

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN AKADEMİK ERTELEME DAVRANIŞLARININ VE SEBEPLERİNİN İNCELENMESİ

Betül ŞAHİN¹

Özet:

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışı ile motivasyonları, zaman yönetimi becerileri, kaygı seviyeleri, konsantrasyon düzeyleri, cinsiyetleri, öğrenim gördükleri fakülteleri, derslere yönelik olumsuz tutumları arasındaki ilişkinin ortaya konmasıdır. Bu amaçla literatür taraması yapılmış ve korelasyonel araştırma bulguları ortaya konmuştur. Alan yazında incelenen araştırmalar ışığında akademik erteleme davranışının olumsuz algısını ortadan kaldırmak adına bireylerin geliştirmiş olduğu tutum ve davranışlar incelenmiştir. Bu araştırma için alan yazından alınan bulgular genel erteleme eğilim ölçeği, akademik erteleme ölçeği, sürekli kaygı envanteri, karar vermeyi erteleme ölçeği gibi ölçme araçlarından elde edilmiş ve istatistiksel sonuçları yorumlanmıştır. Taranan araştırmaların bulgularına göre cinsiyetin akademik erteleme davranışıyla arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Motivasyonla akademik erteleme davranışı arasında negatif bir korelasyon ortaya konmuştur. Buna karşın zaman yönetimi becerisinin düşüklüğü, kaygı seviyesinin yüksek olması, konsantrasyon düzeyinin düşük olması, derslere yönelik olumsuz tutum ile akademik erteleme davranış arasında anlamlı pozitif bir korelasyon olduğu ortaya konmuştur.

Anahtar kelimeler: akademik erteleme, erteleme davranışı

GİRİŞ

İnsanoğlu var olduğu günden beri erteleme davranışı göstermektedir. Erteleme davranışı belirli bir zamanda yaşayan insan davranışı olmaktan çok daha fazlasıdır. Öyle ki Sokrates ve Aristoteles gibi antik Yunan filozofları, kişinin yapması gerekeni bilmesine rağmen bunu yapmaktan kaçınma davranışını *akrasia* (*akrasya*) olarak tanımlamaktadır. *Akrasia*, bir irade zayıflığı ya da erteleme hastalığı gibi anlamlarda kullanılmaktadır.

¹ Öğrenci Betül ŞAHİN, Karabük Üniversitesi Mühendislik Fakültesi, Bilgisayar Mühendisliği, betullssahin@protonmail.com

En temel tanımıyla erteleme, kişinin yapması gereken görevleri veya alması gereken kararları kasıtlı olarak geciktirmesi veya ötelemesidir. Birey, yaşamının sadece belirli alanlarında erteleme davranışı sergileyebileceği gibi yaşamın her alanında da erteleme davranışı sergileyebilir (Ekşi, Dilmaç, 2010). Sweitzer (1999) ve Tuckman (1998) erteleme davranışını, kendini düzenleme eksikliği olarak tanımlamaktadır. Bu kendini düzenleme eksikliğinin akademik alanda görülmesi akademik erteleme olarak tanımlanmaktadır.

Akademik erteleme, ödev ve proje teslim etme, ders çalışma, sınavlara hazırlanma gibi akademik görev ve sorumlulukların bilinçli olarak geciktirilmesi, ötelenmesi ve son ana bırakılması olarak tanımlanmaktadır. Yapılan literatür taramasında incelenen araştırmalar gösteriyor ki özellikle üniversite öğrencilerinin büyük bir çoğunluğu akademik hayatlarında erteleme eğilimi göstermektedir. Ellis ve Knaus (1977) yapmış oldukları bir çalışmada öğrencilerin %95'inin kendilerini erteleme davranışı gösteren biri olarak tanımladıkları sonucuna varmışlardır.

