

Üniversite Öğrencilerinde Akademik Erteleme ve Yordayıcıların Değerlendirilmesi

Academic Procrastination and Evaluation of Predicting Factors in University Students

© Ahmet Topuzoğlu¹, © Furkan Özel¹, © Zeynep Meral², © İbrahim İnci², © Mehmet Akif Ülgen², © Sena Özge Aslan²

¹Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

²Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, İstanbul, Türkiye

ÖZ

Amaç: Erteleme davranışı, olumsuz sonuçları olabileceğinin bilinmesine rağmen bir eyleme başlamayı ya da eylemi bitirmeyi geciktirmektir. Erteleme davranışı bireylerde kaygı ve rahatsızlıklara sebep olarak günlük yaşam kalitesini bozabilmektedir. Ertelemenin bir alt türü olarak akademik erteleme, özellikle öğrenciler arasında yaygındır. Bu çalışmanın amacı Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencileri arasında erteleme davranışı gösterenlerin ortalama erteleme skorunu ve öğrencilerin genel ağırlıklı not ortalamasına (GANO) etkisini araştırmak ve bireylerin kişilik özellikleri ile erteleme davranışının ilişkisini değerlendirmektir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmamızda, katılımcılara 12 adet sosyodemografik soru, Tuckman akademik erteleme ölçeği (TAEÖ), Rosenberg Öz Saygı ölçeği ve Hewitt ve Flett çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğini (HFMO) içeren sorular çevrimiçi olarak sorulmuştur.

Bulgular: Araştırmaya, 1'den 6'ya kadar tüm sınıflardan 227 öğrenci katılmıştır. Katılımcıların %62,1'i kadınlardan oluşmaktadır. Fiziksel aktivite alışkanlığı olanların akademik erteleme davranışı daha az görülmüştür (p=0,012). Geliri yetersiz olanların sosyal odaklı mükemmeliyetçiliği daha fazla görülmüştür (p=0,033). Psikiyatrik hastalık tanısı almış katılımcıların, TAEÖ ve HFMO arasında da istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur (p<0,05).

Sonuç: Sosyal odaklı mükemmeliyetçiliği yüksek olan katılımcıların daha fazla akademik erteleme davranışı sergiledikleri ortaya konmuştur. Öz saygı seviyesi düşük olan öğrencilerin daha çok akademik erteleme davranışı gösterdikleri ve sosyal odaklı mükemmeliyetçilik düzeylerinin yüksek olduğu gözlenmiştir. Psikiyatrik hastalık tanısı almış katılımcıların mükemmeliyetçiliğinin sosyal alt boyutu ve akademik ertelemeyle ilişkisi istatistiksel olarak anlamlıdır. Katılımcıların GANO değerleri ile akademik erteleme davranışı, öz saygı ve sosyal odaklı mükemmeliyetçilik arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Erteleme, benlik saygısı, mükemmeliyetçilik

ABSTRACT

Objectives: Procrastination can be described as the delay of a task despite being aware of the potential negative consequences this behaviour can create. Procrastination behavior can cause anxiety and discomfort, therefore it can disturb the life quality. Academic procrastination which is a subtype of procrastination, is common among students. Our aim is to evaluate the mean score of procrastination among students of Marmara University Faculty of Medicine, its effects on the grade point average (GPA) of the students and its relationships with personality factors.

Materials and Methods: In our study a sociodemographic questionnaire including 12 questions, Tuckman academic procrastination scale (TAPS), Roseberg Self-esteem scale and the Hewitt and Flett Multidimensional Perfectionism scale (HFPS) were completed by the participants online.

Results: Two hundred twenty-seven students from all classes from 1 to 6th grade participated in the study. 62.1% of the participants are women. Academic procrastination was less common in those with physical activity habits (p=0.012). Socially prescribed perfectionism was observed more in those with insufficient income (p=0.033). A statistically significant relationship was found between psychiatric illness and TAPS, HFPS (p<0.05).

Conclusion: As a result, it has been revealed that participants with high socially focused perfectionism exhibit more academic procrastination behavior. Students with low self-esteem levels exhibit more academic procrastination and their socially prescribed perfectionism levels are high. It was observed that the relationship between the socially prescribed perfectionism and academic procrastination of the participants diagnosed with psychiatric illness was statistically significant. There was no statistically significant relationship between GPA and academic procrastination behavior, self-esteem and socially prescribed perfectionism.

