переменной.

3 этап: результирующая пилотажного исследования: итоговые суждения для измерения латентных переменных

После проведения расчетов коэффициента корреляции и DP были отобраны следующие 7 суждений для концепта «эффективность» (табл. 1). Именно им соответствовали наибольшие значения DP (от 2 до 2,4) и оценки коэффициента корреляции Пирсона ($>0,65$).

Для второго концепта «удовлетворенность жизнью в мегаполисе» (на примере Москвы) были отобраны 6 суждений, которым также соответствовали наибольшие значения DP коэффициента корреляции Пирсона (табл. 2).

Согласно критерию альфа Кронбаха, отобранные суждения прошли проверку на одномерность переменной. Так, суждениям, относящимся к концепту «эффективность», соответствовало значение 0,8, а суждениям, относящимся к концепту «удовлетворенность жизнью в мегаполисе», – 0,86.

Методика измерения разрывов в бюджетах времени

Использование концепта «бюджет времени» в нашем подходе к обобщенной оценке времени основывалось на анализе ежедневных временных затрат населения и способе распределения реального времени в целом по различным видам деятельности – так называемое *реальное распределение времени*. Кроме того, мы использовали «идеальное» (*желательное в притязаниях*) *распределение времени*, под которым понималось количество часов, которое респонденты хотели бы тратить на те или иные виды деятельности. В итоге респондентам задавался один вопрос:

КЛЮЧЕВЫЕ ИНДИКАТОРЫ КОНЦЕПТА «ЭФФЕКТИВНОСТЬ»
И ИСХОДНЫЕ СУЖДЕНИЯ ДЛЯ ЕГО ИЗМЕРЕНИЯ

Ключевые индикаторы	Суждения
Оценка <i>собственных достижений</i> <i>сквозь призму общественного мнения</i>	1. Мне часто говорят, что мои дела шли бы лучше, если бы не моя лень 2. Мне кажется, я не оправдываю ожидания, возлагаемые на меня близкими людьми (DP – 2, коэффициент корреляции – 0,75) 3. Мне часто говорят, что я успешный человек 4. Мою работу высоко ценят коллеги и начальство
Оценка <i>уверенности в себе и собственной жизни</i>	5. Я чувствую уверенность в завтрашнем дне 6. Я считаю себя независимым от чужих мнений 7. Я полон сил для самореализации своей личности (DP – 2,2, коэффициент корреляции – 0,8) 8. У меня часто случаются дни, когда все буквально «валится из рук» 9. Мне трудно первым вступить в разговор с человеком, статус которого значительно выше моего 10. Я чувствую себя свободным в деньгах человеком 11. Я – хозяин своей жизни
Оценка <i>своих профессиональных и личных достижений</i>	12. Я достигаю целей, в целом, быстрее, чем другие 13. Я доволен тем, как у меня складывается личная жизнь 14. В своей трудовой деятельности я нередко допускаю ошибки 15. Моя профессиональная деятельность полностью оправдывает мои ожидания 16. Меня полностью удовлетворяет мой статус в профессиональной деятельности

Окончание табл. 1

Ключевые индикаторы	Суждения
Оценка своих профессиональных и личных достижений	<p>17. Я замечаю, что упускаю возможности, которые предоставляет мне жизнь (DP – 2,2, коэффициент корреляции – 0,75)</p>
Оценка возможности управлять временем	<p>18. Я могу позволить себе свободно распоряжаться своим временем 19. У меня всегда есть возможность заняться своим любимым делом 20. Меня полностью устраивает то, как я распределяю свое время (DP – 2, коэффициент корреляции – 0,69) 21. Я чувствую, что потратил много времени своей жизни впустую (DP – 2,4, коэффициент корреляции – 0,71) 22. Я часто испытываю усталость, потерю сил</p>
Самооценка управленческих и лидерских качеств	<p>23. Я часто чувствую неуверенность и колеблемость, когда принимаю важные решения (DP – 2,2, коэффициент корреляции – 0,65) 24. Для меня главным препятствием на пути к достижению поставленной цели является высокая степень рисков 25. Я боюсь брать ответственность на себя (DP – 2,2, коэффициент корреляции – 0,76) 26. У меня не получается убеждать людей, склонять их к своей точке зрения 27. Мне сложно расположить к себе незнакомых людей 28. Я считаю, что окружающие меня люди всегда прислушиваются к моим советам 29. Я считаю, что всегда и во всем достигать поставленных целей – это не самое главное в жизни 30. Мне проще работать под контролем и управлением других людей</p>

