

# 互联网背景下当代大学生碎片化时间管理的现状研究

武晓娜 孙梦瑶 吴 清  
(上海工程技术大学管理学院 201620)

【摘要】互联网时代,一个最显著的特征就是时间的碎片化,尤其是随着移动互联网的普遍应用,人们利用大量的时间去发微信、发微博,从而习惯了让大块的时间被碎片化。在读大学阶段,我们还有找到大块时间做事情的可能,但在职场,不可能指望自己能轻易挤出大块时间做工作。所谓“计划不如计划快”。大学生又是最容易受影响的群体,从而应该充分利用碎片化时间去学习其他方面的知识,为进入职场做好准备。通过对 1720 个大学生探索性分析,结果表明时间管理倾向问卷由时间价值感、影响时间管理因素等问题组成问卷,问卷数据有效,可以作为互联网背景下,当代大学生碎片化时间管理现状研究的有效工具。

【关键词】大学生 互联网 碎片化时间管理

## 一、概述

### (一)碎片化时间理论概述

“碎片化时间”指的是受众因为需求多元化以后,其工作生活所呈现的零碎时间段。在移动互联网中,“碎片化”时间指的是人们等电梯时、等公交和地铁时、乘车时等一些分散性的时间。

### (二)碎片化时间利用现状

笔者通过调查问卷的形式对上海在校的大学生进行了随机抽样调查,在问卷中对大学生每天用互联网学习、阅读等的时间利用以及大学生对自己碎片化时间的利用的看法等方面进行了调查。调查共回收有效问卷 1720 份。

1. 大学生的时间受互联网影响后规律性变差。问卷的数据分析结果体现出 37.69% 受调查的学生认为时间完全没有规律。同时在对时间的利用情况上,只有 7% 的同学认为时间规划井井有条,大多数学生认为时间没有规划。可以得出,学生对碎片化时间没有规划性。

2. 碎片化时间浪费严重。结果反映出大学生将碎片化时间利用在微博、微信、QQ 上的有 98%,以及利用在看视频、网购上也占有较大的比例,并未实现碎片化时间的最大价值。

## 二、问卷统计分析

课题组对发放的 1720 份问卷的做出统计,并且通过交叉性分析和差异性分析来对影响大学生碎片化时间的各个方面进行详细的分析。

### (一)交叉性分析

又称立体分析法,是在纵向分析法和横向分析法的基础上,从交叉、立体的角度出发,由浅入深、由低级到高级的一种分析方法。

表 1 年级在影响时间管理上的交叉分析

年 级			影响时间管理的因素			
			时间分散	没兴趣管理时间	突发事件多	自控力弱
			频数	百分比	频数	百分比
大一		频数	210	120	110	120
		百分比	65.6%	37.5%	34.4%	37.5%
大二		频数	380	210	290	390
		百分比	55.1%	30.4%	42.0%	56.5%
大三		频数	140	80	150	160
		百分比	48.3%	27.6%	51.7%	55.2%
大四		频数	220	140	180	280
		百分比	52.4%	33.3%	42.9%	66.7%

从上表我们可知,影响时间管理的因素中,大一学生里面选择最多的是时间分散(占比 65.6%);大二、大三和大四学生自控力弱选择最多(占比 56.5%、55.2%、66.7%)。可以得出,在大学阶段的新入校时,学生都是考虑到时间的分散性严重而对时间管理疏忽,在随着对大学生活的适应,出现自身问题的关注“自控力弱”而不再重视时间管理。

表 2 不同专业在影响时间管理上的交叉分析

专 业			影响时间管理的因素			
			时间分散	没兴趣管理时间	突发事件多	自控力弱
			频数	百分比	频数	百分比
金融类		频数	230	180	280	250
		百分比	47.9%	37.5%	58.3%	52.1%
材料类		频数	50	10	50	60
		百分比	45.5%	9.1%	45.5%	54.5%
计算机类		频数	110	50	60	120
		百分比	64.7%	29.4%	35.3%	70.6%
法律类		频数	40	20	20	50
		百分比	57.1%	28.6%	28.6%	71.4%
设计类		频数	50	10	90	80
		百分比	45.5%	9.1%	81.8%	72.7%
其他		频数	470	280	230	390
		百分比	60.3%	35.9%	29.5%	50.0%