Keywords: Procrastination, self-esteem, perfectionism

Yazışma Adresi/Address for Correspondence: Furkan Özel, Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim dalı, İstanbul, Türkiye

Tel.: +90 543 329 00 32 E-posta: drfurkanozel@gmail.com ORCID: orcid.org/0000-0003-2856-9525

Geliş Tarihi/Received: 24.04.2021 Kabul Tarihi/Accepted: 22.06.2021

©Telif Hakkı 2022 Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği / Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, Galenos Yayinevi tarafından yayınlanmıştır.



Giriş

Her insanın yaşamının çeşitli dönem ve alanlarında yerine getirmesi gereken sorumlulukları veya görevleri bulunmaktadır. Ancak insanların bazı sorumluluklarını ertelerek son ana bırakmaları da oldukça sık gözlenmektedir. Burka ve Yyen'in¹ çalışmalarında bu davranıştan muzdarip kişilerin, bir sonraki sefer görevlerini ertelemeyecekleri konusunda kendilerine söz verseler dahi kendilerini yeniden görevlerini ertelerken buldukları belirtilmiştir. Bu durum "erteleme döngüsü" olarak da adlandırılmaktadır. Yerine getirilmesi gereken görevlerin ertelenerek geciktirilmesi yapılan işlerin kalitesini düşürerek kişisel başarı ve üretkenliği azaltmaktadır. Psikolog ve düşünür William James'in 1886'da yazdığı bir mektupta "Hiçbir şey tamamlanmamış bir işin sonsuzcasına bekleyişinden daha yorucu değildir." şeklinde dile getirmiş olduğu tasvirine ve Steel'in² 2007 yılında yaptığı çalışmasında bu davranışın izlerini M.Ö. 800'lere kadar sürebilmesine istinaden, erteleme tarihinin boyunca var olagelmış bir insan davranışı olduğu söylenebilir. Erteleme birey üzerindeki etkisini görebilmemiz mümkün olmasına karşın bilimsel bir çalışma konusu olarak ele alınışı son 30-35 yıllık bir süreyi içermektedir. Erteleme genişleyen araştırma sahasına rağmen keşfedilmesi gereken pek çok yanı olduğu dile getirilmiş ve bu olgunun insanın en az anlaşılabilir davranışlarından birisi olduğu belirtilmiştir.¹⁻⁴

İnsanların günlük yaşamlarında sıkça karşılaştıkları "erteleme"; olumsuz sonuçları olabileceği bilinmesine rağmen bir eyleme başlamayı ya da eylemi bitirmeyi geciktirmek olarak tanımlanmaktadır. Bu davranışın sonucunda da kişi stres ve rahatsızlık yaşayabilmektedir.^{5,6} Yapılan bir araştırmaya göre erteleme davranışı, yetişkinlerin %20,0'sinde görülmektedir.⁷ Erteleme bir alt türü olarak tanımlanan akademik erteleme ise, özellikle öğrenciler arasında yaygındır. Türk öğrenciler ile yapılan bir çalışmada "akademik erteleme" öğrencilerin %52,0'sinde görülmüştür.⁸

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir başka çalışmaya göre; erteleme davranışının, genel ağırlıklı not ortalaması (GANO), özenetim, akademik özyeterlik ve benlik saygısıyla negatif yönde anlamlı ilişkili olduğu bulunmuştur.⁹ Bir başka çalışma ise mükemmeliyetçiliğin, kişilerde erteleme davranışını tetiklediğini belirlemiştir.¹⁰ Eğitim fakültesi öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada ise mükemmeliyetçilik bazında kadınlar için yordayıcı değişkenler kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik olarak bulunurken; erkekler için tek yordayıcı değişkenin kendine yönelik mükemmeliyetçilik olduğu saptanmıştır.¹¹

Erteleme ile ilişkisi saptanan birçok kavram bulunmasına rağmen erteleme asıl sorun mu yoksa bir semptom mu olduğu bir tartışma konusudur. Bu bağlamda, erteleme üzerine yapılacak çalışmaların geliştirilmesindeki birinci basamak, sorunun yaygın ve dikkate değer olduğunu göstermektir. Tüm bu durumlar, dünyada olduğu gibi ülkemizde de söz konusu alanı aydınlatmaya yönelik araştırma gereksinimine dikkat çekmektedir. Burdan yola çıkarak çalışmamızın amacı Marmara

Üniversitesi Tıp Fakültesi (MÜTF) öğrencilerinin erteleme davranışının, akademik başarı, öz saygı, mükemmeliyetçilik ile ilişkisini ve sosyodemografik özelliklere göre farklılıklarını değerlendirmektir.