Таблица 2
 КЛЮЧЕВЫЕ ИНДИКАТОРЫ КОНЦЕПТА «УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ В МЕГАПОЛИСЕ»
 И ИСХОДНЫЕ СУЖДЕНИЯ ДЛЯ ЕГО ИЗМЕРЕНИЯ

Ключевые индикаторы	Суждения
<p><i>Оценка соответствия темпа городской жизни внутреннему складу и характеру индивида</i></p>	<p>1. Темп жизни большого города полностью соответствует моему внутреннему ритму (DP – 2,6, коэффициент корреляции – 0,85) 2. Мне бы хотелось жить медленнее и никуда не спешить (DP – 2,4, коэффициент корреляции – 0,65) 3. Город – источник моих сил и энергии (DP – 3, коэффициент корреляции – 0,81) 4. Большой город – это действительно моя стихия (DP – 3, коэффициент корреляции – 0,79)</p>
<p><i>Оценка различных возможностей, которые предоставляет большой город</i></p>	<p>5. Жизнь в большом городе постоянно подталкивает меня к самообразованию 6. Мне нравится, что в Москве всегда есть где отдохнуть и куда пойти в свободное время 7. Один из плюсов жизни в Москве – это высокие заработные платы 8. Большой город – это всегда центр инноваций, новшеств и развития 9. Город предоставляет мне много возможностей для самореализации и раскрытия своей личности 10. Живя в большом городе, ты всегда в курсе последних трендов 11. Я считаю, что жители мегаполисов имеют больше преимуществ и возможностей перед жителями маленьких городов 12. В Москве всегда есть возможность расширить свое мировоззрение благодаря знакомствам с новыми и интересными людьми</p>

Окончание табл. 2

Ключевые индикаторы	Суждения
Оценка степени напряженности городской жизни	<p>13. Я стараюсь не выходить на улицу в праздничные дни и «часы-пик» из-за большого скопления людей и «толкотни»</p> <p>14. Москва – слишком шумный и напряженный для меня город DP – 3,4 коэффициент корреляции – 0,85)</p> <p>15. Жизнь в большом городе – это постоянный стресс и «прессинг»</p>
Оценка степени эмоциональной и информационной нагрузки	<p>16. Я испытываю сильную информационную нагрузку в городе</p> <p>17. Порой я чувствую, что «задыхаюсь» в большом городе (DP – 2,4, коэффициент корреляции – 0,68)</p> <p>18. Жизнь в большом городе делает человека равнодушным и черствым</p>
Оценка временных издержек жизни в большом городе	<p>19. Из-за постоянных проблем с транспортом я не успеваю сделать все запланированное на день</p> <p>20. Я чувствую острую нехватку времени на общение с близкими мне людьми</p>
Оценка степени комфортности жизни в мегаполисе	<p>21. Жизнь в Москве неоправданно дорога</p> <p>22. Мне нравится, что в Москве много кафе и ресторанов</p> <p>23. Экология нашего города оставляет желать лучшего</p> <p>24. Если бы у меня был выбор, я бы предпочел(а) жить в городе меньшего размера</p>

«Сколько часов в будний день вы по факту тратите в среднем на выполнение следующих видов деятельности и сколько хотели бы тратить в идеале?» Далее, респондентам предлагалось посчитать и вписать количество часов, затрачиваемых на каждые сферы их жизнедеятельности: оплачиваемая работа, домашний труд, образование/повышение квалификации, социальные сети и Интернет, телевизор, взаимоотношения с близкими людьми, развлечения/досуг, сон, транспорт.

Соотнесение «идеального» и «реального» временного распределения позволило использовать такой эмпирический критерий, как *величина разрывов временного распределения*, рассчитанная как разница между количеством часов, которые респондент хотел бы тратить, и количеством часов, которые он фактически тратит на ту или иную сферу деятельности. Данный критерий рассчитывался отдельно по девяти конкретным видам деятельности. Также нами была рассчитана суммарная величина разрывов, которая является суммой разрывов между «идеальным» и «реальным» бюджетом времени по этим девяти видам деятельности. Данные виды деятельности были выбраны на основе эмпирического этапа второго пилотажного исследования.

