

CZU: 378.14-057.875

## DIMENSIUNEA EXPERIMENTALĂ A MANAGEMENTULUI TIMPULUI ÎN ÎNVĂȚAREA AUTOREGLATA A STUDENȚILOR

*Viorica REABOI-PETRACHI, Maia ȘEVCIUC*

*Universitatea de Stat din Moldova*

Managementul timpului în contextul învățării autoreglate, aplicat eficient, îmbunătățește procesul instructiv-educativ prin: proiectarea activităților de învățare, prioritizarea sarcinilor, procesarea corectă a conținutului proiectat în timp, solicitarea ajutorului, planificarea și organizarea mediului de studiu și prin utilizarea eficientă a resurselor personale.

**Cuvinte-cheie:** *managementul timpului, învățare autoreglată, planificare, organizare, stil de învățare, resurse personale.*

### EXPERIMENTAL DIMENSION OF TIME MANAGEMENT THE AUTHORIZED LEARNING OF STUDENTS

Time management in the context of self-regulated, effectively applied learning improves the learning process by: designing learning activities, prioritizing tasks, correctly processing content over time, requesting help, planning and organizing the learning environment, and efficiently using personal resources.

**Keywords:** *time management, self-regulation learning, planning, organization, learning style, personal resources.*

### Introducere

Managementul timpului începe cu managementul propriei persoane, principala cauză a eșecului fiind lipsa autodisciplinii. Un aspect pozitiv al managementului timpului este faptul că aceste abilități pot fi învățate. Investind timp și efort în achiziționarea acestor aptitudini, studentul va deveni o persoană mai eficientă și mai productivă, nu doar pe plan profesional, ci și în viață de zi cu zi.

Abordarea managementului timpului sau administrarea timpului este un subiect actual. *Managementul* este activitatea complexă de concepere, pregătire, organizare, coordonare și administrare a elementelor implicate în atingerea unor obiective [1].

*Managementul timpului* (MT) înseamnă un set de reguli, principii, practici și aptitudini care vor ajuta studentul să-și valorifice mai bine timpul și să-și îmbunătățească calitatea vieții. Administrarea corectă a timpului înseamnă, de fapt, să învățăm cum să profităm la maximum de timpul de care beneficiem, astfel încât viața noastră să fie una echilibrată. Pentru acest lucru, trebuie să ne impunem reguli pe care să le respectăm.

Un **management eficient al timpului** presupune un set de reguli necesare de respectat: stabilirea unei rutine zilnice, valorificarea momentelor în care te simți plin de energie și stabilirea pauzelor pentru momentele de energie scăzută, respectarea termenelor limită, rezolvarea problemelor importante, omiterea activităților neimportante, fixarea unor perioade de timp grupate pentru finalizarea proiectelor, gruparea activităților similare, abordarea unei situații în ansamblu, alocarea unei perioade mai mari de timp decât a fost estimat inițial pentru fiecare sarcină, pentru situațiile neprevăzute.

Considerăm că managementul timpului se încadrează în domeniul teoretic fundamental al științelor educației, transpus prin definirea dimensiunii conceptuale, și în structura sistemului de științe ale educației cu caracter practic, având punct de tangență cu *Psihopedagogia învățării autoreglate*.

Conceptul de învățare autoreglată și managementul timpului cunoaște o largă circulație în domeniul științelor educației. În acest context s-a extins dezvoltarea managementului timpului și au început să se inițieze cercetări de aprofundare și descoperire a potențelor educative ale acestuia, anume în context academic.

Cercetătorul S.Paker explică corelația dintre învățare autoreglată și managementul timpului prin două modalități: prima constă în autoreglarea învățării, care privește direct managementul timpului ca identificarea/satisfacerea nevoilor de studiu într-o unitate de timp fix; a doua conține elemente de proiectare/defășurare a timpului în procesul de învățare. Interdependența conceptelor de învățare autoreglată și managementul timpului este desemnată prin funcția lor comună de dezvoltare a personalității. Învățarea autoreglată nu este limitată doar la contextul academic, dar și în afara acestuia, astfel încât managementul timpului poate fi introdus în diverse forme ale educației [apud 2, p.433-434].