从上表我们可知,金融类专业里面选择最多的是突发事件多(占比 58.3%),材料类、计算机和法律均选择专业自控力弱选择最多(占比 54.5%、70.6%以及 71.4%),设计类专业对突发事件多是选择最多的(占比 81.8%)。可以体现出,大学生在大学选择的专业不同,学习以及追求的目标也不统一,从而每个学生针对自己的状况得出的时间管理状况的结论不同。每个大学生都应根据自己的专业、目前时间规划来寻找一份适合自己的碎片化时间规划。

表 3 专业和从时间管理教育课程中获益的交叉分析

专 业			从时间管理教育课程中获益			
			时间管理理论与方法	了解知名人士的时间计划	指导自己进行合理的时间管理	提供一套时间管理监督测评体系
			频数	百分比	频数	百分比
金融类		频数	310	150	400	240
		百分比	64.6%	31.3%	83.3%	50.0%
材料类		频数	50	40	90	40
		百分比	45.5%	36.4%	81.8%	36.4%
计算机类		频数	60	100	110	120
		百分比	35.3%	58.8%	64.7%	70.6%
法律类		频数	50	30	50	50
		百分比	71.4%	42.9%	71.4%	71.4%
设计类		频数	50	30	90	70
		百分比	45.5%	27.3%	81.8%	63.6%
其他		频数	420	190	560	340
		百分比	53.8%	24.4%	71.8%	43.6%

从上表我们可知,金融类、材料类以及设计类专业里面选择最多的是指导自己进行合理的时间管理(分别占比 85.3%、81.8%和 81.8%),计算机类里面选择最多的是提供一套时间管理监督测评体系(占比 70.6%),法律类专业里面选择最多的是时间管理理论与方法和指导自己进行合理的时间管理(各占比 71.4%)。针对时间规划,专业的差异也体现出各自对时间管理的差异的需求。

表4 年级与网络使用用途的交叉分析

			4. 网络使用的用途				
			学习助手	运动助手	日常助手	社交	其他
年级	大一	频数	130	70	190	280	70
		百分比	40.6%	21.9%	59.4%	87.5%	21.9%
	大二	频数	400	110	520	600	120
		百分比	58.0%	15.9%	75.4%	87.0%	17.4%
	大三	频数	150	50	150	220	30
		百分比	51.7%	17.2%	51.7%	75.9%	10.3%
	大四	频数	180	70	290	340	30
		百分比	42.9%	16.7%	69.0%	81.0%	7.1%

从上表得知,大一至大四年级的大学生均将时间用在社交上为比例最大,分别为87.5%、87%、75.9%、81.0%,这也是体现着互联网对当今大学生课余时间的重要改变。

## (二)差异性分析

就是将一组资料的总变动量,依可能造成变动的因素分解成不同的部份,并且以假设检定的方法来判断这些因素是否确实能解释资料的变动。

表5 时间规律影响在性别上的差异比较

		N	M±SD	t	P
时间规律影响	男	56	2.11±0.82	-1.049	0.296
	女	116	2.23±0.69		

由上表可知,男生在第五题上的平均分为2.11,女生平均为2.23,独立样本t检验发现,时间规律影响在性别上不存在显著差异( $p>0.05$ ),说明对男女生来说,互联网的存在对他们的时间安排没什么影响,都趋向于选择第二个选项。

表6 时间管理在年级上的差异比较

		N	M±SD	F	P
(第七题)时间管理	大一	32	2.06±0.67	3.041	0.031
	大二	69	2.43±0.61		
	大三	29	2.38±0.49		
	大四	42	2.45±0.71		