Второе пилотажное исследование имело целью протестировать анкету целиком, и проводилось нами с помощью опроса респондентов методом личного интервью с просьбой пересказать отдельные вопросы. Это позволило оценить, насколько корректно понимается содержание вопросов самими людьми. Кроме того, часть анкет была отдана на самозаполнение, после чего участники пилотажного исследования давали свои комментарии об особенностях восприятия вопросов и об общем понимании основных концептов исследования.

В рамках второго пилотажного исследования было опрошено 30 человек от 18 до 54 лет, из них 13 – мужчин и 17 женщин. Отбор респондентов производился методом доступных случаев среди постоянных жителей Москвы и ее пригородов. Все респон-

денты были представителями различных профессий и характеризовались разной трудовой занятостью, а также имели разное семейное положение и количество детей, это позволило сделать выборку пилотажа вариативной по составу социальных групп. В ходе данного пилотажа две изначально предложенные категории деятельности подверглись трансформации, а именно «взаимоотношения с близкими людьми» и «развлечения/досуг», изначально звучали как «личные отношения» и «развлечения», которые не всегда однозначно понимались респондентами, поэтому и были переформулированы.

Методика измерения степени вовлеченности в практики управления временем

Чтобы определить степень вовлеченности в практики управления временем, мы использовали специальный индекс, который рассчитывался как сумма баллов по следующей группе вопросов, касающихся использования практик управления временем в различных сферах.

1. Укажите, пожалуйста, как часто вам приходится откладывать дела на потом?
2. Как часто вы фиксируете свои планы в ежедневнике/блокноте?
3. Как часто вы выстраиваете свою деятельность по степени ее важности, приоритетности?
4. Как часто вы осуществляете трудовые обязанности согласно заранее составленному плану?
5. Укажите, пожалуйста, насколько часто вы осуществляете обязанности по дому согласно заранее составленному плану?
6. Как часто вы устанавливаете строгие временные рамки для общения с близкими людьми?
7. Укажите, пожалуйста, как часто вы планируете свою досуговую деятельность?

В данных вопросах была использована 4-балльная шкала, где 0 – «практически никогда», 1 – «редко (время от времени)», 2 – «часто (в большинстве случаев)», 3 – «практически всегда». Решение применить именно четную шкалу было обусловлено тем, что мы хотели исключить срединные значения и придать шкале бóльшую «выпуклость», тем самым разделив впоследствии респондентов на две категории: Planner, кто часто или практически всегда использует практики управления временем, и Doer, кто редко или вообще их не использует. Данная шкала также была апробирована в ходе пилотажного исследования: у респондентов она не вызывала затруднений в восприятии. Прежде чем суммировать баллы респондентов по группе вопросов об использовании практик управления временем, мы совершили проверку надежности с помощью коэффициента альфа Кронбаха, который показывает внутреннюю согласованность структуры разработанной шкалы. Так, данный коэффициент получился равным 0,7, что принадлежит области допустимых значения для подтверждения одномерности переменной.

Чтобы причислить респондента к определенному типу личностной направленности (Planner, Doer или Neutral), мы разбили полученный индекс композитного (сумматорного) типа на три категории (грейда) в зависимости от того, насколько часто респондент применяет практики управления временем. Точки отсечения для каждого типа были выбраны не произвольно, а на основе содержательного анализа сетки распределений ответов по каждому суждению для получения обобщенной градуированной оценки. Так, для того чтобы респондент был причислен к личностному типу Doer, представители которого осуществляют деятельность импульсивно, предпочитают не планировать свой распорядок дня и не составлять списки дел, т. е. совсем не применяют формализованные практики управления временем, он должен был на все вопросы ответить «редко» или «практически никогда». Таким образом, респондент с личностным типом Doer мог набрать *не более 7* баллов по индексу практик управления временем.