Bu davranış ciddi akademik başarısızlıklara ve insan ilişkilerinde önemli problemlere yol açabilmektedir (Sweitzer, 1999). Ferrari, Johnson ve McCown'un (1995) çalışmaları incelendiğinde erteleme davranışının çeşitli psikiyatrik sendromlarla ilişkili olduğu kanıtlanmaktadır. Erteleme ve kendine zarar verme, görevden kaçınma, mükemmeliyetçilik, irrasyonel düşünceler ve depresyon arasında pozitif ilişkiler bulunmaktadır (Ferrari, Johnson ve McCown, 1995). Ayrıca kaygı seviyesi yüksek üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışı gösterme sıklığının diğer öğrencilere göre çok daha yüksek olduğu görülmektedir. Kaygı, nesnel olmayan bir tehlikeye karşı kişinin yaşadığı, bedensel, duygusal ve zihinsel değişimlerle kendini gösteren bir uyarılmışlık durumu olarak tanımlanmaktadır (Spielberg, Gorsuch ve Lushene, 1970; Aitken, 1982). Kaygı ve stres seviyesinin artması kişinin karar vermesinde zorluğa, ne yapacağını bilememesine sebep olmaktadır. Bunun sonucunda ise kişi akademik erteleme davranışı göstermektedir. Bu kaygı durumu sürekli (kronik) ise akademik erteleme davranışı da sürekli hale gelmekte, alışkanlığa dönüşmektedir.

Alan yazında akademik erteleme davranışının sebepleri arasında, göreve duyulan motivasyon eksikliği, zaman yönetimi becerisinin zayıflığı, başarısız olma korkusu, mükemmeliyetçilik, kaygı ve stres düzeyinin yüksek olması gibi başlıklar öne çıkmaktadır.

Davranışsal psikolojide kullanılan “zaman tutarsızlığı” kavramı erteleme davranışının nedenleri arasında yer almaktadır. Zaman tutarsızlığı, insan beyninin anlık ödüllere gelecekteki ödüllere daha fazla değer verme eğilimini ifade etmektedir (Clear, 2018).

İnsanın doğasında bulunan savunma mekanizmaları erteleme davranışıyla başa çıkmak için çeşitli tepkiler göstermektedir. Bu tepkiler; kaçınma, inkâr ve önemsizleştirme, dikkat dağıtma, karşı olgusallığın azaltılması, suçlama, alay etme şeklinde özetlenmektedir. Kaçınma tepkisi, ertelenen görevi anımsatan yerlerden ve durumlardan kaçmak olarak ortaya çıkmaktadır. İnkâr ve önemsizleştirme tepkisi, kişinin kendisini aslında erteleme davranışının önemli olmadığına inandırması şeklinde ortaya konan bir davranıştır. Dikkat dağıtma tepkisi, yapılması gereken göreve yönelik farkındalıktan kaçınmak, farklı görevlerle kişinin kendisini oyalaması tepkisidir. Karşı olgusallığın azalması tepkisi, erteleme davranışın getireceği sonuç daha kötü durumlarla karşılaştırılarak ertelemenin sonucunun zararsız algılanmasına neden olan tepkidir. Suçlama tepkisi, erteleme davranışının sorumluluğunu diğer kişilere yükleyerek bu sorumluluktan kaçma eylemidir. Alay etme tepkisi, erteleme davranışının psikolojik baskısından mizah kullanılarak kurtulmaya çalışma şeklidir.

YÖNTEM

Bu korelasyonel araştırmada üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışı göstermelerindeki nedenler, akademik ertelemecilerin göstermiş olduğu ertelemeyi destekleyici davranışlar, akademik erteleme alışkanlığını sağlıklı boyuta getirebilmek için yapılması gerekenler araştırılmış ve bütünleştirilip akademik erteleme ile aralarında bir neden sonuç ilişkisi kurulmak amaçlanmıştır. Bu amaçla bu araştırmada literatür taraması yöntemi kullanılarak nicel bir araştırma yapılmıştır.

Korelasyonel araştırma, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri ve neden sonuç ile ilgili ipuçlarını belirlemek için gerçekleştirilen nicel bir araştırma yöntemidir (Benzer, 2019).

Çalışma Grubu

Literatür taramasında seçilen araştırmaların çalışma grupları Türkiye'deki farklı illerde ve farklı fakültelerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Çalışma grubuna seçilen öğrencilerin belirli yaş ve sınıf kategorisi bulunmamaktadır.

