

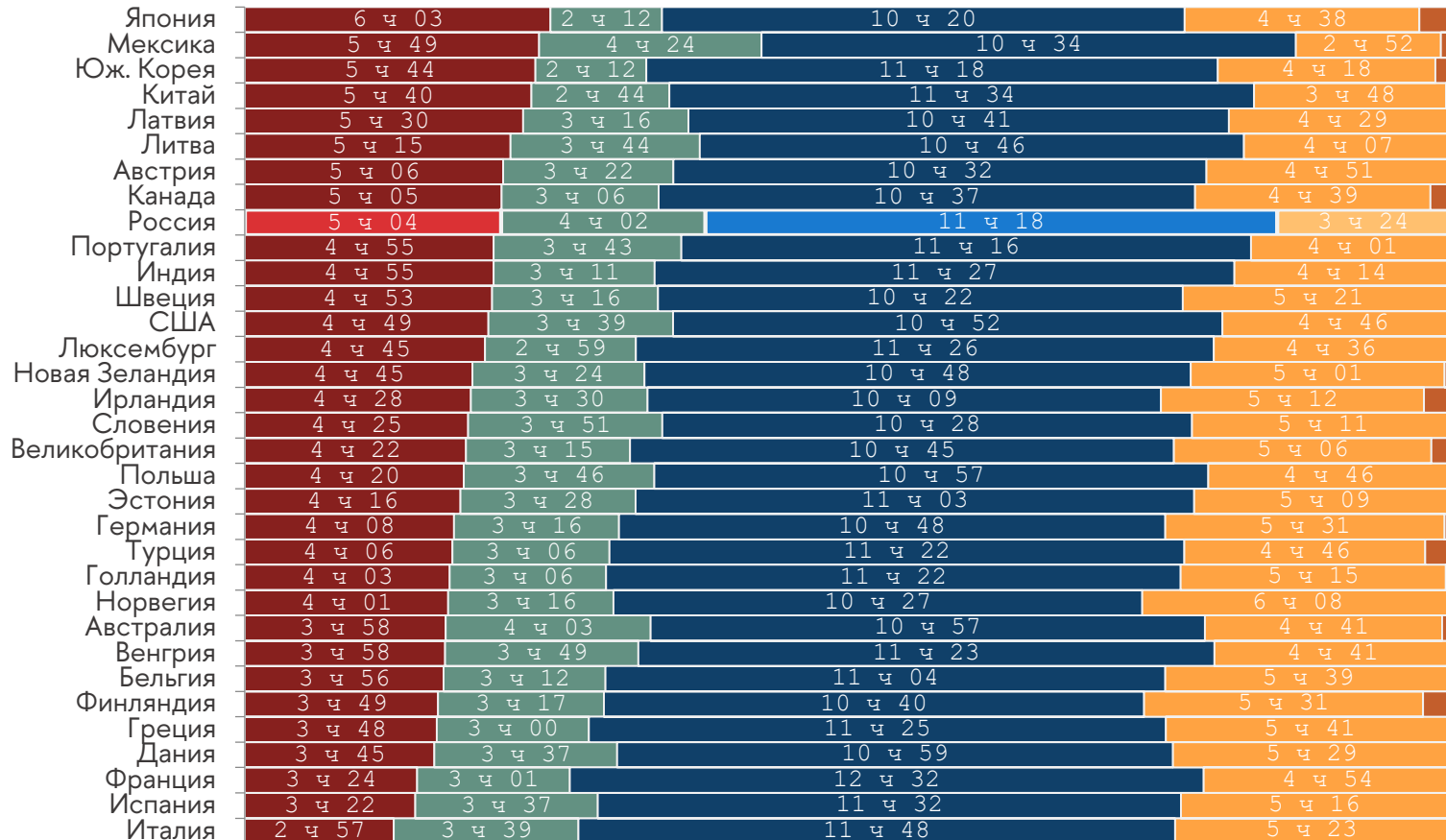


Мотивация для изучения бюджетов времени

- **Бюджет времени** — это баланс затрат времени на виды деятельности определенной категории населения в течение какого-либо периода (Патрушев, 1971)
- Бюджеты времени – **универсальный индикатор**, так как (1) у всех и всегда 24 часа в сутки, (2) охватывает все виды деятельности, (3) позволяет мерять домашнюю и неформальную экономику, а также досуг
- Изменения в структуре бюджета времени и его распределении между членами семьи фиксируют **социальные изменения** в обществе (пример – гендерное неравенство и влияние пандемии COVID-19) (Овчарова и др., 2022)
- Бюджеты времени включаются в оценки **качества жизни** (Индекс лучшей жизни ОЭСР, Канадский индекс благополучия и др.)
- **Что изучают с помощью бюджетов времени:**
 - Реальное поведение индивидов (vs ценностные ориентации)
 - Труд: оплачиваемый и неоплачиваемый
 - Забота о физическом и ментальном здоровье
 - Неравенство
 - Предпочтения
 - Досуг
 - и многое другое

Россия – много работающая (включая оплачиваемый и неоплачиваемый труд) и мало отдыхающая страна