И наоборот, к личностному типу Planner мы причисляли наиболее «активных» регуляторов своего времени, т. е. тех респондентов, которые имеют высокие значения индекса практик управления временем. Так, Planner предпочитает держать под контролем свою деятельность (и делает это на систематической основе), он последовательно расписывает свой распорядок дня, прагматично распоряжается своим временем. Planner – это «человек-ежедневник», он активно вписывает всю свою деятельность в строгие временные рамки, даже такие сферы, как досуг и взаимоотношения с близкими людьми, регламентирует их. Для данной группы характерно доминирование ответов «часто» или «практически всегда» на абсолютное большинство вопросов, и, чтобы «попасть» в эту группу, респондент мог только 1 раз ответить отрицательно («редко» или «практически никогда») на какой-либо вопрос из списка. Так, градуированная оценка для личностного типа Planner находится в промежутке *от 16 до 21* баллов.

Респонденты, находящиеся по значениям индекса практик управления временем между полюсами Planner и Doer, получили название «Neutral» (смешанный, дискуссионный). Представители данного типа если и применяют практики управления временем, то делают это не на постоянной основе, а от случая к случаю. Таким образом, респонденты с данным типом личности в обобщенной градуировке индекса практик управления своим временем набирали *от 8 до 15* баллов (рис. 1).

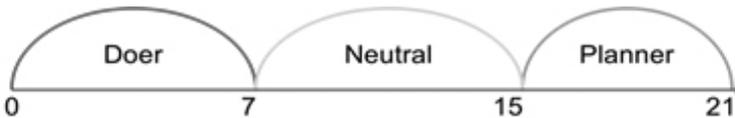


Рис. 1. Распределение индекса практик управления временем

Иллюстрация результатов на примере полевого исследования

После проведения тестирования разработанного вопросника был реализован итоговый полевой этап исследования, в ходе которого нами было опрошено 150 человек от 18 до 60 лет (с соотношением мужчин и женщин в пропорции 48 и 52%). В ходе сбора данных использовался метод анкетирования, сочетающий онлайн-опрос через сервер SurveyMonkey и традиционный «бумажный опрос». Большая часть данных была собрана посредством онлайн-опроса (110 заполненных анкет). Отбор производился среди доступных пользователей ВКонтакте и Facebook, где точки входа были максимально разнообразны – открытые профессиональные сообщества, группы ВКонтакте вузов Москвы и участники пабликов, посвященных Москве. Стоит отметить, что достижимость была невысокой и составила 15%¹, при этом процент полностью заполненных анкет составил 66%. Остальная часть анкет в количестве 40 экземпляров была отдана респондентам на самозаполнение в местах пешей прогулки и отдыха – парк Горького, Музеон, парк Сокольники, район метро Трубная и Цветной Бульвар, парк ВДНХ. Анкетирование проводилось весной 2017 г. в Москве, в будние и выходные дни. В разные дни здесь имелась возможность встретить самую разнообразную публику – от офисных работников до родителей с маленькими детьми. Таким образом, повышался шанс отобрать для исследования жителей разного возраста, семейного положения и профессионально-трудового статуса. Хочется отметить, что здесь достижимость была более высокой – мы встречали в среднем 7 положительных ответов (откликов согласия) из 10 приглашений.

¹ Достижимость рассчитывалась как пропорция: количество ответивших к количеству приглашений принять участие в исследовании. За неимением возможности проследить просмотры онлайн-анкет мы зафиксировали возвращение 15% анкет из общего количества разосланных.

В ходе исследования было выявлено, что при имеющихся в нашем распоряжении данных мужчины и женщины в одинаковой степени вовлечены в практики управления временем в сфере домашних обязанностей. Здесь для нашей выборки было обнаружено отсутствие статистически значимых различий средних рангов в двух независимых выборках на уровне $p > 0,05$ (критерий Манна–Уитни). Полученный результат во многом согласуется с недавним исследованием А. Михайловой о бюджетах времени жительниц мегаполисов, где поднимался вопрос о степени насыщенности бюджетов времени жительниц крупных российских городов (Москва, Санкт-Петербурга, Ростова-на-Дону и др.) на основе данных анкетных опросов [16]. Согласно полученным результатам, в силу ускоренного ритма городской среды половина женщин не могут вести домашнее хозяйство и заниматься воспитанием детей без помощи членов семьи, а также внешних помощников.

Наряду с этим стоит указать еще на один важный результат: среди опрошенных была выявлена универсальная модель распределения времени, в которой наблюдается острая субъективно воспринимаемая нехватка свободного времени на взаимоотношения с близкими людьми и досуг¹ (рис. 2).

