

3. Галузь преси в Україні: нові можливості і старі загрози [Електронний ресурс]: за матеріалами круглого столу видавців періодичної преси УАВПП «Проблеми галузі преси в Україні 2005». – Київ, 2005. – Режим доступу: http://www.uapp.net/industry/analytics/review/article_40.html.

Мохова К. С.,
студентка III курсу спеціальності
029 «Інформаційна, бібліотечна
та архівна справа»,
Науковий керівник: Шуляк С. О.,
кандидат педагогічних наук,
доцент, декан факультету
менеджменту і бізнесу ВП
«Миколаївська філія Київського
національного університету
культури і мистецтв»,
м. Миколаїв

ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ ЯК ЕФЕКТИВНА ТЕХНОЛОГІЯ УПРАВЛІННЯ ЧАСОМ

Тайм-менеджмент – це система дій, мета якої – правильне планування завдань з грамотним розподілом часу на виконання кожної. Головна мета тайм-менеджменту – робити якомога більше, мінімізувавши часові витрати та знизивши рівень стресу людини [6]. Тайм-менеджмент вчить розставляти пріоритети. Існують певні методики керування часом, які допоможуть правильно планувати свій час.

Метод помідора. Цей метод доречно виконувати при виконанні рутинної роботи, що вимагає багато часу. Наприклад, готуватися до іспиту, писати звіт або робити прибирання. Суть методу: візьміть таймер, засічіть його на 25 хвилин і працюйте, не відволікаючись ні на що. Після одного «помідора» слід зробити п'ятихвилинну перерву, а після чотирьох, відволіктися від завдання на півгодини. Метод розробив студент Франческо Чірілло, коли готувався до сесії. Назва з'явилася тому, що він засікав час на кухонному таймері в формі помідора.

Чому це працює: мозок може запам'ятовувати інформацію і активно працювати протягом 30 хвилин, а потім втомлюється. Невеликі перерви дають йому перезавантажитися і знову бути на піку продуктивності [6].

Метод жаби. Цей метод підходить для виконання неприємних завдань, якими зовсім не хочеться займатися. Суть методу: починати кожний ранок з якогось завдання (жаби), яке давно відкладалося. З'їли жабу - і можна спокійно займатися більш приємними і цікавими справами. Слід розподілити по неприємній задачі на кожен день тижня, щоб вони не накопичувалися, а вирішувалися по мірі надходження.

Чому це працює: з ранку у людей більше сили волі, ніж увечері. А ще після сніданку жабою можна отримати відчуття свободи і високу мотивацію на весь день [6].

Метод слона. Суть методу: слон - це об'ємна робота, щоб його з'їсти, потрібно зробити з нього стейки. Іншими словами, слід розділити велику задачу на пункти, внести їх в щоденний план і поступово виконувати. Так можна управляти своїм часом. Апсихологія методу полягає в тому, що великий проект викликає ступор, іноді складно зрозуміти з чого почати, та перед чітко розписаним планом страх зникає [6].

Метод швейцарського сиру. Психологи радять використовувати цей метод, коли треба «розкачатися», щоб приступити до виконання великого завдання. Суть методу в тому, що методика працює так само, як зі слоном, але замість послідовного виконання плану просто слід вибирати з великого проекту ті завдання, які більше подобаються, і вирішувати їх в першу чергу. Таким чином, метод дозволяє «робити в сирі дірки» і зменшуючи його обсяг.

Чому це працює: завдання, які більш цікаві, завершуються швидше і успішніше, їх легко викреслити з плану, і весь проект буде викликати приємні асоціації. А ще, почавши з нескладних справ, зможна швидше втягнутися в процес і опинитися в стані потоку.

Метод матриці Ейзенхауера. Авторство цього методу належить Дуайту Ейзенхауеру, 34-му президенту США. Суть цього методу полягає в тому, що потрібно записати всі ваші справи, розподіливши їх на чотири групи по важливості і терміновості: термінові і важливі; термінові, але не важливі; нетермінові, але важливі; нетермінові і не важливі.