Gereç ve Yöntem

Kesitsel tipteki araştırmamızın evreni MÜTF'de okuyan öğrencilerden oluşmaktadır. Minimum örneklem büyüklüğü Epi Info 7.2 (Epi Info™, Division of Health Informatics & Surveillance, CDC, Atlanta GA) programı ile, evrendeki öğrenci sayısı 1464 olmak üzere %95'lik güven aralığında 304 öğrenci olarak hesaplanmıştır. Örneklem sınıf mevcutlarına göre birinci sınıftan 54; ikinci sınıftan 51; üçüncü sınıftan 46; dördüncü sınıftan 53, beşinci sınıftan 55 ve altıncı sınıftan 45 öğrenci olacak şekilde ağırlıklandırılmıştır.

Çalışma Helsinki Deklarasyonu Prensiplerine uygunluk ilkesini kabul ederek, Marmara Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 04.12.2020 tarihli, 09.2020.1256 protokol koduyla onay alınarak gerçekleştirildi. Katılımcıların bilgilendirilmiş onam formu vasıtasıyla rızaları alındı. Katılımcılara, sosyodemografik sorulara ek olarak, erteleme alışkanlığı, öz saygı düzeyleri ve mükemmeliyetçilik düzeylerini belirlemek için sırasıyla 14 sorudan oluşan beşli Likert biçiminde Tuckman akademik erteleme ölçeği (TAEÖ), 10 sorudan oluşan ve dörtlü Likert biçiminde Rosenberg Öz Saygı ölçeği (RÖSÖ) ve 15 sorudan oluşan yedili Likert biçiminde Hewitt ve Flett çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği'nin "Başkalarının kendinden beklentileri ile ilgili mükemmeliyetçilik" alt başlığında bulunan sorular yöneltilmiştir. Anketler için herhangi bir kesme puanı uygulanmamış, her üç ölçek için de alınan puanlar arttıkça ölçüm düzeylerinin arttığı kabul edilmiştir. Anket soruları, katılımcılara çevrimiçi olarak internet ortamında Google Formlar (<https://docs.google.com/forms>) üzerinden ulaştırılmıştır. Anket linki öğrencilerin devamlı kullandığı sosyal medya gruplarına gönderilerek gönüllülük esaslı çerçevesinde ankete katılmaları istenmiştir. Anket cevapları 11-21 Aralık 2020 tarihleri arasında kabul edilmiştir.

İstatistiksel Analiz

Veri analizi SPSS 24.0 (IBM Inc., Armonk, NY) programı ile gerçekleştirilmiştir. Ortalamaların karşılaştırılması sonrası iki bağımsız grup için normal dağılım verilerde Student's t-testi, normal dağılmayan verilerde Mann-Whitney U testi, ikiden fazla bağımsız gruplar için normal dağılmayan verilerde Kruskal-Wallis testi uygulandı. P değerinin <0,05'ten küçük olması istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

Bulgular

Araştırma kapsamında çevrimiçi anket ile 227 MÜTF öğrencisine yani örneklem hesabının yaklaşık %75,0'ine ulaşılmıştır. Katılımcılardan 97 kişi GANO sorusuna yanıt vermemişken, diğer soruların tamamına tüm katılımcılar yanıt vermiştir.

Katılımcıların %62,1'i (n=141) kadınlardan %37,9'u (n=86) erkeklerden oluşmaktadır. En fazla buldukları sınıf, %21,9

(n=50) ile beşinci sınıf olurken en az buldukları sınıf %9,6 (n=22) ile üçüncü sınıf olarak belirlenmiştir. Katılımcıların %55,9'u (n=128) ailelerinin yanlarında yaşamaktadır. Gelir durumunun yeterli olduğunu belirtenlerin oranı %74,0 (n=168) iken, düzenli olarak fiziksel aktivite yaptıklarını belirtenlerin oranı ise %46,6 (n=104) bulunmuştur. Katılımcıların %9,6'sının (n=22) kronik hastalık tanısı ve %11,8'nin (n=27) psikiyatrik hastalık tanısı olduğu görülmüştür (Tablo 1).