Участники опроса обращают внимание на то, что общение в социальных сетях вовсе не становятся эквивалентом общения с близкими людьми – последнее осуществляется оффлайн, только при личном присутствии обеих сторон. Однако это выглядит лишь как декларируемая ценность, поскольку реальное поведение говорит о распределении времени в пользу общения в виртуальной реальности. Согласно пропорции распределения

¹ Положительные значения (закрашенные области диаграммы) соответствуют тому, что индивид хотел бы в идеале тратить *больше* времени на определенный вид деятельности, чем он это делает по факту. Отрицательные значения для векторов диаграммы указывают на профицит (избыточность) затрачиваемого временного ресурса на тот или иной вид деятельности.

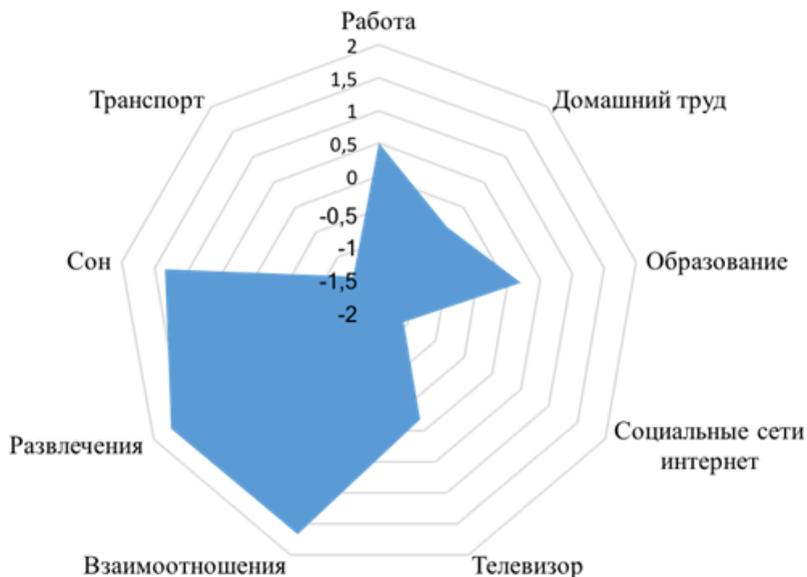


Рис. 2. Средние статистические оценки разрывов между идеальным и реальным бюджетом времени по видам деятельности

временного ресурса, большое количество фонда времени уходит на использование транспорта¹ и практики неживого общения. Здесь парадоксально, что, с одной стороны, наблюдается нехватка времени на личное общение и личное взаимодействие (встречи, беседы, и др.), с другой – человек сам же от него и «убегает» в пространство социальных сетей. И это еще одна причина, усиливающая дисгармонию в жизни современного жителя мегаполиса. Примечательно также на этой диаграмме, что акцентуация на

¹ Один из авторов исследования наблюдал эмоциональный разговор двух пассажиров пригородной электрички, обсуждающих, что в их семье специально подсчитали, сколько же времени уходит на транспорт: судя по их разговору, в совокупности время, проведенное в транспорте жителем мегаполиса, составляет 1 месяц из календарного года – т. е. 1/12.

развлечения у жителей Москвы очень ярко выражена (и даже сопоставима с осью «Взаимоотношения») – желание выделить этому виду деятельности еще больший ресурс своего времени, считая фактический ресурс времени на него ощутимо недостаточным.

Так, мы наблюдаем следующую интегральную раскладку фонда временного ресурса жителя мегаполиса: избыточность времени, которое «съедается» транспортом, социальными сетями и Интернетом; дефицитарность времени на сон, взаимоотношения с близкими людьми, и при этом желание большей «временной нагрузки» на развлечения, досуг. Фонды затрачиваемого времени на такие виды повседневной деятельности как домашний труд, работа и образование, просмотр телевизора воспринимаются сбалансированными, нормальными с точки зрения дихотомии «желательное» \approx «фактическое».