Veri Toplama Araçları

Literatür taramasında, akademik erteleme eğilimi ile cinsiyet, motivasyon, zaman yönetimi becerisi, konsantrasyon güçlüğü, eğitim görülen fakülte, akademik başarı, kaygı ve stres seviyesi, başarısız olma düşüncesi arasındaki korelasyonu araştıran çalışmalar incelenmiştir. Bu

Çalışmalarda genel erteleme eğilim leği, akademik erteleme leği, sürekli kaygı envanteri, karar vermeyi erteleme leği gibi lme araçları kullanılmıştır.

Genel Erteleme Eğilim leği

Ölçek, başarı durumlarında öğrencilerin genel konulardaki erteleme eğilimlerini değerlendirmek amacıyla Lay (1986) tarafından geliştirilmiştir. Erteleme davranışını ölçen bu ölçek tek boyuttan oluşmakta ve günlük hayattaki erteleme davranışlarını ifade eden 20 maddeden oluşan 5’li likert tipi ölçektir.

Akademik Erteleme leği

Öğrencilerin akademik alandaki erteleme davranışına olan eğilimlerini ölçmek amacıyla Aitken (1982) tarafından geliştirilen ölçektir. Tek boyutlu olan ölçek 19 maddeden oluşan 5’li likert tipindedir.

Sürekli Kaygı Envanteri

Spielberger, Gorsuch ve Lushene (1970) tarafından geliştirilen durumluk-sürekli kaygı envanterinin alt leği olan sürekli kaygı envanteri bireylerin genel kaygı seviyelerini ölçmektedir. Le Compte ve ner (1985) tarafından Türk kültürüne uyarlanarak geçerli ve güvenilir bir lme aracı olma niteliği taşıtmaktadır.

Karar Vermeyi Erteleme leği

Bireylerin karar vermedeki eğilimlerini ölçmek amacıyla Mann (1982) tarafından geliştirilen ölçek 5 maddeden oluşan 5’li likert tipinde bir ölçektir.

BULGULAR

Bu korelasyonel araştırmaya dahil edilen çalışmalarda uygulanan ölçeklerin sonuçları incelendiğinde akademik ertelemenin sebeplerine dair bulgular toplanmıştır.

Üniversite ğrencileri üzerinde yapılan çalışmalarda akademik erteleme eğilimi ile motivasyon, zaman yönetimi becerisinin düşük olması, konsantrasyon güçlüğü ile anlamlı korelasyon görülmektedir. Buna karşın cinsiyetin akademik erteleme davranışına olan etkisinde anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

3473'ü erkek, 4640'ı kız olan toplamda 8113 üniversite öğrencisinin yer aldığı 25 farklı çalışmadan elde edilen sonuçlara göre akademik erteleme davranışının cinsiyetle olan ilişkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Yapılan çalışmalarda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla akademik erteleme eğilimi gösterdiği ifade edilmektedir. Ancak cinsiyet farkının akademik erteleme üzerinde düşük bir etkiye sahip olduğu belirlenmektedir.

Farklı fakültelerde eğitim gören 305'i kadın, 278'i erkek toplamda 583 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir başka çalışmada öğrencilerin okudukları fakültelerin akademik ertelemeye olan eğilimleri incelenmiştir. Eğitim ve mühendislik fakültesindeki öğrencilerin güzel sanatlar fakültesi, fen edebiyat fakültesi öğrencilerine göre daha fazla akademik erteleme eğilimi gösterdikleri belirlenmiştir.

Sürekli kaygı düzeyinin akademik erteleme davranışı üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalardan elde edilen sonuçlara göre sürekli kaygı düzeyleri yüksek olan öğrencilerin akademik erteleme eğiliminin yüksek olduğu belirlenmektedir.

Akademik erteleme ölçeği uygulanan bir başka grup üzerinde yapılan çalışmanın bulguları; akademik erteleme eğilimi ile ders çalışmaya yönelik olumsuz tutum, olumsuz zaman yönetimi, konsantrasyon güçlüğü arasında anlamlı bir korelasyon olduğu görülmektedir. Buna karşın akademik erteleme ile motivasyon ve akademik başarı arasında anlamlı bir korelasyon görülmemektedir.