Kronik hastalığı olan 22 kişide, en fazla bulunan hastalık %41,0 ile (n=9) astım olmuştur. Diğer sık rastlanan hastalıklar ise migren, hashimato tiroiditi ve romatoid artrit olarak bulunmuştur. Psikiyatrik hastalık açısından ise en fazla görülen hastalık %38,0 (n=13) ile anksiyete olmuştur. Diğer sık rastlanan psikiyatrik rahatsızlıklardan ise depresyon tanısı alanların oranı %29,0 (n=9), obsesif kompulsif bozukluğu tanısı alanların oranı %12,0'dir (n=4).

Tablo 1. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri

		n	%
Cinsiyet	Kadın	141	62,1%
	Erkek	86	37,9%
Medeni durum	Bekar	225	99,1%
	Evli	2	0,9%
Sınıf	1. sınıf	45	19,7%
	2. sınıf	29	12,7%
	3. sınıf	22	9,6%
	4. sınıf	38	16,7%
	5. sınıf	50	21,9%
	6. sınıf	44	19,4%
Yaş	<20 yaş	39	17,2%
	>20 yaş	188	82,8%
Yaşadığı yer	Tek başına	35	15,4%
	Aile yanında	128	55,9%
	Arkadaşlarla birlikte	49	22,3%
	Yurtta	14	6,1%
Yaşamının ilk 12 yılını geçirdiği yer	Köy	9	3,9%
	Kasaba	15	6,6%
	Şehir	203	90,0%
Gelir durumu	Yetersiz	25	11%
	Yeterli	168	74%
	Fazla	35	15%
Fiziksel aktivite alışkanlığı	Var	104	46,6%
	Yok	127	54,4%
Sigara kullanımı	Var	39	17,5%
	Yok	188	82,5%
Kronik hastalık durumu	Var	22	9,6%
	Yok	205	90,4%
Psikiyatrik hastalık durumu	Var	27	11,8%
	Yok	200	88,2%

Katılımcıların sırasıyla en fazla 70 ve 40 puan alabildikleri TAEÖ ve RÖSÖ puan ortalamaları Tablo 2 içerisinde sunulmuştur. (Tablo 2). Katılımcılar GANO değerlerine göre 3 ve daha fazla olanlar yüksek akademik başarı ve 3'ün altında olanlar düşük akademik başarı düzeyi gösterenler olarak kategorize edilmiştir.

Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine göre TAEÖ'den aldıkları puanlar karşılaştırıldığında, psikiyatrik hastalığı olup olmama durumu ve fiziksel aktivite yapma yapmama durumları istatistiksel açıdan ilişkili bulunmuştur (sırasıyla, p=0,043 ve p=0,021). Düzenli fiziksel aktivite yapanların ve psikiyatrik hastalık tanısı olmayanların erteleme eğilimleri daha düşüktü (Tablo 3). Katılımcıların erteleme davranışları ile gelir durumları, cinsiyetleri veya sınıfları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Tablo 3). Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine göre RÖSÖ'den aldıkları puanlar incelenmiş ancak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Hewitt ve Flett sosyal odaklı mükemmeliyetçilik ölçeğinden aldıkları puanlara göre ise sadece gelir düzeyi ile istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmuştur. Gelir düzeyi yetersiz olanların, yeterli ve daha fazla gelire sahip olanlara göre daha çok mükemmeliyetçi oldukları görülmüştür.

Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanlara göre Spearman korelasyon testleri uygulandı. TAEÖ ile RÖSÖ arasında negatif yönde, istatistiksel olarak ileri derecede anlamlı, düşük güçte korelasyon tespit edildi. TAEÖ ile Hewitt ve Flett Sosyal odaklı mükemmeliyetçilik ölçeği arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak ileri derecede anlamlı, düşük güçte korelasyon tespit edildi. RÖSÖ ile Hewitt ve Flett sosyal odaklı mükemmeliyetçilik ölçeği arasında ise negatif yönde, istatistiksel olarak anlamlı, düşük güçte korelasyon tespit edildi (Tablo 4). Katılımcıların GANO değerleri ile TAEÖ (p=0,181, 1-β=0,38), RÖSÖ (p=0,684, 1-β=0,11) ve Hewitt ve Flett sosyal odaklı mükemmeliyetçilik ölçeği puanları (p=0,181, 1-β=0,38) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmadı.

Tartışma

Araştırmamızda tespit ettiğimiz akademik erteleme puanlarının, TAEÖ'nün Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında, iki ayrı üniversitenin öğrencileriyle yapılan çalışmada kaydedilen puanlarla yakın benzerlik gösterdiği gözlemlenmiştir.¹²

Literatürde akademik başarısı düşük olan öğrencilerin daha çok akademik erteleme davranışı sergilediğini gösteren çalışmalar vardır,¹³⁻¹⁵ fakat çalışmamızda öğrencilerin GANO değerleriyle, akademik erteleme düzeyleri arasında bir ilişki

Tablo 2. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların ve GANO değerlerinin ortalama puanları

	Ortalama ± Standart sapma
Tuckman akademik erteleme ölçeği	41,79±11,85
Rosenberg öz saygı ölçeği	25,59±1,81
GANO	3,02±0,36
Hewitt-Flett sosyal odaklı mükemmeliyetçilik ölçeği	54,77±14,58

GANO: Genel ağırlıklı not ortalaması

tespit edilmemiştir. Bu sonuç, katılımcı öğrencilerin önemli bir kısmının akademik erteleme stratejik olarak kullandığını gösteriyor olabilir. Stratejik akademik erteleme, kısıtlı zamanın stres aracılığıyla yarattığı ekstra motivasyonu çalışmalar için bir tür yakıt olarak kullanırlar ve bu tip erteleme literatürde fonksiyonel tip olarak sınıflandırılır. Bu tip erteleme, kısıtlı zaman içinde iyi sonuçlar elde edebileceklerine dair kendilerine güvenleriyle disfonksiyonel erteleme türlerinden ayrılırlar.¹⁶ Bu da bize, üniversitemiz öğrencilerinin uzun soluklu, yorucu ve zahmetli eğitim hayatlarında, eğitim ve sosyal hayata ayıracakları vakti dengeleyebilmek adına böyle bir çalışma planı geliştirmiş olabileceklerini düşündürmektedir.

Çalışmamızda sınıf ve akademik erteleme arasında bir ilişki bulunamamasına karşın yapılan bazı çalışmalar akademik erteleme ile sınıf düzeyi arasındaki ilişki üzerine çelişkili bulgular bildirmiştir. Bir çalışmada, öğrencilerin zamanla

Tablo 3. Katılımcıların Tuckman akademik erteleme ölçeğinden aldıkları puanların sosyodemografik verilerine göre değerlendirilmesi

		Medyan	Persantil (25-75)	p
Gelir Durumu	Yetersiz	46,00	29,00-57,00	0,086
	Yeterli	41,00	32,00-50,00	
	Fazla	49,00	35,00-56,00	
Psikiyatrik hastalık	Var	48,00	31,00-56,00	0,043*
	Yok	42,00	32,00-50,00	
Fiziksel aktivite	Var	40,00	29,00-48,00	0,021*
	Yok	44,00	35,00-53,00	
Cinsiyet	Kadın	44,00	36,00-50,00	0,116
	Erkek	40,00	30,00-51,00	
Sınıf	1. sınıf	39,00	30,00-50,00	0,064
	2. sınıf	39,00	30,00-56,00	
	3. sınıf	46,50	33,00-51,00	
	4. sınıf	37,00	28,00-45,00	
	5. sınıf	45,00	38,00-50,00	
	6. sınıf	43,00	36,00-53,50	

*p<0.05

Tablo 4. Katılımcıların ölçek puanlarının Spearman korelasyon testiyle değerlendirilmesi

	Tuckman akademik erteleme ölçeği	Rosenberg öz saygı ölçeği	Hewitt ve Flett sosyal odaklı mükemmeliyetçilik ölçeği
Tuckman akademik erteleme ölçeği		-0,226**	0,234**
Rosenberg öz saygı ölçeği			-0,138*