В ходе исследования также подмечено, что уровень оценки собственной эффективности действительно тесно зависит от частоты использования практик управления временем и удовлетворенности жизнью в мегаполисе. Уравнение линейной регрессии имело вид: $Y = -4,40 + 0,47 * X_1 + 0,37 * X_2$, где Y – уровень самоэффективности (композитный индекс), X_1 – композитный индекс практик управления временем, X_2 – удовлетворенность жизнью в мегаполисе (композитный индекс). Построенная модель объясняла 20% дисперсии зависимой переменной. Так, распространенность применения практик управления временем (упорядоченность видов деятельности) и удовлетворенность жизнью в большом городе положительно (прямым образом) связаны с оценкой личной эффективности, под которой понимается уровень успешности в трудовой сфере и сфере взаимоотношений с близкими людьми, а также способность распоряжаться своим временем и жизнью в целом. При этом вклад удовлетворенности внешней средой (в нашем случае: мегаполисом) оказался большим в сравнении с вовлеченностью в практики управления временем (на основе сравнения стандартизованных коэффициентов регрессии), что еще раз подчеркивает

необходимость учета в социологическом исследовании контекстных переменных – в какой среде человек живет) для определения самоощущения индивида.

Среди жителей Москвы в выборке нашего исследования большая часть была отнесена к типу Neutral (70%), т.е. даже если они планируют свое время, то делают это далеко не во всех сферах или не часто, а скорее переменчиво, от случая к случаю, не реализуя эти практики на постоянной, упорядоченной основе. При этом преобладание личностной направленности Neutral среди респондентов можно связать с образом жизни в мегаполисе, где постоянная смена событий и задач приводят к тому, что горожанину постоянно требуется подстраиваться под независящие от его воли обстоятельства и быть гибким и адаптивным. С данной задачей лучше всего справляются индивиды, не склонные четко подчиняться заранее составленному плану и с легкостью способные его перестроить.

Ограничения комплексного подхода

Остановимся на ограничениях используемого подхода к оценке ресурса времени. В первую очередь, проведенное эмпирическое исследование является апробацией разработанного подхода к обобщенной социологической оценке ресурса времени и типологизации жителей в рамках модели Doer/Planner, потому существует конструктивная желательность в проведении дополнительных уточняющих исследований – на примере большей выборки и других крупных городов. Говоря о процессе полевых работ, стоит отметить, что респондентам предлагается ответить на довольно большое количество анкетных вопросов, а это естественным образом утяжеляет сбор данных как методом анкетирования, так и онлайн-опросом, т. е. возрастает вероятность сбора анкет с пропущенными данными. В связи с тем, что методика разрабатывалась специально для оценки временного ресурса жителей мегаполиса, она подходит для таких крупных городов,

как Москва, Санкт-Петербург, Новосибирск, Екатеринбург, и др. Однако ее применение для средних и малых городов требует привлечения дополнительной литературы и выделения индикаторов, раскрывающих концепт «удовлетворенность жизнью в городе», а также проведения пилотажных исследований.

Отметим также ограничения измерения бюджета времени методом анкетирования. Так, одномоментное осуществление нескольких деятельностей, например, совмещение досуга и домашних обязанностей, особенно в случае воспитания детей, может оказывать влияние на смещение временных оценок, а также возникает риск двойного учета [17, с. 37]. Кроме того, такое понятие, как «количество часов в среднем» вызывает некоторую степень неопределенности. В то же время в ходе пилотажного исследования анкеты нами были протестированы и другие формулировки: «обычно» и «типично», однако они хуже воспринимались респондентами. Думаем, в будущих исследованиях целесообразно применять эквивалент «в большинстве случаев».

Существует и проблема припоминания, и стремление респондентов давать социально ожидаемые ответы [18]. При самостоятельном заполнении трудность у респондентов вызывает высокий уровень общности видов деятельности, представленных в анкете [17, с. 36]. Однако, несмотря на имеющиеся ограничения, метод анкетного опроса в сравнении с дневниковым методом оказался более мобильным, менее трудоемким для заполнения респондентами, и его применение сопряжено с меньшими временными затратами.

Заключение

По итогам проведенного исследования был сформулирован подход, позволяющий рассматривать обобщенную оценку времени как с субъективной, так и объективной стороны. Одно из его преимуществ – наличие нескольких концептов, включенных в методику, что позволяет с разных сторон увидеть *время как ценность*, узнать

не только количество часов, затрачиваемое на определенный вид деятельности, но также понять, как индивид относится к нему, т. е. выявить модель взаимодействия со временем. Так, применение субъективных индикаторов при оценке ресурса времени позволяет определить степень влияния особенностей городской среды на самооценку индивида. Использование концепта «практики управления временем» может быть индикатором для фиксации приоритетов деятельности и выявления личностных стратегий по управлению временем.

