



28-29 МАРТА | 2024 ГОДА | ТОМСК

ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ ДЛЯ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ КОМАНД  
ЭФФЕКТИВНЫЕ УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ  
КОМАНДЫ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ  
КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ



ФЕДЕРАЛЬНАЯ  
ИННОВАЦИОННАЯ  
ПЛОЩАДКА  
МИНПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИИ



Департамент  
общего образования  
Томской области



Томский областной  
ИНСТИТУТ повышения  
и переподготовки  
качества работников  
образования

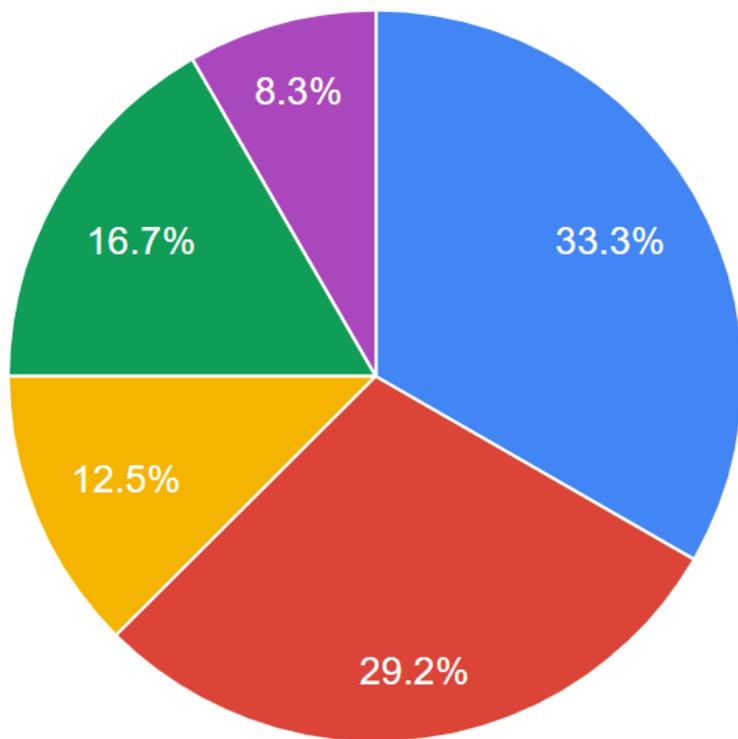
# Аутентичный темп жизни: Как найти свой?

(в поисках сэкономленного времени)

Тютюнников Петр Романович  
М.Н.С учебно-исследовательской  
лаборатория экспериментальной  
психологии НИ ТГУ



## «Бюджет времени» современного человека



● Работа

● Сон

● Дом и семья

● Чтение/просмотр новостей

● Свободное время



# Инфляция времени – «бюджет» тот же, а темп постоянно меняется



# Темп жизни?





- Скорость чередования в жизни разных дел и событий.
- Число событий и ситуаций, происходящих за единицу времени в контексте социального восприятия времени.
- Внешний, внутренний и социальные темпы жизни



# Почему опасно жить «не в своем» темпе?





## Риски

- Откладывание жизни «на потом» – «вырастешь – поймёшь».
- Чувство «фоновой растерянности» – растерянность как чувство, которое постоянно преследует.
- «Своя» жизнь становится «чужой».
- Снижение качества жизни, эмоциональное выгорание, депрессия.



## Время = информация?

- В современном мире темп жизни определяется и задаётся информацией
- Основная проблема: постоянное существование в параллельных информационных потоках и контекстах



**ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ ДЛЯ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ КОМАНД**  
**Аутентичный темп жизни: как найти свой?**



ФЕДЕРАЛЬНАЯ  
ИННОВАЦИОННАЯ  
ПЛОЩАДКА  
МИНПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИИ





## Что делать?

- «Ключевая задача – узнать своё действительное положение» (М.К. Мамардашвили)
- Фильтрация потоков информации и самой информации – определение контекста



## Что почитать?

- Психологическая топология пути (Мамардашвили М.К.)
- Мозг и время: быстрая жизнь, медленный мир и проблема терпения (Журнал «Моноклер»)
- Люди без памяти. Что делает с современным человеком культ скорости (Селина М.В., Шестеркин М.М.)



28-29 МАРТА | 2024 ГОДА | ТОМСК

ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ ДЛЯ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ КОМАНД  
ЭФФЕКТИВНЫЕ УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ  
КОМАНДЫ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ  
КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ



ФЕДЕРАЛЬНАЯ  
ИННОВАЦИОННАЯ  
ПЛОЩАДКА  
МИНПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИИ



Департамент  
общего образования  
Томской области



Томский областной  
ИНСТИТУТ повышения  
и переподготовки  
качества работников  
образования

# Аутентичный темп жизни: Как найти свой?

(в поисках сэкономленного времени)

Тютюнников Петр Романович  
М.Н.С учебно-исследовательской  
лаборатория экспериментальной  
психологии НИ ТГУ  
Контактная почта:  
tyutyunnikovpiere@gmail.com

МАСТЕР-КЛАССЫ

ЦИФРОВАЯ  
ТРАНСФОРМАЦИЯ  
ШКОЛЫ

КОНКУРСНОЕ  
ДВИЖЕНИЕ

ЭФФЕКТИВНАЯ  
РАБОТА  
С ПЕДАГОГИЧЕСКИМ  
КОЛЛЕКТИВОМ

БЛАГОПРИЯТНАЯ  
СРЕДА В КОЛЛЕКТИВЕ

ЛИДЕРСТВО  
В ОБРАЗОВАНИИ

ПОВЫШЕНИЯ  
КАЧЕСТВА  
ОБРАЗОВАНИЯ

ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ЛИЧНОСТНОГО  
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА  
УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ

ИМИДЖ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОРГАНИЗАЦИИ  
В СОЦИАЛЬНЫХ МЕДИА

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