Цей метод підходить тим, хто не розуміє, чим варто зайнятися в першу чергу, а які справи можна відкласти. Особливості даного методу в тому, що він допомагає розподілити справи за ступенем важливості [6].

Отже, управляти часом складно, так як це тягне за собою необхідність втілення багатьох інших серйозних змін в житті. Керувати ним буквально не можна - ні зупинити, ні повернути, ні зазирнути вперед, але можна працювати над собою, керувати окремими елементами власного життя. Тому потрібно поетапно повертати собі контроль над плином часу і своїми досягненнями [5].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Керування часом [Електронний ресурс] / Вікіпедія.- Електрон. дані.- Режимдоступу:https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B5%D1%80%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D1%87%D0%B0%D1%81%D0%BE%D0%BC.- Назва з титул. екрана.- Дата звернення (02.04.2021).
2. Тайм-менеджмент: принципи управління своїм часом [Електронний ресурс] Режим доступу: <https://koloro.ua/ua/blog/menedzhment/tajm-menedzhment-principy-upravleniya-svoim-vremenem.html>.- Назва з титул. екрана.- Дата звернення (02.04.2021).

3. Що таке тайм-менеджмент [Електронний ресурс]Режим доступу: <https://blog.agrokebety.com/shcho-take-taum-menedzhment>.- Назва з титул. екрана.- Дата звернення (02.04.2021).
4. Як все встигнути [Електронний ресурс]Режим доступу: <https://changellenge.com/article/kak-vse-uspet-6-metodik-taum-menedzhmenta/>.- Назва з титул. екрана.- Дата звернення (02.04.2021).
5. Як управляти часом [Електронний ресурс] Режим доступу: <https://blog.calltouch.ru/tajm-menedzhment-kak-upravlyat-vremenem/>.- Назва з титул. екрана.- Дата звернення (02.04.2021).
6. 15 популярних технік тайм-менеджменту [Електронний ресурс] Режимдоступу:https://skillbox.ru/media/growth/15_populyarnykh_tekhnik_taym_menedzhmenta/.- Назва з титул. екрана.- Дата звернення (02.04.2021).

Литвиненко А. В., Шмигленко К. Е.
студенти II курсу спеціальності
034 «Культурологія»,
Науковий керівник: Доній В. С.,
кандидат філологічних наук, доцент,
декан факультету мистецтв ВП
«Миколаївська філія Київського
національного університету культури і
мистецтв», м. Миколаїв

РОЛЬ КУЛЬТУРНИХ ЦЕНТРІВ У ВИМІРІ СУЧАСНОЇ КУЛЬТУРИ

В останні роки соціальна діяльність людей зазнала істотних змін, оскільки, розширилася інформаційними технологіям (комунікативні мережі, Інтернет, обчислювальна техніка у вигляді класичних, а тепер уже й квантових, комп'ютерів тощо), гаджетами, про які ще кілька десятиліть тому не можна було й мріяти. У зв'язку з цим виникла потреба переглянути питання щодо предметності соціальної діяльності.

«Соціально-культурна діяльність – це діяльність, направлена на створення умов для якнайбільш повного розвитку, самоствердження і самореалізації особи і групи (студії, любительські об'єднання) у сфері дозвілля». Вона складається з кола проблем щодо організації вільного часу: спілкування, виробництва і засвоєння культурних цінностей і так далі. Так, наприклад, педагогам-організаторам доводиться брати участь у вирішенні проблем сім'ї, дітей, у вирішенні проблем в історико-культурній, екологічній, релігійній і ін. сферах, в створенні сприятливого середовища для СКД і ініціатив населення у сфері дозвілля.

Сучасна культура, що поєднує людство, заснована на загальнолюдських цінностях, русі захисту прав особистості, гуманізмі, творчому розвитку особистості, поширенні наукового знання і передових технологій,