Распределение суточного фонда времени населения в среднем за неделю



■ работа и учеба ■ домашний труд и производство ■ сон и уход за собой ■ досуг ■ другое

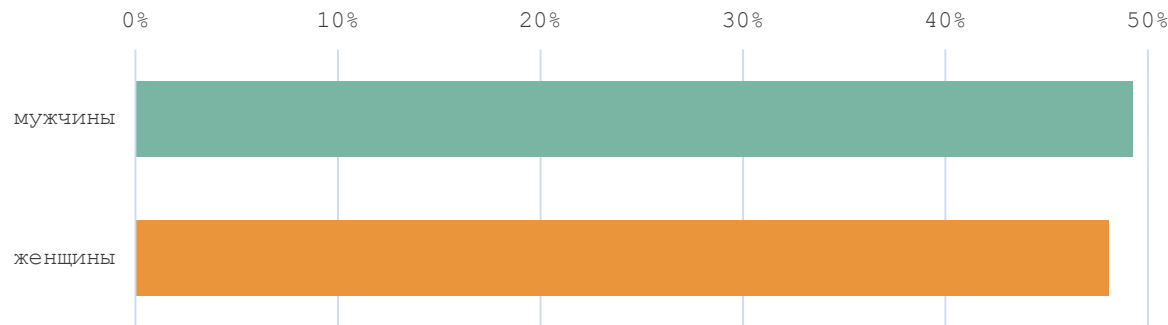
- Россия занимает **8 место** по временным затратам на оплачиваемый труд (5 ч. 01 мин.) среди рассматриваемых **33 стран ОЭСР**
- Россия занимает **2 место** по временным затратам на неоплачиваемый труд (4 ч 01 мин) среди тех же стран, уступая только мексиканцам
- Вся трудовая деятельность (оплачиваемая и неоплачиваемая суммарно) у россиян занимает 9 ч. 06 мин. в день. По этому показателю Россия также на **2 месте**: мы «проигрываем» только мексиканцам, обгоняя при этом представителей Японии и Южной Кореи
- Это компенсируется очень **низким количеством досуга у россиян** (3 ч 24 мин)



Россияне готовы больше работать, чтобы увеличить доход, но не готовы жертвовать доходом для увеличения свободного времени

48%

готовы больше работать, чтобы увеличить личный доход

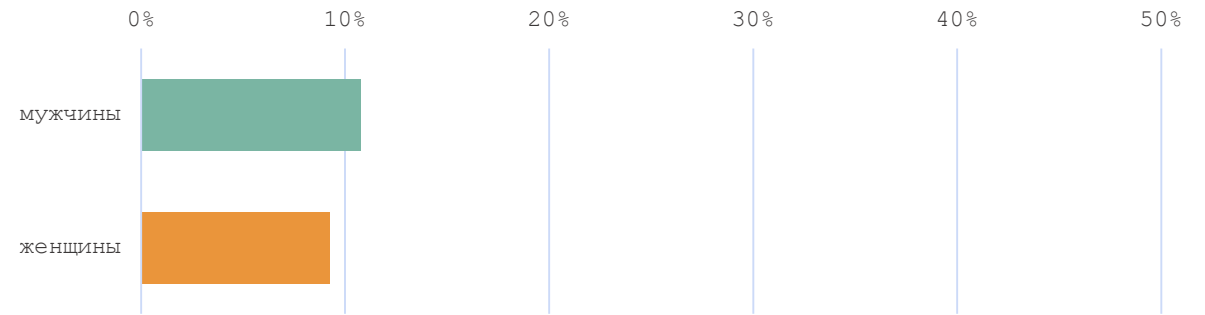


Среди тех, кто готов:

на **37%** нужно увеличить личный доход, чтобы согласились работать на 2 часа больше в день

10%

готовы сократить личный доход, чтобы иметь больше свободного времени



Среди тех, кто готов:

на **11%** готовы сократить личный доход, чтобы иметь на 2 часа больше в день свободного времени



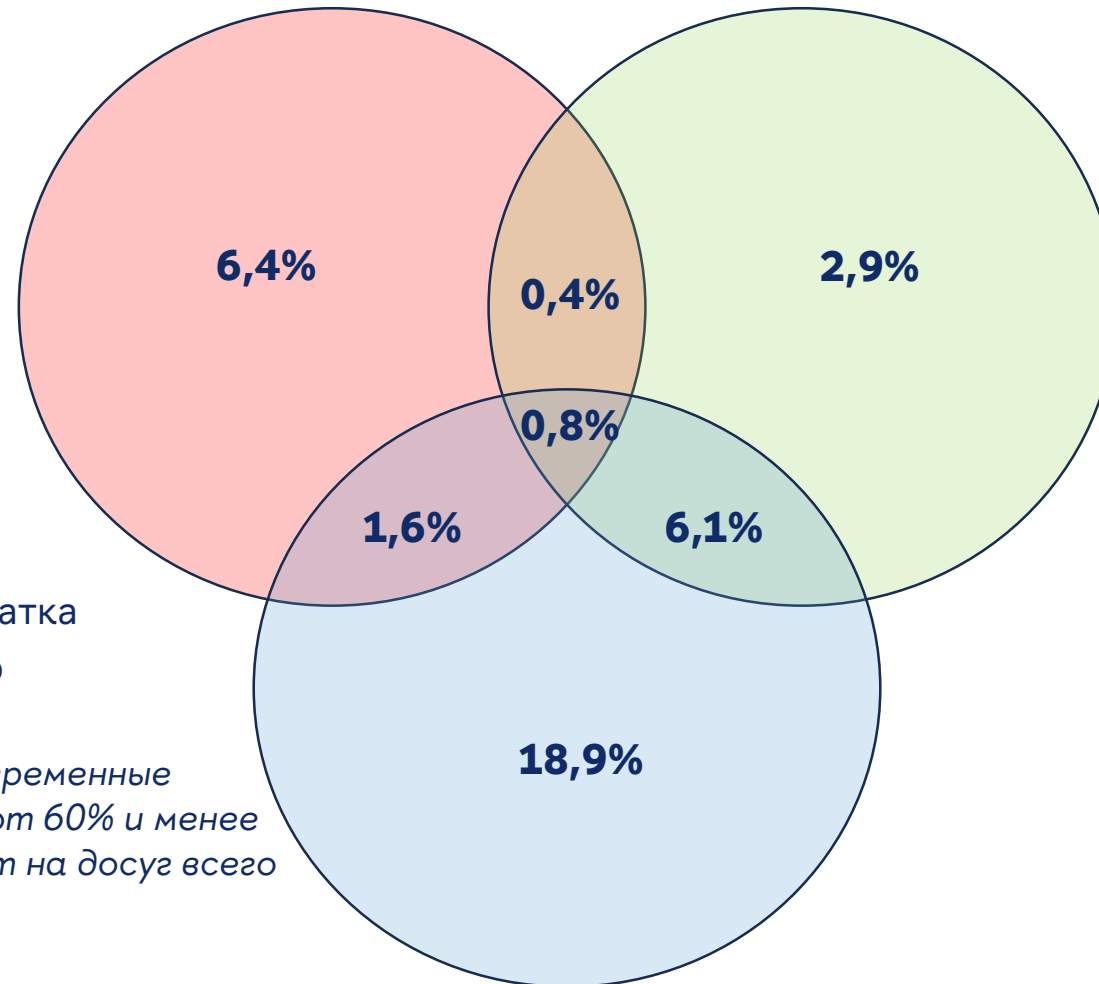
37% населения России находятся за чертой монетарной бедности или бедности по времени