Un alt aspect care reflectă conexiunea dintre învățarea autoreglată și managementul timpului este argumentat de către M.Bender: „Educația ar trebui să pregătească personalități pentru funcții majore ale vieții, inclusiv aceea de desfășurare utilă a timpului”. Dacă managementul timpului este un element central pentru a experimenta personalitatea umană, atunci necesită o atenție sporită în învățământ [apud 2, p.433-434].

Un studiu recent privind legătura dintre managementul timpului și învățarea autoreglată a demonstrat că organizarea timpului de către studenți contribuie la obținerea unui spectru larg de domenii în experiențele de învățare. Autoarea studiului A.Sivan constată că managementul timpului în învățarea autoreglată este o activitate care face parte din viața academică a studenților și managementul timpului s-a dovedit a fi legat de învățare, de contextul social pentru schimbul de experiențe de studii dintre studenți [apud 2].

Valorificând argumentele științifice ale abordării MT din perspectiva învățării autoreglate în raport cu sensul perceput de către studenți a MT, stabilim caracterul subiectiv al formării competenței de management al timpului (CMT) în învățământul universitar – finalitate de bază a învățării autoreglate în învățământul universitar.

**Competența de management al timpului** reprezintă un sistem integrat de resurse (cunoștințe, abilități, atitudini) obținute prin învățarea autoreglată și valorificate prin acțiuni formale și nonformale desfășurate într-o interconexiune în vederea formării-dezvoltării personalității studentului.

Considerăm că competența de management al timpului este o competență transversală, reprezentând o combinație dinamică de abilități cognitive și metacognitive, demonstrarea cunoștințelor și a înțelegerii, a capacităților interpersonale, intelectuale și practice, precum și a valorilor etice [3, p.28].

**Scopul cercetării** noastre constă atât în fundamentarea pedagogică a metodologiei de formare a competenței de management al timpului, cât și în modificarea unor comportamente în baza formării sau restructurării cunoștințelor, atitudinilor și abilităților studenților.

### Material și metode

Partea experimentală a cercetării s-a constituit din trei etape: etapa experimentului de constatare, etapa experimentului de formare și etapa experimentului de control.

Experimentul formativ a fost realizat numai în grupurile experimentale. Pe parcursul experimentului (care a durat un semestru) se introduceau diferite modificări în urma stabilirii unor incorectitudini sau în urma alegerii strategiilor ineficiente.

De menționat că în cadrul fiecărei sesiuni se modelau diferite tipuri de strategii didactice interactive, evidențiind una sau altă metodă dominantă determinată de conținutul obiectivului/ obiectivelor de atins. Se modelează câte două tipuri de strategii didactice interactive cu metode dominante diferite, însă raportate la același tip de obiectiv/obiective în scopul stabilirii eficienței acestora.

La finele experimentului formativ a fost realizată evaluarea post-experiment cu aplicarea aceluiași instrumente ca și la etapa preexperimentală, atât în grupele experimentale, cât și în grupele de control.

Pentru examinarea variabilelor cercetării am aplicat următoarele instrumente:

- (1) Scala „Autoreglarea academică la studenți” (C.Magno, 2010) [4].
- (2) Chestionarul „Stilul autoreglării activității academice” (G.S. Prâghin, 2007) [5].
- (3) Chestionarul de identificare a capacității managementului timpului [6].

Experimentul pedagogic a fost realizat în cadrul disciplinei *Psihopedagogia învățării autoreglate*, care se încadrează ca formă de învățământ în categoria cursurilor ținute studenților cu frecvență la zi, procesul de învățământ realizându-se în condiții obișnuite de predare/ învățare/ evaluare conform programului de studii, având drept grup-țintă (beneficiari) studenții de la Facultatea de Psihologie, Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, specialitatea *Psihopedagogie*, și studenții de la Facultatea de Limbi și Literaturi Străine, specialitatea *Limba engleză și Științe ale educației*. Programul formativ s-a desfășurat o dată pe săptămână, pe parcursul unui semestru, în context nonformal. Experimentul formativ s-a implementat în grupele experimentale pe un eșantion de 34 de studenți de la Facultatea de Psihologie, Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, specialitatea *Psihopedagogie*.