**p<0.001, *p<0.05

pratik yaparak akademik erteleme davranışının üstesinden geldikleri gösterilmişken,¹⁷ bir başka çalışmada ise sınıf düzeyi yükseldikçe akademik erteleme davranışının arttığı bulunmuştur.¹⁸ Akademik erteleme ve cinsiyet arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada erkekler arasında akademik erteleme davranışının daha yaygın olduğu belirlenmiştir.^{2,17} Bir başka çalışma ise çalışmamızla paralel olarak; kadınların akademik erteleme açısından daha yüksek risk altında olduklarını ve ertelemeyle ilişkili daha fazla anksiyete hissettiklerini vurgulamıştır.¹³ Ertelemenin, egzersiz ve yemek gibi sağlıklı kişisel bakım alışkanlıklarını sürdürme becerisini azaltmanın yanında daha fazla alkol, sigara ve kafein kullanımına neden olduğu gösterilmiştir.¹⁹ Çalışmamız da buna paralel olarak düzenli fiziksel aktivite yapan öğrencilerin daha az erteleme davranışı gösterdiklerine işaret etmektedir. Ayrıca çalışmamızda, başkalarının kendisinden beklentileri ile ilgili mükemmeliyetçiliği yüksek olan öğrencilerin daha fazla akademik erteleme davranışı sergiledikleri saptanmıştır. Bu iki kavram arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara bakıldığında, mükemmeliyetçiliğin sosyal alt boyutunun, akademik erteleme ile pozitif yönlü bir ilişkisi olduğu ortaya konmuşken, kişisel alt boyutuyla negatif yönlü ilişkisi olduğu bulunmuştur.²⁰⁻²² Mükemmeliyetçiliğin sosyal alt boyutuna sahip olan kişiler sürekli olarak dışarıdan onaylanma ihtiyacı hissederler ve hata yapmaktan, başarısız olmaktan, insanların gözünde değer kaybetmekten aşırı korkarlar. Bunun yanında öğrenmekten ve kendilerini gerçek anlamda geliştirmekten ziyade iyi bir izlenim bırakma ve performans odaklı olduklarından dolayı içsel olarak motivasyon sağlamakta ve sürdürmekte zorlanırlar. Sevginin ve onayın başarı koşuluyla verildiği ya da çocuğun kabiliyetlerinden şüphe duyulan aile ortamları bu tip mükemmeliyetçi karakterlerin oluşması için önemli bir faktördür. Araştırmamızda katılımcıların öz saygı seviyeleriyle akademik erteleme davranışları arasındaki ilişki incelenmiş ve öz saygı seviyesi düşük olan öğrencilerin daha çok akademik erteleme davranışı gösterdikleri ortaya konmuştur. Çalışmamızla benzer şekilde pek çok farklı çalışma, erteleme davranışı gösterenlerin düşük öz saygı seviyesine sahip olduğunu göstermiştir.^{1,14,23,24} Geçmiş araştırmalar, sosyal odaklı mükemmeliyetçiliğin düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğunu göstermektedir.²⁵ Çalışmamızda ise, benzer şekilde düşük öz saygı seviyesine sahip öğrencilerin, başkalarının kendisinden beklentileri ile ilgili mükemmeliyetçilik düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmamızda, daha önce psikiyatrik bir hastalık tanısı almış olmanın, mükemmeliyetçiliğin sosyal alt boyutu ve akademik erteleme ile ilişkisi incelendiğinde, istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Fakat psikiyatrik hastalık tanısının öz saygıyla anlamlı bir ilişkisi olmadığı gösterilmiştir. Bu konuda yapılan çalışmalarda, akademik erteleme davranışı olanların psikolojik iyilik hallerinin daha düşük olduğu, daha yüksek anksiyete ve depresif belirtiler gösterdikleri belirlenmiştir.²⁶ Buna ek olarak, yapılan çok sayıda çalışma, mükemmeliyetçiliği ve sosyal alt boyutunu; anksiyete, depresyon, alkolizm, anoreksiya ve kişilik bozuklukları gibi ciddi negatif sonuçlarla ilişkilendirmiştir.²⁷⁻³⁰