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu korelasyonel araştırmada üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışı gösterme eğilimleri ile motivasyon, zaman yönetimi becerileri, cinsiyetleri, kaygı ve stres seviyeleri, konsantre olma düzeyleri arasındaki korelasyon incelenerek akademik erteleme davranışının nedenleri araştırılmıştır.

Literatür taraması sonucunda seçilen çalışmaların bulguları incelendiğinde üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışı göstermeleri ile kaygı düzeylerinin yüksek olması, ders çalışmaya yönelik olumsuz tutumları, düşük zaman yönetimi becerileri, konsantrasyon güçlüğü arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Motivasyon ile akademik erteleme eğilimi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların sonuçlarına göre anlamlı negatif bir ilişki olduğu ortaya çıkmaktadır. Bu çalışmalar incelendiğinde

motivasyon ve güdü kavramları özelinde bir kavram yanılgısı olduğu görülmektedir. Bu çalışmaların bazılarında iki kavram aynı anlamda kullanılmaktadır.

Motivasyonun kaynağı güdüdür. Güdü, bir bireyin bir eylemi yapmaktaki sebebi olarak tanımlanmaktadır. Motivasyon ise güdüden sonra gelmektedir. Motivasyon geçici ve kısa vadeli bir kavramdır ancak güdü ise daha uzun vadede eylemlerimizi etkileyen daha kalıcı bir kavramdır. Yapılan çalışmalarda incelenen motivasyon ile akademik erteleme davranışı ilişkisinin negatif bir korelasyona sahip olmasının sebebi budur. Kaygı seviyesi düşük olan bireylerin motive olmaları ve görevlerini yerine getirmeleri daha kolayken kaygı seviyeleri arttıkça motive olmakta zorlanmaktadırlar. Bu durumda o göreve yönelik güdülenmeleri gerekmektedir. Geçerli bir güdülenmeye sahip bireyler yüksek motivasyona sahip olmasalar da akademik erteleme davranışı göstermeye eğilimleri düşüktür. Buna göre motivasyon ile akademik erteleme davranışı arasında negatif bir ilişki olması anlamlıdır. Bu sonuç Brownlow ve Reasinger (2000), Senecal, Koestner ve Vallenard (1995), Orpen'in (1998) yapmış olduğu çalışmaların sonuçlarıyla örtüşmektedir.

Zaman yönetiminde başarılı olmayan bireylerin verilen görev ve sorumlulukları düzenlemede ve gerekli zamanı ayırmada zorluk yaşadıkları ve bu nedenle yaşadıkları kaygı sebebiyle akademik erteleme davranışı göstermeye yatkın oldukları görülmektedir. Bu sonuç Aitken (1982), Balkıs (2006), Ferrari ve ark. (1997), Lay ve Schouwenburd (1993), McCown, Petzel ve Rupert'in (1987) çalışmalarıyla da tutarlılık göstermektedir.

Araştırmaların bulguları gösterdiği üzere erkek üniversite öğrencilerinin, kız öğrencilere göre akademik erteleme davranışı gösterme eğilimi yüksektir. Alan yazında cinsiyetin akademik erteleme eğilimi ile anlamlı bir korelasyon olmadığına dair araştırmalar bulunmaktadır (Watson, 2001; Hess, Sherman, ve Goodman, 2000; Haycock, McCarty, ve Skay, 1998; Ferrari, 1991; Johnson ve Bloom, 1995; Effert ve Ferrari, 1989; Rothblum, Solomon, ve Murakabi, 1986; Solomon ve Rothblum, 1984). Ancak Dolye ve Palude (1998), Washington (2004), Balkıs (2006) tarafından yapılan farklı çalışmalarda cinsiyet ile akademik erteleme eğilimi arasında anlamlı pozitif korelasyon olduğu ortaya konmuştur.

