

# Time-Management studentů technické vysoké školy

Lucie Malinská

České vysoké učení technické v Praze  
Masarykův ústav vyšších studií



## Abstrakt

Bakalářská práce se zaměřuje na time management studentů technické vysoké školy. Hlavními tématy teoretické části jsou time management, jeho vývoj a nástroje, a prokrastinace.

Cílem praktické části práce je zjistit, jestli jsou studenti motivováni ke studiu a jaký je jejich vztah k prokrastinaci. Zkoumáno je prokrastinační chování studentů ve vztahu ke studijním i mimoškolním povinnostem a zda při učení a práci na studijních povinnostech využívají nástroje time managementu. Dále se práce zabývá rušivými prvky, které na studenty při učení působí, včetně moderního fenoménu sociálních sítí.

## Abstract

The Bachelor thesis focuses on time management of technical university students. The main topics of theoretical part is time management, its development and tools, and procrastination.

The aim of practical part is to find out motivation of students for studies and their relationship to procrastination. In the thesis is examined procrastination behavior of students in a relationship to academic and extracurricular obligations and if students use for academic obligations some of the time management tools. It also deals with disturbing elements, that effect students in learning including modern phenomenon social networks.

## Metodika

Praktická část se zabývá motivací studentů při studiu, jejich time managementem a vlivem prokrastinace. Zabývá se také fenoménem sociálních sítí ve vztahu k plnění studijních povinností. Byl proveden kvantitativně orientovaný výzkum pomocí dotazníkového šetření, kterého se zúčastnilo celkem 408 studentů ze všech fakult ČVUT. Některé otázky byly voleny tak, aby umožnily porovnání vlivu distraktorů s ohledem na rychlý vývoj moderních technologií, s rokem 2012.

## Výsledky výzkumu

Výsledky výzkumu ukázaly, že většina studentů studuje obor, který studovat chtěla. Mají tedy velkou motivaci pro dokončení studia. I přesto se většina studentů občas dopouští prokrastinačního chování. Více než polovina studentů používá nějaký nástroj time managementu, především kalendář, diář a aplikace na mobilním telefonu. V porovnání s rokem 2012 používá méně studentů diář. Více studentů používá kalendář. Hlavním distraktorem studia jsou sociální sítě a internet, zatímco v roce 2012 to byla především rodina a spolubydlíci. Na sociálních sítích tráví většina studentů mezi 1-3 hodinami denně.

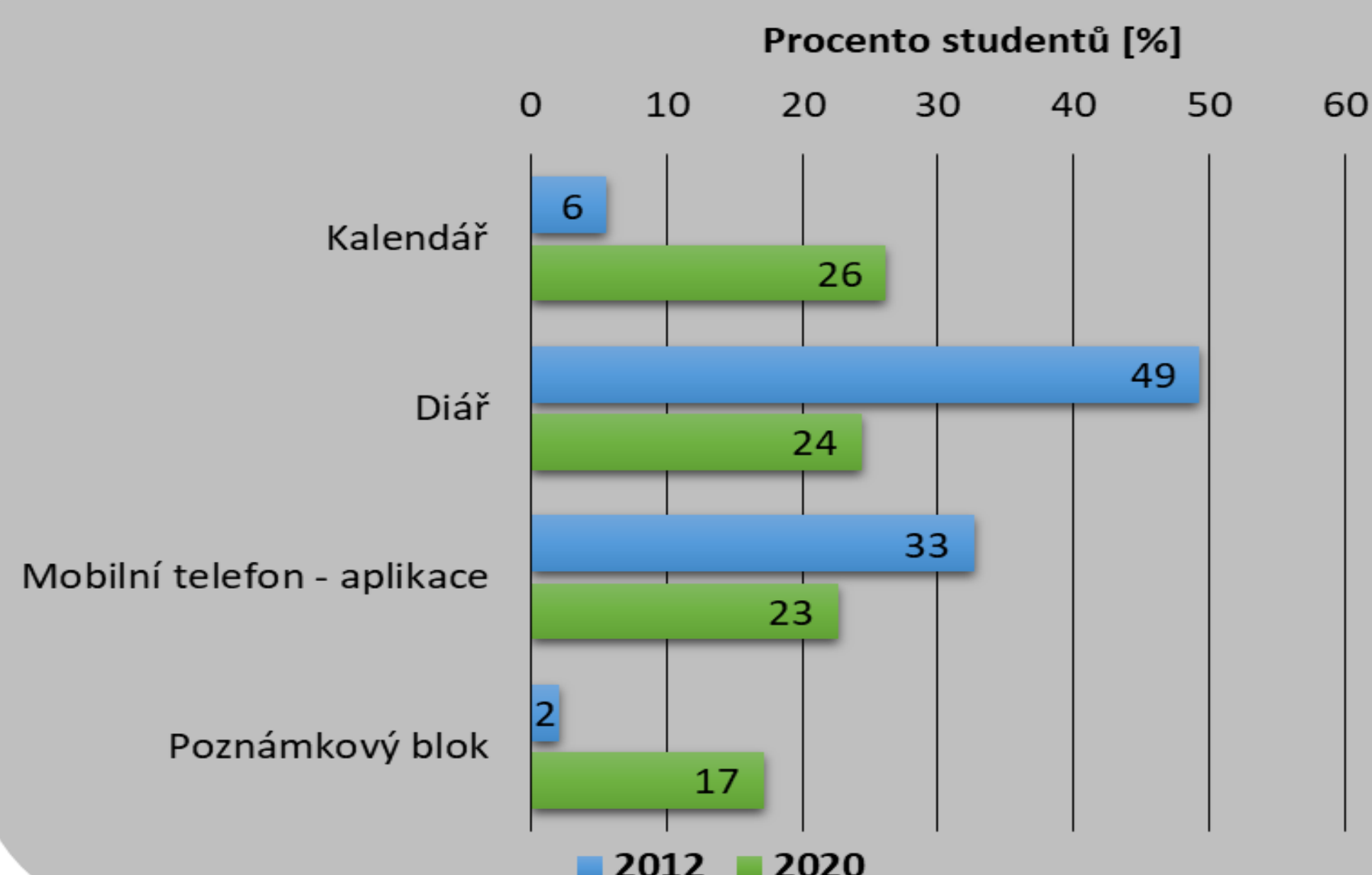
### Zdroje:

KALIVODOVÁ, Kateřina. Time management u VŠ studentů [online]. Plzeň, duben 2012.

KRUSE, Kevin. Moderní time management: zdvojnásobte svou produktivitu, aniž byste se cítili přepracovaní. Praha: Grada Publishing, 2019.

LUDWIG, Petr. Konec prokrastinace: jak přestat odkládat a začít žít naplno. Brno: Jan Melvil Publishing, 2013.

## Používáte při plánování nějaké pomůcky?



## Shrnutí výsledků