Монетарная бедность по доходам – **9,2%**

Доля населения, у которого среднедушевой денежный доход ниже границы бедности

Бедность по времени, нехватка времени на досуг – **27,4%**

Доля населения, у которого временные затраты на досуг составляют 60% и менее медианных временных затрат на досуг всего населения России



Бедность по времени, переизбыток совокупного труда – **10,1%**

Доля населения, у которого суммарные временные затраты (на оплачиваемый и неоплачиваемый труд) составляют 150% и выше медианы суммарных трудовых затрат всего населения России.



Индикаторы структуры бюджетов времени – важная часть оценки качества жизни людей

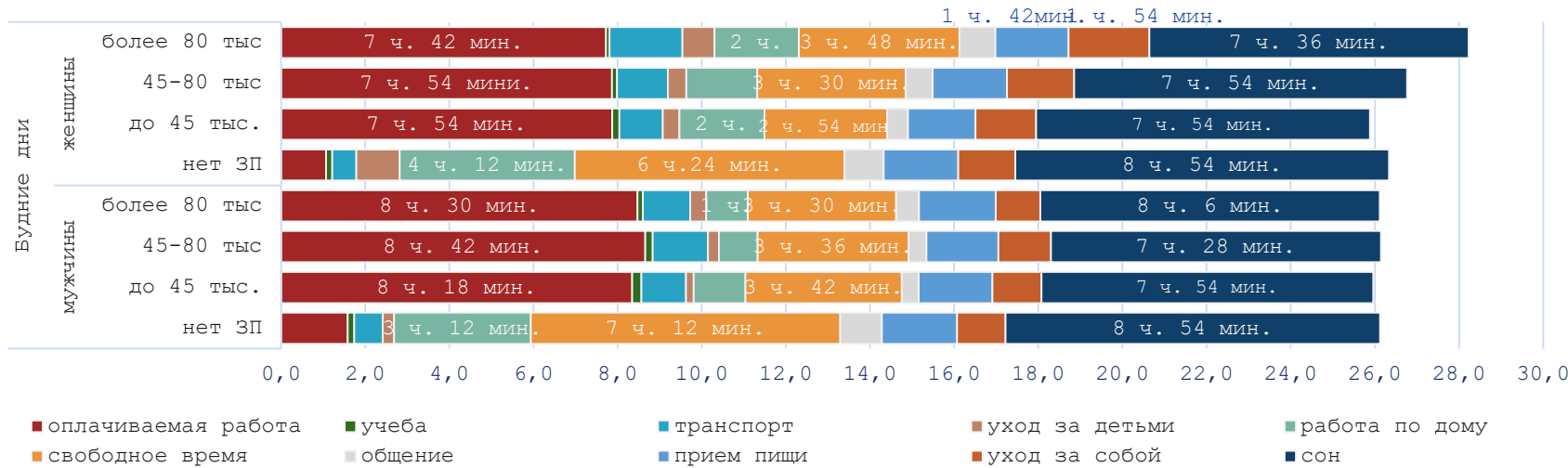
Факторы риска бедности по времени:

- Женский пол
- Возраст 25-54 года
- Проживание с партнером и наличие несовершеннолетних детей

У каждой доходной группы есть «своя» бедность по времени:

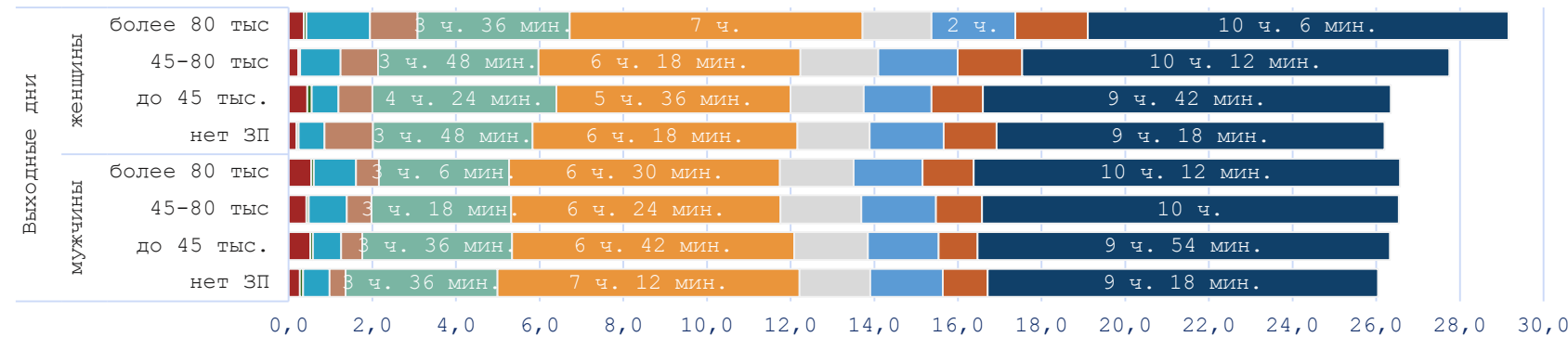
- **переизбыток часов** оплачиваемого труда – для высокодоходных россиян из городов-миллионников
- **дефицит досуга** - для среднедоходной группы (среднедушевой доход 60-100 тыс.руб в месяц)
- **переизбыток суммарной трудовой нагрузки** – для низкодоходных групп (менее 60 тыс.руб. в месяц)

Феномен ускоряющейся повседневной жизни - точно ли в сутках 24 часа?



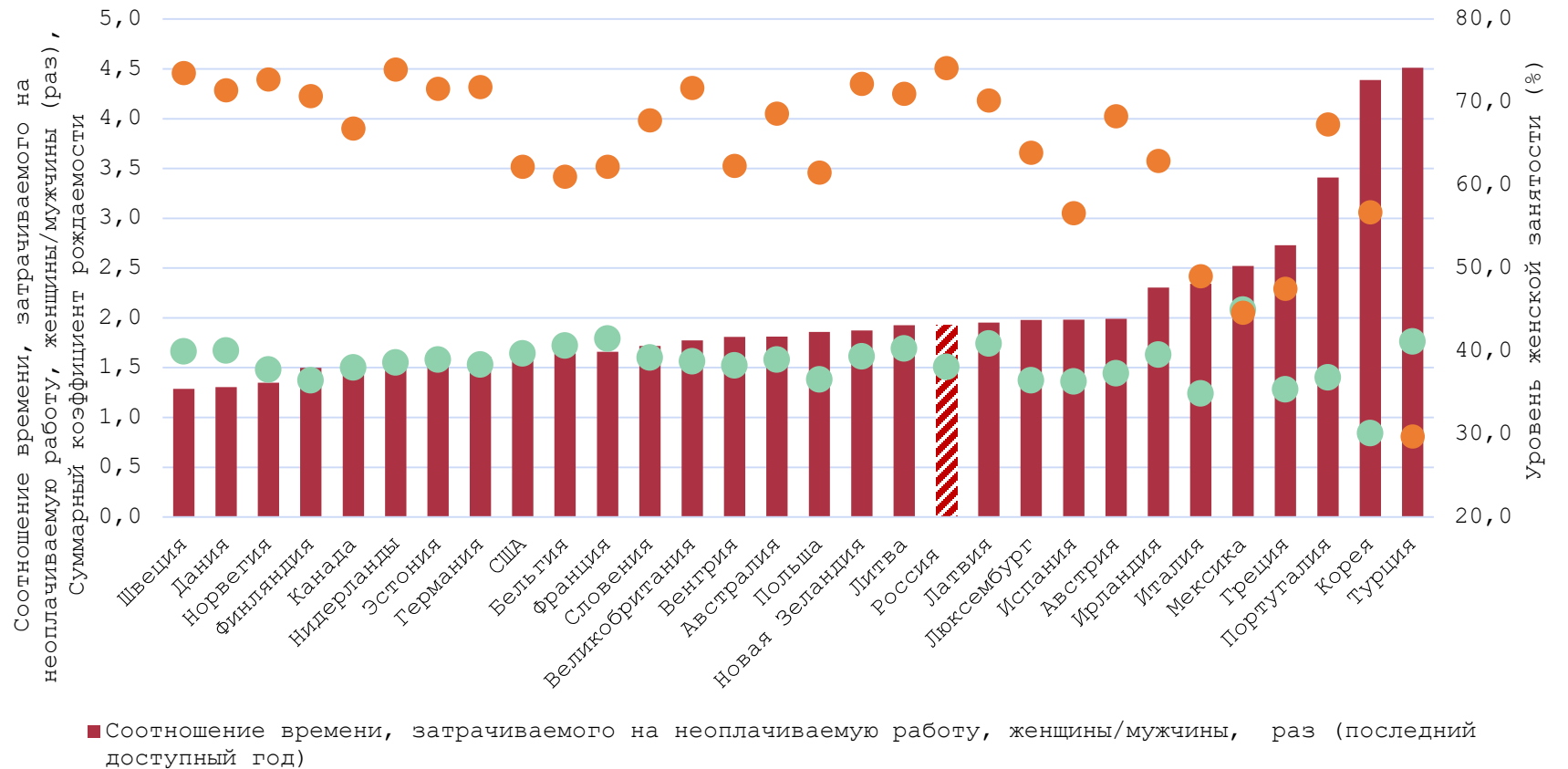
- Сутки становятся длиннее 24 часов за счет параллельной деятельности и мультитаскичности

