

-ARAŞTIRMA MAKALESİ-

## SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNDE ZAMAN YÖNETİMİ: AMASYA İLİ ÖRNEĞİ\*

**Yeliz CANKURTARAN<sup>1</sup>**

Öğr. Gör. Dr.

Amasya Üniversitesi Sabuncuoğlu Şerefeddin Sağlık Hizmetleri MYO

E-mail: [yeliz.cankurtaran@amasya.edu.tr](mailto:yeliz.cankurtaran@amasya.edu.tr)

ORCID ID: 0000-0003-0030-3354

### Öz

*Bu çalışmanın amacı, zaman yönetimi konusunda yaşanan problemlerin nedenleri ve zaman yönetimi konusunda yaşanan problemlerin çözülmesinde yapılacıklara yönelik öğrencilerin görüşlerini derinlemesine analiz etmektir. Nitel araştırma yöntemi kullanılarak yapılan araştırmanın çalışma grubunu, hemşirelik bölümünde okuyan 12 öğrenci oluşturmaktadır. Yarı yapılandırılmış mülakat yöntemi ile elde edilen veriler betimleyici bakış açısına göre incelenmiştir. Katılımcılar, zaman yönetimi kavramını zamanı verimli kullanmak, düzenli plan ve program şeklinde, zaman yönetimi konusunda yaşanan problemleri ise plansızlık, erteleme, disiplinsizlik ve koordinasyon eksikliği şeklinde tanımlamışlardır. Ayrıca zaman yönetimi konusunda yaşanan problemlerin çözülmesinde yapılması gerekenleri plan ve programlama, uzman yardımı şeklinde ifade etmişlerdir. Bulgular doğrultusunda araştırmacı önerilerde bulunmuştur.*

**Anahtar Kelimeler:** Zaman Tuzakları, Öğrenci, Zaman yönetimi.

**Alan Tanımı:** Sağlık Bilimleri

---

\* Bu makalede bilimsel araştırma ve yayın etiği ilkelerine uyulmuştur.

<sup>1</sup> **Sorumlu Yazar:** [yeliz.cankurtaran@amasya.edu.tr](mailto:yeliz.cankurtaran@amasya.edu.tr)

**Atıf (APA):** Cankurtaran, Y., (2024), Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü Öğrencilerinde Zaman Yönetimi: Amasya İli Örneği, Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi, 16 (2): 153-169.

## TIME MANAGEMENT OF HEALTH SCIENCES FACULTY NURSING DEPARTMENT STUDENTS: AMASYA PROVINCE EXAMPLE

### **Abstract**

*The aim of this study is to examine the reasons of the problems experienced in time management and the views of the students on what to do to solve the problems experienced in time management. In this study, qualitative research method was used. The study group of the research consists of 12 students studying in the nursing department. The data obtained by the semi-structured interview method were analyzed from a descriptive point of view. Participants defined the concept of time management as efficient use of time, regular plans and schedules, and problems in time management as lack of planning, procrastination, lack of discipline and coordination. In addition, they expressed what needs to be done in solving the problems experienced in time management as planning and programming and expert assistance. In line with the findings, the researcher made suggestions.*

**Key Words:** *Time Traps, Student, Time Management*

**JEL Codes:** *I00, I10*

### **1.GİRİŞ**

Türk Dil Kurumuna göre zaman, ‘bir işin, bir oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakit’ şeklinde tanımlanmıştır. Bir başka tanımda, duyu organlarımız tarafından hissedilen tarif edilmesi zor algı şeklinde ifade edilmektedir. Zamanı depolayamayız, satın alamayız, yenileyemeyiz. Günlük yaşantılarında insanlar, yaşadıkları zamanı anlamamaktadırlar. Oysaki zamanın farkında olmak, verimli ve etkin olarak tüketebilmek için zamanı iyi yönetmek şarttır. Zaman yönetimi Danimarka’da doğup, bütün dünyaya yayılmıştır. Yakın zamana kadar önem verilmeyen ama artık günümüzde insan kişiliğinin verimliliğini etkileyen zaman önemli hale gelmiş, zamanı verimli ve etkili kullanmak için zaman yönetimi kavramı gündeme gelmiştir. Özellikle profesyonel çalışma yaşamında zaman yönetimi çok önemli unsurlardan birisi olmuştur (Başak ve diğerleri, 2008:429).