Разумеется, в ходе разработки комплексного подхода мы стремились охватить как калькулируемую, так и субъективную составляющие времени, однако в дальнейших исследованиях будет особенно важно остановиться на последней. Так, можно расширить применение концепции практик управления временем, добавив в исследование такие ее психологические аспекты, как наличие прокрастинации (откладывание важных дел на потом) в процессе какой-либо деятельности, уровень временного «давления», и др. Полагается разумным концентрировать внимание не только на том, *как* индивид распределяет имеющееся у него время в данный момент или отрезок жизни, но и на его целостном восприятии этого времени в своей жизни как *целостного биографического пути*. Иными словами, немаловажно знать, в какой временной перспективе человек предпочитает мыслить: прошлом, настоящем или будущем. Использование такого подхода к оценке времени позволяет объяснить тот или иной характер взаимодействия человека со временем, а также дает возможность связать полученные данные с такими категориями, как ностальгия по прошлому или ориентация на будущее.

ЛИТЕРАТУРА

1. Slow Cities and the Slow Movement. URL: http://www.slowmovement.com/slow_cities.php (date of access: 17.12.2016).
2. Медленное общение. URL: <https://medlenno.wordpress.com/> (дата обращения: 22.07.2017).

3. Жеребин В.М., Вершинская О.Н., Махрова О.Н. Человек и время. Современное восприятие времени и ускорение темпа жизни // Народонаселение. 2014. № 2(64). С. 72–82.
4. Патрушев В.Д., Артемов В.А., Новохацкая О.В. Изучение бюджетов времени в России XX в. // Социологические исследования. 2001. № 6. С. 112–120.
5. Струмилин С.Т. Проблемы экономики труда. М.: Наука, 1982.
6. Патрушев В.Д., Караханова Т.М., Кушнарёва О.Н. Время жителей Москвы и Московской области // Социологические исследования. 1992. № 6. С. 98–101.
7. Boniwell I., Osin E. Beyond Time Management: Time Use, Performance, and Well-being // Organizational Psychology. 2015. Vol. 5. No. 3. P. 85–104.
8. Zerubavel E. Private Time and Public Time: The Temporal Structure of Social Accessibility and Professional Commitments // Social Forces. 1979. Vol. 58. No. 1. P. 38–58.
9. Zerubavel E. The Language of Time: Toward a Semiotics of Temporality // The Sociological Quarterly. 1987. Vol. 28. No. 3. P. 343–356.
10. Зиммель Г. Большие города и духовная жизнь // Логос. 2002. № 3(34). С. 23–34.
11. Thaler R.H., Shefrin H.M. Economic Theory of Self-Control // Journal of Political Economy. 1981. Vol. 89. No. 2. P. 392–406.
12. Drucker P.F. Managing Oneself // Harvard Business Review. 2005. Vol. 83. No. 1. P. 100–109.
13. Reunanen T. Human Factor in Time Management // Procedia Manufacturing. 2015. Vol. 3. P. 709–716.
14. Карпунин О.И. Молодежь России: особенности социализации и самоопределения // Социологические исследования. 2000. № 3. С. 124–128.
15. Сеногноева Н.А. Показатели эффективности тестов учебной деятельности как технологическая основа их конструирования // Открытое образование. 2005. № 4. С. 19–26.
16. Михайлова А.В. Бюджет времени жителей мегаполисов: социологический срез // Молодой ученый. 2014. № 21. С. 80.
17. Груздев И.А., Терентьев Е.А. Формализованное интервью о бюджете рабочего времени преподавателей и научных сотрудников: опыт методической рефлексии // Социология: методология, методы, математическое моделирование. 2015. № 40. С. 32–58.
18. Kan M.Y., Pudney S. Measurement Error in Stylized and Diary Data on Time Use // Sociological Methodology. 2008. Vol. 38(1). P. 101–132.