Çalışmanın sonucunda motivasyon seviyesinin düşük olması, zaman yönetimi becerisinin yetersiz olması, sürekli kaygı seviyesinin yüksek olması, karar vermekte zorlanmak, derslere karşı olumsuz tutuma sahip olmak bireyi akademik erteleme davranışı göstermeye itmektedir. Akademik erteleme davranışını azaltmak için bu sebeplerde iyileştirme ve düzenleme yapılması gerekmektedir.

Clear'in (2018) araştırmaları sonucunda akademik erteleme davranışını azaltmak için yapılması gerekenleri dört ana başlıkta belirtmektedir. Harekete geçmenin dln daha hızlı elde etmek, ertelemenin sonuçlarıyla daha hızlı karşılaşmak, gelecek eylemlerin planlanması, görevleri daha yapılabilir hale getirmek.

Harekete geçmenin ödüllerini daha hızlı hale getirmek, davranışsal psikolojide kullanılan zaman tutarsızlığı kavramını ifade etmektedir. Verilen görev veya sorumluluğun yerinde getirilmesi durumunda elde edilecek olan dln daha hızlı elde edilmesi akademik erteleme eğilimini azaltmaktadır. Benzer mantıkla ertelemenin sonuçlarıyla da daha hızlı yüzleşmek bireyin akademik erteleme davranışından sakınmasına sebep olmaktadır.

Zamanın akıllıca ve verimli planlanması akademik erteleme eyleminin gerçekleşme oranını düşürmektedir. Bu nedenle gelecek eylemler, sorumluluklar ve görevler verimli şekilde planlanmalıdır.

Yapılması gereken görevlerin zorluk derecesi arttıka başarısız olmak korkusu ve mükemmeliyetçilik düşüncesi sebebiyle bireyler akademik erteleme eğilimi göstermesi daha yüksektir. Bu nedenle yapılması gereken görev ve sorumluluklar daha yapılabilir küçük parçalara ayrıldığı takdirde bireyin akademik erteleme davranışı gösterme ihtimali de azalmaktadır.

KAYNAKLAR

Aitken, M. E. (1982). A personality profile of the college student procrastinator. Unpublishe Doctoral Dissertation, University of Pitts burgh

Anonim, (2024). Procrastination. Wikipedi. <https://en.wikipedia.org/wiki/Procrastination>

Balkıs, M. ve Duru, E. (2010). Akademik erteleme eğilimi, akademik başarı ilişkisinde genel ve performans benlik saygısının rolü. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (27), 159-170.

Balkıs, M., Duru, E., Buluş, M. ve Duru, S. (2006). Üniversite ğrencilerinde akademik erteleme eğiliminin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Ege Eğitim Dergisi, (7), 57-73.

Bhatt, T. (2023). Understanding the factors influencing academic procrastination: a comprehensive review. Journal Of Namibian Studies, 35, 4396-4414.

Clear, J. (2018). Atomik alışkanlıklar. Pegasus Yayınları.

Clear, J. (2018). Procrastination: a scientific guide on how to stop procrastinating. James Clear.
<https://jamesclear.com/procrastination>

Çeri, B. K., Çavuşoğlu, C. ve Gürol, M. (2015). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzeylerinin incelenmesi. International Journal of Social Science, 34, 385-394.
<http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2721>

Çikrikçi, Ö. ve Erzen, E. (2016). Cinsiyetin akademik erteleme üzerindeki etkisi: meta-analiz. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 31(4), 750-761.
<https://doi.org/10.16986/HUJE.2016015387>

Ekşi, H. ve Dilmaç, B. (2010). Üniversite öğrencilerinin genel erteleme, karar vermeyi erteleme ve akademik erteleme düzeylerinin sürekli kaygı açısından incelenmesi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 23(2), 433-450.

Ellis, A. ve Knaus, W. J. (1977). Overcoming procrastination. New York: Signet Books.

Kınık Ö., & Odacı H., (2020). Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: Bazı bireysel ve çevresel değişkenler bir etken olabilir mi? Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science, 10(1), 183-192.
<https://doi.org/10.5961/jhes.2020.380>

Özer, B. U. ve Topkaya, N. (2011). Akademik erteleme ve sınav kaygısı. Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 2(2), 12-19.
<http://dergi.adu.edu.tr/egitimbilimleri/>