Zaman yönetimi, sabit bir akış halinde olan gerçek zamanı yönetmek değil, kendimizi zaman içinde yönetmektir. Bir başka tanıma göre zaman yönetimi, zamanı hâkimiyet altına almak, yavaşlatmak ya da durdurmak değil, zamanın nasıl harcanabildiği ve nasıl harcandığının değerlendirilmesidir (Andiç, 2009: 12).“Zaman yönetimi, gereksinimlerin giderilmesi ve hedeflere ulaşmak için

zamanın bilinçli şekilde kontrolüdür.” Zamanı yönetmek için gerçekleştirilen çabalar, kişilerin yaptıkları faaliyetlerin sonuçlarına daha verimli ve etkin bir biçimde ulaşmalarını sağlar (Yenihan ve Ömer, 2013: 58).

Zaman iyi yönetilirse, kariyeri daha iyi bir şekilde planlama, gelecek için hazırlanma, yeni teknoloji ve gelişmeleri izleme, aile ve yakınlarla daha çok zaman ayırma, düşünme, yeni projelere başlama, dinlenme, daha fazla öğrenme ve okuma için fırsatlar ortaya çıkar. Bu bağlamda, zamanı doğru ve tam kullanmak üniversite öğrencilerinin başarısını etkilemektedir. Öğrenci zamanı etkili ve tam kullanamazsa, öğrenme olumsuz etkilenir. Bu nedenle öğrencilerin zamanı iyi yönetmeleri önemlidir. Zamanı iyi yönetme becerisine sahip olan öğrencilerin, mezun olduktan sonraki iş hayatlarında da zamanı etkili kullanacağı düşünülmektedir. Gerçekleştirilen birçok çalışmada zamanı verimli yönetmek akademik başarıyı da etkilemektedir (Tektaş ve Tektaş, 2010: 222-223).

## 2.LİTERATÜR TARAMASI

Zaman ender bulunan bir kaynaktır. Harcanan zamanın yerine yenisini getiremeyiz, geriye döndüremeyiz. Zamanın gelip geçici olduğu duygusu tamamen insanlara özgüdür. Bilindiği kadarıyla, hayvanlarda bu duygu yoktur. Zaman uçar gider deyimi evrenseldir. Zaman, bir oluş veya işin ya da içinden geçtiği, geçeceği ya da geçmekte olduğu süre şeklinde tanımlanmaktadır. Ansiklopedilerde zaman; olayların birbirini takip ettiği sonsuz bir ortam şeklinde düşünülen soyut ve temel kavram şeklinde tanımlanır. Zaman art arda sıralanmış olguların ve olayların algılanmasıdır. Zaman, olayları ölçebildiğimiz bir süreçtir (Vatan ve Özsoy, 2002: 90).

Zaman, aslında ne olduğunu kesin bilmediğimiz, düşünmediğimiz fakat her an her gün yaşadığımız bir olgudur. Zamanı herkes algılar ama temas edemez, geriye döndürülemez, tanımlamakta zorluk yaşanan, hayatımızdaki en önemli soyut bir olgudur. Passig (2002) zamanın psikolojik ve fizyolojik nitelikleri olduğunu ifade etmektedir. Fiziksel zaman saatlerle belirtilirken, psikolojik zaman bilinçlenmeyle belirtilir. Cowey’e (1995) göre zamanın niceliği değil, niteliği ve kalitesi önemlidir. Yani, bir iş için ne kadar zaman harcadığınız değil, o sürede ne kadar değer kazandığınız önemlidir (Sezen,2013:3).

### 2.1.Zaman yönetimi

Zaman yönetimi, iş ve özel yaşamında kişinin hedeflerine verimli ve etkili bir biçimde erişebilmesi için planlama, organize etme ve kontrol etme gibi yönetim fonksiyonlarını kendi faaliyetlerine uyarlaması sürecidir. Zaman yönetiminin

amacı, kısıtlı olan zamanı artırmak değil, kısıtlı zamanda gerçekleştirilen etkinliklerin özelliğini artırmaktır (Erdem ve diğerleri, 2005:1).

Modern iş hayatında artık zamanı etkili ve verimli kullanmak zorunlu hale geldi. Toplum ve örgüt yapısının karmaşıklaşması, teknolojinin hızlı bir şekilde ilerlemesine bağlı kişilerin iş yükü artmıştır. Buna bağlı olarak işlerin planlanması ve doğru zamanda yapılması gerekmektedir. Yönetim biliminin en dikkat çekici alanlardan birisi zaman yönetimidir. Örgütsel ve kişisel verimlilik ve performansın yükselmesi için etkili zaman yönetimi önemlidir. Fakat yapılan araştırma sonuçlarına göre, öğretmenler, hemşireler, yöneticiler ve öğrenciler arasında zaman yönetimi ile ilgili problemler daha sık yaşanmaktadır (Döner, 2016: 9-10).