- В России у женщин с более высоким уровнем зарплаты - в сутках более 28 часов



Время на неоплачиваемый труд, суммарный коэффициент рождаемости и уровень женской занятости в разных странах*

- Страны балансируют показатели рождаемости, женской занятости и показатель соотношения бюджета времени на неоплачиваемую работу между женщинами и мужчинами.
- Женщины в России тратят на неоплачиваемый труд в **2 раза** больше времени, чем мужчины. Для сравнения в Швеции – в **1,3 раза**, в Турции – в **4,5 раз**.



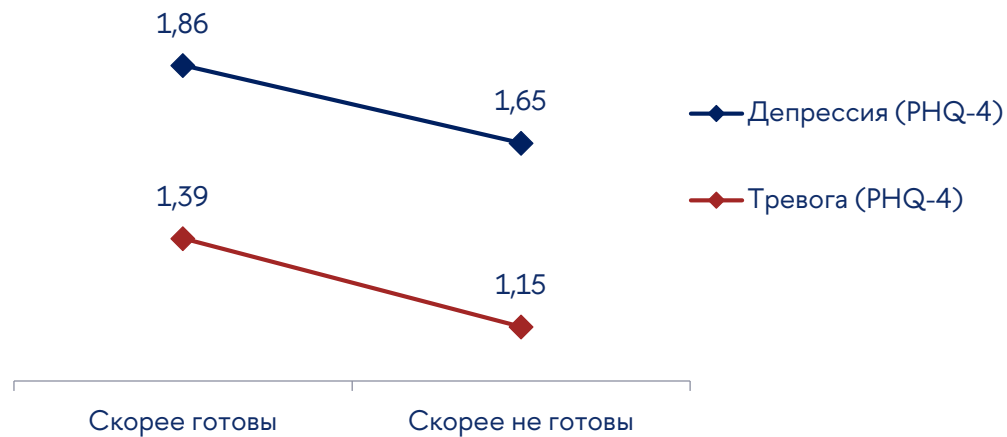
* Представлены все страны ОЭСР, по которым доступны данные по бюджетам времени

Источники: ОЭСР, Росстат (последний доступный год)