由上表我们发现,大一在时间管理上平均为2.06,大二在时间管理上平均分为2.43,大三在时间管理上为2.38,大四为2.45,进行单因素方差分析发现,时间管理在年级上是存在差异的( $p<0.05$ )。从而得出年级的差异是时间管理不规律化的一个重要原因。我们都应该从自身所在的年级和专业去尝试和认真对待时间规划和碎片化的时间。事后检验发现,大一比大二和大四学生在时间管理上更有计划。我们应重视大学一年级时的时间管理,才能为大学的时间利用打好基础。

## 三、结论

碎片化时间看上去是很小的时间单元,但往深层次里看它是一个个小的注意力单元。可以在这些碎片化的时间进行思考,可以是带着问题查资料找素材请教他人,也可以是随手写下一些灵感,这样的片段多了,当可以抽出相对完整的半小时,把碎片化灵感整合成一个提纲,这是一种充分利用碎片化时间的方法。另一个建议是动手做一张表格,把你的碎片化时间单位用途和你生活中的情景关联起来,可以在碎片化的时间根据所列边个进行活动。

数据集中在20至24年龄短的人的碎片化时间利用习惯,我们

也可对25至45岁年龄段的人群做出预测,因为此年龄段的人群均为已经参加工作,他们的时间更加零碎。所以预测,这部分人群在“碎片化”时间,会多用来放松自己的娱乐和工作内容上的提升,但是也不缺乏在生活助手上的时间花费,这同时也是随着互联网的普及,当今社会的一种趋势。

同样,正确认识“碎片化”时间对高等教育培训的影响,首先要厘清两个问题:一是正确看待培训的目的与需求。高等教育培训的核心是引领人们不断自我完善、追求卓越、实现进取精神及价值。而在高等教育培训需求上,个体往往并不了然其究竟缺少什么,因此,人们需要真正理解高等教育的益处,有效的将“碎片化”时间与所追求的东西结合起来。二是正确看待培训与学习的关系。培训与学习的主体不同,高等教育开展的培训活动的效果取决于个体的学习态度和能力的在时间碎片化的背景下,就个体的学习而言,有效地学习一方面取决于学习的专注度,另一方面在于合理安排工作与学习时间,在“碎片化”的时间里,确保每天都有阅读、学习和思考的时间。

在人力资源方面,人力资源部门在适度控制的基础上对员工进行碎片时间管理的方法引导。并且,可以从管理的角度对员工碎片时间进行有效集成和模式创新,挖掘碎片时间的人力资源价值创造能量。首先,适度控制和正确引导。其次,引导员工学会碎片时间管理,使碎片时间有效化、价值化。第三,利用碎片时间进行人力资源微管理,如微学习、微培训、微分享、微沟通、微认可……员工在午餐前后、上下班路上、工作任务切换时等产生的碎片时间,可以利用来进行微学习、微创新,如一起讨论公司的某一个案子,提出合理化建议等。第四,适应碎片化工作趋势,进行人力资源管理模式创新,发掘碎片时间的人力资源价值创造能量。

## 参考文献

- [1]约克奇.《spss 其实很简单》.中国人民大学出版社.
- [2]吴明隆.《问卷统计分析实务·spss 操作与应用》.重庆大学出版社.
- [3]秋叶.《职场技巧碎片化时间管理》.《市场调查与预测》2011年第11期.

基金项目:本文受2016年市级大学生创新训练项目立项项目“互联网背景下当代大学生碎片化时间管理的现状研究”(编号:CS1603009)、“上海工程技术大学2016年度校级教学建设项目”,“《公司理财》(全英语)课程建设”(课题编号:k201603007)等课题资助。

作者简介:武晓娜(1997-),女,汉族,河北邯郸人,就读于上海工程技术大学,研究方向:财务管理;孙梦瑶(1997-),女,汉族,安徽滁州人,就读于上海工程技术大学,研究方向:财务管理;吴清(1976-),女,汉族,四川南充人,毕业于中南财经政法大学,研究方向:公司理财。