Günümüzde çoğu insanın ortak problemlerinden birisi zaman yetersizliğidir. Bilhassa profesyonel çalışma içindekiler, kısıtlı zamanda birçok işi gerçekleştirmek zorundadırlar. Yapılması gereken işler belirlenmiş sürede tamamlanamaması, zamanı yönetme ile ilgili düşünmeye yöneltmektedir. Zamanı yönetmek için yapılan bilinçli çabalar, yöneticilerin istedikleri sonuçlara daha verimli ve etkili bir biçimde şekilde ulaşmalarına yardımcı olabilir. Zaman yönetimine önem veren yöneticiler, kendi özel zevkleri ve hedeflerine ulaşmak için daha çok zaman bulurlar. Zaman yönetimine önem vermeyen yöneticiler ise, yapılması gereken zamanda işlerini bitiremedikleri için işler birikir. Bunun sonucunda yöneticiler becerilerini geliştiremezler ve baskıya bağlı endişe yaşarlar.

## 2.2.Zaman tuzakları

Zaman tuzakları kişisel ve örgütsel olmak üzere iki kısımda incelenir:

**Kişisel zaman tuzakları:** Hayır diyememek, yapılması gerekli işleri acil ve önem sırasına koyamamak, disiplinsizlik, plansızlık ve düzensiz çalışma, işe konsantre olmakta yaşanan zorluk, işlerin ertelenmesi, kendine güvensizlik veya aşırı güven duymak, kararsızlık, yaptığı işi sevmemek, aceleci davranmak, iletişim sorunlarıdır (Kışla, 2017: 15).

**Örgütsel zaman tuzakları:** Kesintiler, plansızlık ve programsızlık, belirsiz hedefler ve öncelikleri belirlememe, bilgi yetersizliği, erteleme, yetki devrinde bulunmama, sık yapılan toplantılar, kararsızlık, kötü büro hizmetleri, ziyaretçiler, aşırı telefonlar ve kötü haberleşme, yoğun kırtasiyecilik, yöneticilerin astlarıyla iyi iletişim kuramaması, aşırı hiyerarşik örgütlenme, sık düzenlenen sosyal etkinlikler, sık yurt içi ve dışı seyahatler, yöneticilerin tecrübesiz, bilgisiz olması, örgütte personel fazlalığı, çalışma ortamının ve koşullarının yetersizliği,

siyasi, ekonomik ve sosyal etkiler, sorunların çözülememesi, disiplinsizlik, stres, krizler şeklinde ifade edilebilir (Özer, 2012: 56-57).

### **2.3.Öğrenciler ve zaman yönetimi**

Öğrenciler, sınavlara düzenli bir şekilde çalışmak, ders haricinde kurslara gitmek, ders programlarını izleyebilmek ve başka etkinlikler nedeniyle zamanı iyi kullanmalıdırlar. Zamanın sağlıklı yönetilmesinin akademik performansı artırdığı araştırmalarda saptanmıştır. Stres ve kötü akademik başarı kaynağı gibi davranışlar zaman yönetimini olumsuz yönde etkilemektedir (Erdem ve diğerleri, 2005:1).

Öğrencilerde belirsizlik, akademik başarı, gelecek kaygısı büyük bir stres faktörüdür. Bu doğrultuda, Al Khatib'e (2014) göre, her birey için zamanı sağlıklı bir biçimde yönetmek gereklidir, özellikle öğrencilerin ders ve etkinlik programları fazla olduğu için zaman yönetimi beceri onlar için çok önemlidir. Ancak bu durumda akademik, kültürel ve sosyal açıdan verimli zaman geçirebilirler. Bu durumda, öğrenciler zamanlarını etkin bir biçimde kontrol etme yeteneğine sahip olurlarsa, boş zaman yaratma ve kullanma becerileri de gelişmiş olur (Eranıl ve Özcan, 2018: 780). Öğrencilerin ders müfredatında zaman yönetimi konusu yer almalı, gerektiğinde danışmanlık hizmeti verilmeli ve pratik uygulamalarda da konunun önemli olduğuna sürekli değinilmelidir (Başak ve diğerleri, 2008:433).