### Rezultate și discuții

Conceptul de management al timpului înglobează un set de principii, valori, caracteristici, condiții, dimensiuni necesare pentru proiectarea activității de învățare la nivelul învățământului universitar, evidențiază

posibilitatea de abordare a elementelor învățării autoreglate în vederea pregătirii studentului pentru dezvoltarea competenței de management al timpului într-un cadru formal și nonformal, care este necesară dezvoltării personale și profesionale a studentului.

Pentru prelucrarea datelor s-a utilizat programul SPSS (versiunea 20.0) [7], datele descriptive și de frecvență, coeficientul de corelație a rangurilor Spearman, coeficientul de corelație Pearson, Testul T-test pentru eșantioane independente pentru a calcula diferențele dintre mediile grupurilor împărțite pe criteriile alese, precum și testul T-test pentru eșantioane perechi.

Astfel, în urma prelucrării statistice am obținut următoarele rezultate (datele descriptive și de frecvență) la etapa de *pretest*:

Tabelul 1

## Competența de management al timpului (pretest)

	Frecvența	Procente, %	Procentaj valid	Procent cumulativ
Nivel nesatisfacator	19	31,1	31,1	31,1
Nivel satisfacator	24	39,3	39,3	70,5
Nivel bun	15	24,6	24,6	95,1
Nivel foarte bun	3	4,9	4,9	100,0
În total	61	100,0	100,0	

Tabelul 2

## Stilul autoreglării activității academice (pretest)

	Frecvența	Procente, %	Procentaj valid	Procent cumulativ
Dependent	27	44,3	44,3	44,3
Independent	27	44,3	44,3	88,5
Situațional	7	11,5	11,5	100,0
În total	61	100,0	100,0	

Tabelul 3

## Dimensiunile autoreglării (Academic SRL) (pretest)

		Frecvența	Procente,%	Procentaj valid	Procent cumulativ
Valid	Nivel scazut	29	47,5	47,5	47,5
	Nivel mediu	30	49,2	49,2	96,7
	Nivel ridicat	2	3,3	3,3	100,0
	În total	61	100,0	100,0	

Pentru a demonstra relația dintre variabilele cercetate am utilizat coeficientul de corelație a rangurilor Spearman. Coeficientul de corelație este o măsură numerică sau un indice al gradului de asociere între două seturi de scoruri. Intervalul de valori este de la maximum +1,00, prin 0,00, până la -1,00. Semnul „+” indică o corelație pozitivă, anume – că scorurile unei variabile se măresc odată cu creșterea scorurilor celeilalte variabile. Semnul „-” indică o corelație negativă, anume – că în timp ce scorurile unei variabile cresc, scorurile pentru cealaltă variabilă descresc.

Analizând rezultatele prelucrării statistice la etapa de *pretest*, am obținut următoarele corelații: există o relație pozitivă semnificativă între variabila managementul timpului și variabila dimensiunile autoreglării (Academic SRL) ( $r=0,546$ ,  $DF=61$ ,  $p=0,000$ ); odată cu creșterea performanțelor de management al timpului crește și calitatea dimensiunilor autoreglării.

Pentru a determina dacă mediile pentru seturile de variabile sunt diferite semnificativ la eșantionul experimental și cel de control, am aplicat testul T-test. Testul T-test pentru eșantioane independente este utilizat

pentru a calcula dacă mediile variabilelor sunt diferite semnificativ una față de cealaltă. Rezultatele obținute sunt expuse în Figura 1, la etapa de pretest:

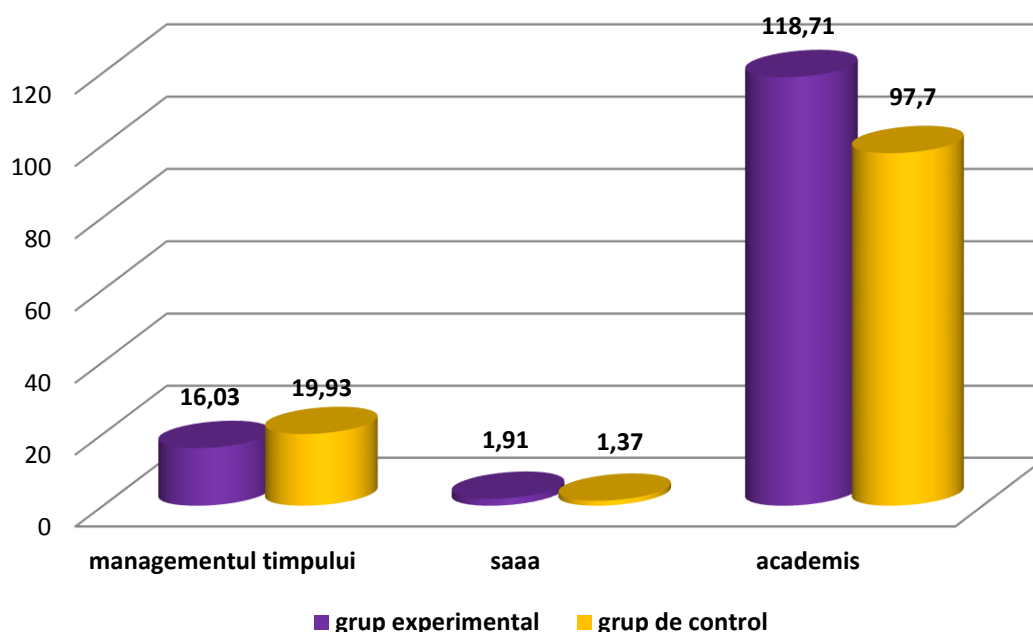


Fig.1. Prezentarea grafică a mediilor până la programul formativ.

Media pentru variabila managementul timpului la grupul experimental ( $M=16,03$ ,  $SD=4,44$ ) este mai mică ( $t= -3,738$ ,  $DF=59$ ,  $p=0,000$ ) decât media la aceeași variabilă la grupul de control ( $M=19,93$ ,  $SD=3,46$ ); deci, aceste diferențe ale mediilor sunt semnificative.

Media pentru variabila stilul autoreglării activității academice (saaa) la grupul experimental ( $M=1,91$ ,  $SD=0,51$ ) este mai mare ( $t= 3,36$ ,  $DF=59$ ,  $p=0,001$ ) decât media la aceeași variabilă la grupul de control ( $M=1,37$ ,  $SD=0,74$ ); deci, aceste diferențe ale mediilor sunt semnificative.

Media pentru variabila dimensiunile autoreglării (academis) la grupul experimental ( $M=118,71$ ,  $SD=43,59$ ) este mai mare ( $t= 2,043$ ,  $DF=59$ ,  $p=0,046$ ) decât media la aceeași variabilă la grupul de control ( $M=97,70$ ,  $SD=34,60$ ); deci, aceste diferențe ale mediilor sunt semnificative.

Sintetizând rezultatele experimentului de constatare, putem formula următoarele concluzii: managementul timpului este perceput ca necesar pentru învățământul superior din Republica Moldova. Există un grad înalt de interes pentru managementul timpului ca mediu de dezvoltare a studentului în activitatea de învățare. De asemenea, au fost identificate dimensiunile autoreglării la studenți cu cel mai mic grad de utilizare ce trebuie incluse în programul formativ. Stilul autoreglării academice obținut de către studenți este adiacent conceptualizării CMT la treapta de învățământ superior.

**Etapa experimentului de formare** a vizat formarea studenților și a fost realizat în cadrul disciplinei academice *Psihopedagogia învățării independente* prin proiectarea și realizarea unui sistem de activități selectate din curriculum. Programul activităților formative, desfășurat în context nonformal, a constat în implementarea unor modalități de acțiune considerate a fi eficiente în dezvoltarea CMT a studenților din eșantionul experimental (EE). Fiecărei dimensiuni (D1, D2, D3) a CMT îi este repartizat un produs al activității studentului spre realizare.

Studenții participanți la experimentul de formare au demonstrat următorii indicatori de performanță în ceea ce privește dezvoltarea CMT la studenți (EE) prin atingerea nivelului de performanță: *dimensiunea de procesare (D1)* – 85,3% posedă următoarele elemente de competență: definește adecvat conceptele de bază ale managementului timpului și învățării autoreglate; identifică teoriile, principiile și metodele utilizate în managementul timpului.

