

Vliv věku a pohlaví na schopnost time managementu

u vysokoškolských studentů¹

Time management je v dnešní zrychlené době klíčovou dovedností a je často spojován s vysokoškolskými studenty. Ti mohou být často zahlceni pocitem, že nemají dostatek času na to, aby dokončili veškerou práci ať už se jedná o přípravu na zkoušky, účast na mimoškolních aktivitách nebo práci na částečný úvazek během studia. Často se hovoří o špatném chování v oblasti time managementu, které je zdrojem stresu a špatných studijních výsledků (Macan et al., 1990).

Time management lze definovat jako způsoby chování, které podporují produktivitu a zmírňují stres (Lay & Schouwenburgh, 1993). Kaushar (2013) uvádí, že time management hraje zásadní roli při zlepšování studijních výsledků. Každý student by měl mít schopnost time managementu, která zahrnuje stanovení cílů a priorit, používání např. „to do listu“ a organizovanost při využívání času. Také dodává, že vykonávání time managementu je možné pouze prostřednictvím vlastní motivace. Nadaný student s nízkou motivací pravděpodobně nebude podávat dobré výkony, zatímco student s průměrně dobrými schopnostmi ale s vysokou motivací bude spíše podávat dobré výkony.

Míra schopnosti time managementu se neliší pouze v souvislosti s mírou motivace u studentů. Studie Kaya et al. (2012), která se zabývala hodnocením míry time managementu z hlediska věku, pohlaví a úzkostlivosti u 584 studentů ošetrovatelství a porodní asistence v Turecku. Výsledek zaznamenal vyšší míru schopnosti time managementu u studentek – žen, než u studentů – mužů.

Jiná studie z Velké Británie Trueman & Hartley (1996) zkoumala schopnost time managementu s přibývajícím věkem u 293 studentů v souvislosti se studijními výsledky. Studenti byli rozděleni do 3 věkových skupin: méně než 21 let, studenti na hranici zralosti ve věku 21-25 let, starší zralí studenti nad 25 let. Analýza skutečně prokázala významně lepší dovednosti v oblasti time managementu u starších zralých studentů. Mj. opět bylo zjištěno, že lepší schopnost time managementu mají studentky – ženy, než studenti – muži. Studijní výsledky byly jen mírně predikovány věkem a skóre na škále time managementu.

¹ Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=161>

Vzhledem k tomu, že podobnému tématu se za posledních 10 let mnoho studií nevěnovalo, pokusíme se i my zjistit vliv pohlaví a věku na schopnost time managementu u vysokoškolských studentů. Tento vztah ověřujeme na výzkumném souboru u 313 respondentů² ve věkovém rozmezí 21-27 let. Vycházíme z výše uvedených studií a pracujeme s hypotézou, že schopnost time managementu se s rostoucím věkem zvyšuje. Druhou naší hypotézou je to, jestli se schopnost time managementu se liší mezi pohlavími. Platnost těchto dvou hypotéz testujeme pomocí lineárního modelu.

Lineární regresní model

Závisle proměnná:

- Hrubý skór respondentů na škále Time management

Regresory:

- Věk respondentů
- Pohlaví respondentů

Regresory	B	Směrodatná odchylka	t-statistika	p- hodnota
Počátek	57,630	10,096	5,708	< ,001
Věk	0,327	0,425	0,769	0,443
Pohlaví (1)	-4,364	1,677	-2,603	0,010

Tabulka 1: Test statistické významnosti regresorů

Výsledky

Z tabulky je patrné, že pohlaví je v našem lineárním modelu významným regresorem, konkrétně se jedná o muže. Tento výsledek lze interperovat tak, že muži mají v průměru o 4 body méně na škále Time management než ženy, tzn. disponují nižší schopností time managementu. Zjištění tedy podporuje naši hypotézu o rozdílu mezi pohlavími.

² Data pochází z projektu v rámci předmětu Psychometrika 1 (Škála Time managementu u VŠ studentů, Cencialová, Lapotka, Máčalová, Mikolášová & Prchalová).

Námi sestavený model vysvětluje téměř 2 % rozptylu. To znamená, že za výsledkem na škále Time management stojí zhruba 98 % jiných vlivů, které nejsme schopni pomocí našeho modelu vysvětlit.

Použitá literatura

Kaushar, M. (2013). Study of impact of time management on academic performance of college students. *Journal of Business and Management*, 9(6), 59-60.

Kaya, H., Kaya, N., Palloş, A. Ö., & Küçük, L. (2012). Assessing time-management skills in terms of age, gender, and anxiety levels: A study on nursing and midwifery students in Turkey. *Nurse education in practice*, 12(5), 284-288. doi.org/10.1016/j.nepr.2012.06.002

Lay, C. H., & Schouwenburh, H. C. (1993). Trait procrastination, time management, and academic behavior. *Journal of Social Behavior and Personality*, 8(4), 647–662.

Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (1990). College students' time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 82(4), 760–768. https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.4.760

Trueman, M., & Hartley, J. (1996). A comparison between the time-management skills and academic performance of mature and traditional-entry university students. *Higher Education*, 32(2), 199–215. doi:10.1007/bf00138396