Çalışmanın Kısıtlılıkları

Çalışmadaki veriler katılımcılara pandeminin de getirdiği zorunluluklardan ötürü online anket aracılığıyla elde edilmiştir. Ayrıca, ileri derecede erteleme davranışı sergileyen öğrenciler sosyal medya yoluyla kendilerine ulaştırılmış anketi cevaplamayı ertelemiş ve sonrasında anketi cevaplamayı unutmuş olabilirler, bu da araştırmaya katılanların daha az ertelemeci tutumları olan öğrencilerden oluşmuş olabileceğini düşündürülebilir. GANO'sunu bildirmeyen öğrenciler sosyal onaylanma gereksinimini daha fazla hisseden öğrenciler olabilir. GANO yanıtlamasındaki kayıplar tip 2 hataya yol açmış olabilir ve bu nedenle sonuçlar etkilenmiş olabilir. Çalışma kesitsel bir çalışmadır ve bir tıp fakültesindeki öğrencileri temsil etmektedir dolayısıyla sonuçları diğer örneklemelere genellenemeyebilir.

Sonuç

Akademik erteleme öğrenciler arasında azımsanmayacak kadar yaygın bir şekilde görülen bir davranıştır. Çalışmamıza katılan katılımcıların arasında ise sosyal odaklı mükemmeliyetçiliği yüksek olanların daha fazla akademik erteleme davranışı sergiledikleri ortaya konmuştur. Öz saygı seviyesi düşük olan öğrencilerin daha çok akademik erteleme davranışı gösterdikleri ve sosyal odaklı mükemmeliyetçilik düzeylerinin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Bu gibi alt gruplar ileri çalışmalarla ortaya konulmalıdır. Çok fazla zaman almadan doldurulabilen ölçeklerle akademik erteleme davranışı sergileyen öğrenciler kolaylıkla tespit edilebilir. Riskli veya tespit edilmiş alt gruplara yönelik danışmanlık hizmetleri veya grup terapileri vasıtasıyla çözüm önerileri üretilerek, bireylerin akademik kariyerlerinin gelişmesinde önemli olabilecek bu durumun önüne geçilebilir.

Etik

Etik Kurul Onayı: Çalışma Helsinki Deklarasyonu Prensiplerine uygunluk ilkesini kabul ederek, Marmara Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 04.12.2020 tarihli, 09.2020.1256 protokol koduyla onay alınarak gerçekleştirildi.

Hasta Onayı: Katılımcıların bilgilendirilmiş onam formu vasıtasıyla rızaları alındı.

Hakem Değerlendirmesi: Editörler kurulu tarafından değerlendirilmiştir.

Yazarlık Katkıları

Konsept: A.T., F.Ö., Z.M., İ.İ., M.A.Ü., S.Ö.A., Dizayn: A.T., F.Ö., Z.M., İ.İ., M.A.Ü., S.Ö.A., Veri Toplama veya İşleme: Z.M., İ.İ., M.A.Ü., S.Ö.A., Analiz veya Yorumlama: A.T., F.Ö., Z.M., İ.İ., M.A.Ü., S.Ö.A., Literatür Arama: A.T., F.Ö., Z.M., İ.İ., M.A.Ü., S.Ö.A., Yazan: A.T., F.Ö., Z.M., İ.İ., M.A.Ü., S.Ö.A.

Çıkar Çatışması: Yazarlar tarafından çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Yazarlar tarafından finansal destek almadıkları bildirilmiştir.