*Dimensiunea de proiectare a MT (D2)* – 85,4% a demonstrat următoarele elemente de competență: proiectarea MT în învățarea autoreglată (ÎA) a studenților (planificarea studiului academic); aplicarea metodelor,

tehnicilor și instrumentelor de MT în acțiunea de învățare; elaborarea planului-cadru, planului curent în cadrul proiectului de învățare academică.

*Dimensiunea de autoformare/autodezvoltare (D3)* – 88,3% posedă următoarele elemente de competență: formularea ideilor de aplicare a proiectului individual al MT; proiectarea acțiunii învățării autoreglate pe o unitate de timp concretă; motivarea modalităților de implementare a planului de studiu academic (gestionarea rațională a metodelor de MT); aprecierea necesității proiectării, monitorizării timpului prin elaborarea unui program de dezvoltare.

Pentru o vizualizare mai clară datele sunt prezentate în Tabelul 4.

Tabelul 4

#### Dimensiunile dezvoltării CMT la studenți (EE) prin atingerea nivelului de performanță

Dimensiunile CMT	Nivelul de performanță a CMT		
	Nivelul 1 (superior: 100 % - 70 %)	Nivelul 2 (mediu: 69, 99 % - 30 %)	Nivelul 3 (inferior: 29, 99 % - 0 %)
<i>Dimensiunea de procesare (D1)</i>	✓		
<i>Dimensiunea de proiectare a MT (D2)</i>	✓		
<i>Dimensiunea de autoformare/ autodezvoltare (D3)</i>	✓		

Testul T pentru eșantioane perechi este folosit pentru evaluarea semnificației statistice a diferențelor dintre mediile pentru două seturi de scoruri. În cazul nostru – pentru evidențierea diferențelor și a semnificației statistice de până la și după intervenția prin activitățile formative.

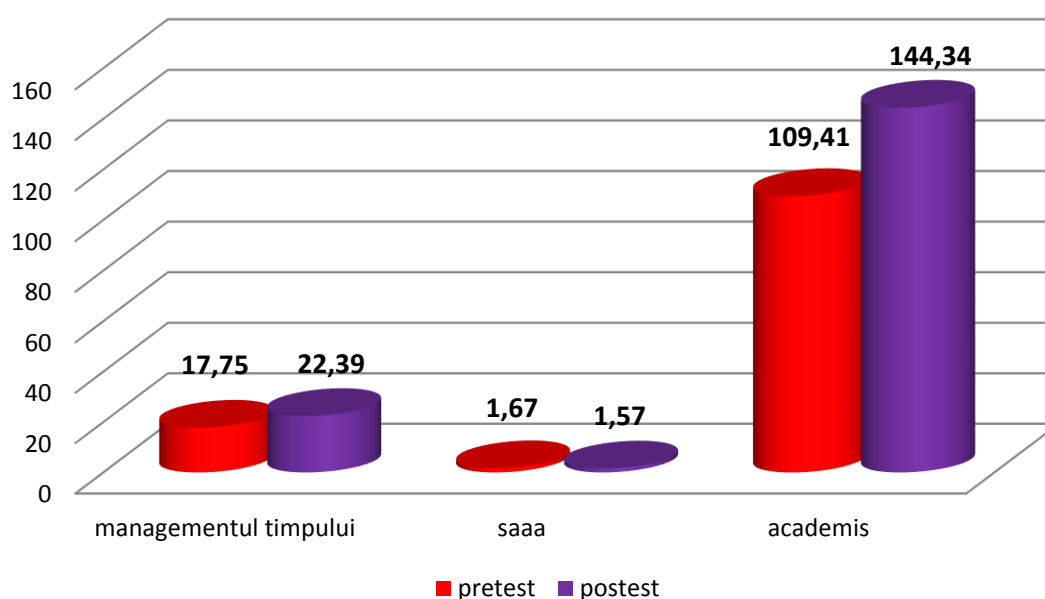


Fig.2. Prezentarea grafică a mediilor până la și după programul formativ.