Denisova Mariya

National Research University Higher School of Economics (NRU HSE),
Moscow, msdenisova_1@edu.hse.ru

Bushina Daria

National Research University Higher School of Economics (NRU HSE),
Moscow, dvbushina@edu.hse.ru

Pashkevich Anna

National Research University Higher School of Economics (NRU HSE),
Moscow, apashkevich@hse.ru

Where does the time go? Method of generalized sociological evaluation of the time resource of a modern citizen

The article is devoted to the development of an integrated approach to the estimation of the time resource of the megapolis inhabitants through a combination of concepts that take into account the objective and subjective components of time, as well as the peculiarities of the urban life pace. We propose techniques for calculating time discontinuities and determining the involvement of an individual in time management practices, that are a key criteria for determining the value of time. In addition to these techniques, we describe in detail the process of development and testing the composite (summation) scales, that allow to measure the latent variable "time value". We give also detailed instructions and specific examples of the use of the proposed techniques.

Keywords: value of time, integrated approach, life trends in the megalopolis, time budget, time discontinuity methods, time management practices, preparation of summation type scales

References

1. *Slow cities and the slow movement*. URL: http://www.slowmovement.com/slow_cities.php (date of access: 17.12.2016).
2. *Medlennoe obshchenie* Slow communication (in Russian). URL: <https://medlenno.wordpress.com/> (date of access: 22.07.2017).
3. Zherebin V.M., Vershinskaya O.N., Mahrova O.N. Chelovek i vremya. Sovremennoe vospriyatie vremeni i uskorenie tempa zhizni (in Russian), *Narodonaseleniye* (Population), 2014, 2, 72–82.

4. Patrushev V.D., Artemov V.A., Novohackaya O.V. Izuchenie byudzhetov vremeni v Rossii XX v., *Sotsiologicheskie Issledovaniya* (Sociological Studies), 2001, 6, 112–120.
5. Strumilin S.T. *Problemy ehkonomiki truda* (Problems of Labor Economics) (in Russian). M.: Nauka, 1982.
6. Patrushev V.D., Karahanova T.M., Kushnareva O.N. Vremya zhitel'ej Moskvy i Moskovskoj oblasti, *Sotsiologicheskie Issledovaniya* (Sociological Studies), 1992, 6, 98–101.
7. Boniwell I., Osin E. Beyond time management: time use, performance and well-being, *Organizational Psychology*, 2015, 5 (3), 85–104.
8. Zerubavel E. Private time and public time: The temporal structure of social accessibility and professional commitments, *Social Forces*, 1979, 58 (1), 38–58.
9. Zerubavel E. The language of time: Toward a semiotics of temporality, *The Sociological Quarterly*, 1987, 28 (3), 343–356.
10. Simmel G. “Bol'shie goroda i duhovnaya zhizn'” (The Metropolis and Mental Life) (transl., in Russian), in: *Logos*, 2002, 3 (34), 23–34.
11. Thaler R.H., Shefrin H.M. Economic Theory of Self-Control, *Journal of Political Economy*, 1981, 89 (2), 392 – 406.
12. Drucker P.F. Managing oneself, *Harvard Business Review*, 2005, 83 (1), 100–109.
13. Reunanen T. Human factor in time management, *Procedia Manufacturing*, 2015, 3, 709–716.
14. Karpuhin O.I. Molodezh' Rossii: osobennosti socializacii i samoopredeleniya (in Russian), *Sotsiologicheskie Issledovaniya* (Sociological Studies), 2000, 3, 124–128.
15. Senognoeva N.A. Pokazateli ehffektivnosti testov uchebnoj deyatel'nosti kak tekhnologicheskaya osnova ih konstruirovaniya (in Russian), *Otkrytoe obrazovanie* (Open education), 2005, 4, 19–26.
16. Mihajlova A. V. Byudzhet vremeni zhitel'nic megapolisov: sociologicheskij srez (in Russian), *Molodoj uchenyj* (Young Scientist), 2014, 21, 80.
17. Gruzdev I.A., Terent'ev E.A. Formalizovannoe interv'yu o byudzhetе rabocheго vremeni prepodavatelej i nauchnyh sotrudnikov: opyt metodicheskoy refleksii (in Russian), *Sotsiologiya 4M* (Sociology: methodology, methods, mathematical modeling), 2015, 40, 32–58.
18. Kan M.Y., Pudney S. Measurement Error in Stylized and Diary Data on Time Use, *Sociological Methodology*, 2008, 38 (1), 101–132.