Kaynaklar

1. Burka JB, Yuen LM. Procrastination: Why You Do It What to Do about It. Cambridge, MA: Da Capo Press. 1983.
2. Steel P. The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychol Bull.* 2007;133:65-94.
3. Milgram NN, Mey-Tal G, Levison Y. Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. *Personality and Individual Differences.* 1998;25:297-316.
4. Ferrari JR. Dysfunctional procrastination and its relationship with self-esteem, interpersonal dependency, and self-defeating behaviors. *Personality and Individual Differences.* 1994;17:673-679.
5. Dewitte S, Schouwenburg HC. Procrastination, temptations, and incentives: The struggle between the present and the future in procrastinators and the punctual. *European Journal of personality.* 2002;16:469-489.
6. Fritzsche BA, Young BR, Hickson KC. Individual differences in academic procrastination tendency and writing success. *Personality and Individual Differences.* 2003;35:1549-1557.
7. Hammer CA, Ferrari JR. Differential incidence of procrastination between blue and white-collar workers. *Current psychology.* 2002;21:333-338.
8. Uzun Özer B. Academic procrastination: Prevalence, self-reported reasons, gender difference and its relation with academic achievement. Unpublished master's thesis, Middle East Technical University, Social Science Institute, Ankara. 2005.
9. Klassen RM, Krawchuk LL, Rajani S. Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology.* 2008;33:915-931.
10. Burns LR, Dittmann K, Nguyen N-L, Mitchelson JK. Academic procrastination, perfectionism, and control: Associations with vigilant and avoidant coping. *Journal of social behavior and personality.* 2000;15:35-46.
11. Akkaya E. Academic procrastination among faculty of education students: The Role of Gender, Age, Academic Achievement, Perfectionism and Depression. Unpublished Master's Thesis. Middle East Technical University, Graduate School of Social Sciences, Ankara. 2007.
12. Ozer BU, Saçkes M, Tuckman BW. Psychometric properties of the Tuckman Procrastination Scale in a Turkish sample. *Psychol Rep.* 2013;113:874-884.
13. Rothblum ED, Solomon LJ, Murakami J. Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of counseling psychology.* 1986;33:387-394.
14. Beswick G, Rothblum ED, Mann L. Psychological antecedents of student procrastination. *Australian psychologist.* 1988;23:207-217.
15. Owens AM, Newbegin I. Procrastination in high school achievement: A causal structural model. *Journal of Social Behavior and Personality.* 1997;12:869.
16. Ulfiani Rahman I. Academic Procrastination in terms of Student Self-Concept and Self-Efficacy. *Psychology and Education Journal.* 2021;58:5337-5347.
17. Van Eerde W. A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and individual differences.* 2003;35:1401-1418.
18. Rosário P, Costa M, Núñez JC, González-Pienda J, Solano P, Valle A. Academic procrastination: associations with personal, school, and family variables. *Span J Psychol.* 2009;12:118-127.
19. Hussain I, Sultan S. Analysis of procrastination among university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences.* 2010;5:1897-1904.
20. Flett GL, Blankstein KR, Hewitt PL, Koledin S. Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality: an international journal.* 1992;20:85-94.

21. Saddler CD, Buley J. Predictors of academic procrastination in college students. *Psychological Reports*. 1999;84:686-688.
22. Çakıcı DÇ. Lise ve Üniversite Öğrencilerinde Genel Erteleme Ve Akademik Erteleme Davranışının İncelenmesi, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2003.
23. Wernicke RA. Mediation tests of the relationship between perfectionism and procrastination. Unpublished Master's Thesis. College of Arts and Sciences of the American University, Washinton, D.C., 1999.
24. Beck BL, Koons SR, Milgrim DL. Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination, self-consciousness, self-esteem and self-handicapping. *Journal of social behavior and personality*. 2000;15:3-13.
25. Stoeber J. How other-oriented perfectionism differs from self-oriented and socially prescribed perfectionism: Further findings. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 2015;37:611-623.
26. Argiropoulou MI, Siatis A, Kalantzi-Azizi A. Procrastination, mental health & life-satisfaction: The vicious cycles of a fatal relationship. In 2nd international conference on time perspective (ICTP). 29th of July to 1st of august 2014, Warsaw, Poland.
27. Hamachek DE. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*. 1978; 15 (1): 27- 33.
28. Blankstein KR, Dunkley DM, Wilson J. Evaluative concerns and personal standards perfectionism: Self-esteem as a mediator and moderator of relations with personal and academic needs and estimated GPA. *Current Psychology*. 2008;27:29-61.
29. Wheeler HA, Blankstein KR, Antony MM, McCabe RE, Bieling PJ. Perfectionism in anxiety and depression: Comparisons across disorders, relations with symptom severity, and role of comorbidity. *International Journal of Cognitive Therapy*. 2011;4:66-91.
30. Klibert JJ, Langhinrichsen-Rohling J, Saito M. Adaptive and maladaptive aspects of self-oriented versus socially prescribed perfectionism. *Journal of College Student Development*. 2005;46:141-156.