Media pentru variabila managementul timpului până la programul formativ ( $M=17,75$ ,  $SD=4,46$ ) și după programul formativ ( $M=22,39$ ,  $SD=3,63$ ) diferă semnificativ ( $t=-11,45$ ,  $DF=60$ ,  $p=0,000$ ).

Media pentru variabila stilul autoreglării activității academice (saaa) până la programul formativ ( $M=1,67$ ,  $SD=0,67$ ) și după programul formativ ( $M=1,57$ ,  $SD=0,71$ ) diferă semnificativ ( $t=6,88$ ,  $DF=60$ ,  $p=0,001$ ).

Media pentru variabila academis (dimensiunile Academic SRL) până la programul formativ ( $M=109,41$ ,  $SD=40,92$ ) și după programul formativ ( $M=144,34$ ,  $SD=42,49$ ) diferă semnificativ ( $t=-10,18$ ,  $DF=60$ ,  $p=0,000$ ).

### Concluzii

Rezultatele experimentului de formare au demonstrat eficacitatea celor două direcții principale de implementare a managementului timpului prin formarea studenților în context formal și nonformal, prin proiectarea și desfășurarea învățării autoreglate în scopul formării la studenți a competenței de management al timpului.

Totodată, se observă o dinamică semnificativă a nivelului de dezvoltare a competenței de management al timpului, care s-a dezvoltat prin intermediul activităților integrate proiectate adecvat interesului studentului. Rezultatele obținute susțin posibilitatea implementării Modelului teoretico-metodologic al MTA în contextul învățării autoreglate în vederea formării la studenți a competenței de management al timpului, prin activități integrate la *Psihopedagogia învățării autoreglate* și prin organizarea trainingului formativ cu studenții.

Influența programului formativ privind managementul timpului în învățarea autoreglată în învățământul universitar a fost valorificată prin stabilirea dinamicii medii privind necesitatea proiectării și realizării managementului timpului din perspectiva învățării autoreglate, raportată la eșantionul experimental și la eșantionul de control. Analiza și validarea produselor realizate de către eșantionul experimental au demonstrat eficiența formării competenței de management al timpului la studenții care au participat în experimentul de formare.

Concluzionăm că competența de management al timpului în contextul învățării autoreglate în învățământul superior este posibil de dezvoltat și a avut un impact pedagogic pozitiv, deoarece rezultatele obținute în urma prelucrării statistice sunt semnificative, ceea ce confirmă soluționarea problemei abordate în prezenta lucrare.

### Referințe:

1. TÎRCĂ, A. *Management educațional*. București, 2011.
2. ROJEK, CH. *A Handbook of Leisure Studies*. United States, United Kindom, European Union: Palgrave Macrni, 2006. 547 p.
3. LICETTE, C. *Apprendre à gèrer son temps: Éliminez les voleurs de temps*, 2008.
4. MAGNO, C. Validating the Academic Self-Regulated Learning Scale with the Motivated Strategies For Learning Questionnaire (MSLQ) and Learning and Study Strategies Inventory (LASSI). In: *International Journal of Educational and Psychological Assessment*, 2011, vol.7, no.2 [Accesat: 08.05.2019] [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=2287180](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2287180)
5. PRYGIN, G.S. *Independence Psychology: Monograph*. House of the Institute of Management, 2009, p.287.
6. FOCȘA-SEMIONOV, S. *Învățarea autoreglată*. Chișinău: Epigraf, 2010.
7. HOWITT, D., CRAMER, D. *Introducere în SPSS pentru psihologie*. Iași: Polirom, 2006.

### Date despre autori:

**Viorica REABOI-PETRACHI**, lector universitar, Facultatea de Psihologie, Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova.

**E-mail:** [reaboiviorica@gmail.com](mailto:reaboiviorica@gmail.com)

**Maia ȘEVCIUC**, doctor în pedagogie, conferențiar universitar, Facultatea de Psihologie, Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova.

**E-mail:** [maia.sevciuc@gmail.com](mailto:maia.sevciuc@gmail.com)

**ORCID:** 0000-0001-8493-0982

*Prezentat la 30.05.2019*