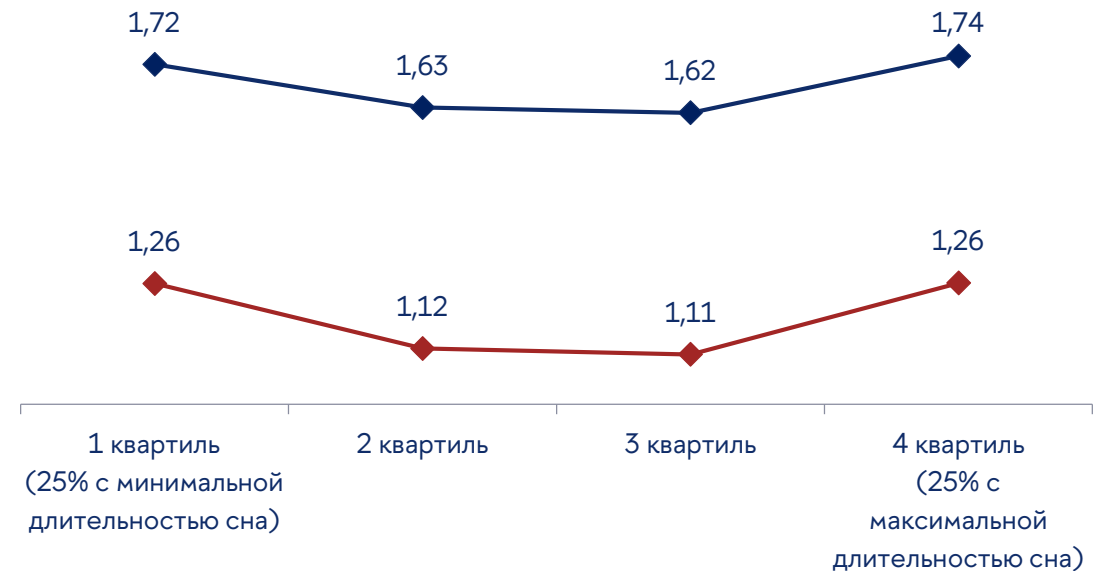
Структура бюджета времени связана с ментальным здоровьем

- Дефицит времени **снижает** качество жизни, субъективное и **психологическое благополучие** и вызывает проблемы с физическим и **ментальным здоровьем**.
- Дефицит времени на сон повышают выраженность депрессии и тревоги.
- В последние десятилетия сокращалась продолжительность сна: среди взрослых с полной занятостью ([Knuston et al. 2010](#)), подростков ([Costarin 2026](#)), населения России ([Bin et al. 2012](#))

Средние баллы по субшкалам депрессии и тревоги для населения 18+, которые готовы и не готовы сократить свой доход, чтобы иметь больше свободного времени



Средние баллы по субшкалам депрессии и тревоги для населения 18+ с различной длительностью сна



Источник: Экономическое поведение домохозяйств, НИУ ВШЭ, 2023.

Knutson K. L. et al. Trends in the prevalence of short sleepers in the USA: 1975–2006 //Sleep. – 2010. – Т. 33. – №. 1. – С. 37.;

costarin. (2026). Factors associated with sleep disorders in adolescents: A Literature Review. Journal of Health Research and Technology, 4(1), 97–109.; Bin Y. S., Marshall N. S., Glozier N. Secular trends in adult sleep duration: a systematic review //Sleep medicine reviews. – 2012. – Т. 16. – №. 3. – С. 223-230.



Москва, 2025



Токио, 2023



Москва, 2026

MIRZO ULUG'BEK NOMIDAGI
O'ZBEKISTON MIYQI
UNIVERSITETI



NATIONAL UNIVERSITY OF
UZBEKISTAN NAMED AFTER
MIRZO ULUG'BEK



Ташкент, 2023

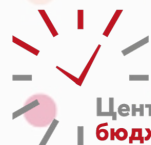
45th INTERNATIONAL ASSOCIATION FOR TIME USE RESEARCH CONFERENCE
国際生活時間学会第45回大会
27 - 30 NOVEMBER 2023 TOKYO, JAPAN



Токио, 2023



Москва, 2024



Центр исследований
бюджетов времени