### **3.ÇALIŞMANIN AMACI VE ARAŞTIRMA SORULARI**

Bu araştırmanın amacı, zaman yönetimine yönelik öğrencilerinin düşüncelerini ortaya koymaktır. Bu amaç doğrultusunda, aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranmıştır.

Öğrencilere göre;

- ✓ Zaman yönetimi kavramının tanımı nedir?
- ✓ Zaman yönetimi konusunda yaşanan problemler nelerdir?
- ✓Zaman yönetimi konusunda yaşanan problemlerin çözülmesi için ne gibi çalışmalar yapılmalıdır?

### **4.ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ**

Bu bölümde araştırmanın yöntemi, araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama aracı ve verilerin analizi gibi başlıklara yer verilmiştir.

Bu çalışma, nitel araştırma yaklaşımı doğrultusunda yapılan bir araştırmadır. Nitel araştırma, insana yönelik olay ve algıların derinlemesine incelendiği bütünsel bir paradigmaya sahiptir. Bunun yanında, nitel araştırmalar, incelediği sorunu yorumlayarak insanların onlara atfettiği anlamlara odaklanır (Baltacı, 2019:370). İnsanın doğası karmaşık yapıya sahip olduğu için, bu durumu sadece sayısal ifadelerle anlamaya çalışmak yeterli değildir. Bu sebeple nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır.

#### **4.1.Araştırmanın modeli**

Bu araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden olgu bilim deseni kullanılmıştır. Olgu bilim deseni, olayları açıklarken, kişilerin yaşadıkları hayattan ve deneyimlerinden yararlanarak olgunun altında yatan ortak anlamları yorumlama ve değerlendirme üzerine eğilmektedir (Kocabıyık, 2015). Buna bağlı olarak, öğrencilerin stres yönetimi yeterliliklerini tecrübe ve gözlemlerle bilsek te öğrencilerin tecrübelerinden hareket ederek anlamak önemlidir. Olgu bilim deseninde, bildiğimiz ancak detaylı bilgiye sahip olmadığımız olayları analiz etmek için yapıldığından bu araştırma için en uygun desen özelliğinde görülmüştür.

#### **4.2.Araştırmanın etik boyutu**

Araştırmanın yapılabilmesi için Amasya Üniversitesi Bilim Etik Kurulu Sosyal Bilimler Etik Kurulu'ndan (Tarih: 08.05.2023-Sayı: E- 30640013-108.01-129302) izin alındıktan sonra çalışma gerçekleştirilmiştir.

#### **4.3.Çalışma grubu**

Araştırmanın çalışma grubunu, amaçlı örneklem yöntemi çerçevesinde “benzeşik (homojen/ türdeş) örneklem tekniği kullanılarak seçilen 12 öğrenci oluşturmaktadır. Homojen örneklem yönteminde, araştırmanın konusu olan sorunu detaylı bir şekilde kavramak için homojen ve küçük bir örneklem seçilmekte ve kapsamlı olarak çalışılmaktadır (Baltacı, 2018:250). Katılımcıların kimlik bilgileri gizli tutulmuş, isimleri K1, K2, K3,...ve K12 şeklinde kodlanmıştır. Katılımcılara ait demografik özellikler çizelge 1’de verilmiştir.

#### **4.4.Veri toplaması ve analizi**

Görüşme formunda bulunacak soruları hazırlarken önce literatür taraması, sonra uzman görüşüne başvurulmuş ve 2 öğrenciye pilot uygulama yapılmıştır. Bu öğrencilerden alınan geri bildirimlerle gereken yerlerde değişiklikler gerçekleştirilerek form son hale getirilmiştir. Veriler araştırmacının hazırladığı yarı yapılandırılmış görüşme formunun uygulanmasıyla elde edilmiştir. Bu

formda, bireylerin tecrübe, davranış, düşünce ve görüşülen konu ile ilgili bilgisinden faydalanmak suretiyle konuyla alakalı detaylı ve yoğun bilgi elde etmek amacıyla sorulan sorular vardır (Sevencan ve Çilingiroğlu, 2017).

Katılımcıların verdiği ifadelerinde hiçbir değişiklik yapılmamıştır. Katılımcılardan alınan cevaplar doğrultusunda rapor haline getirilerek veriler oluşturulmuştur. Çalışmanın amacından sapmayacak şekilde, araştırma için daha çok bilgi elde etmek amacıyla ilave sorulardan yararlanılmıştır.

Görüşmelerden sonra elde edilen veriler betimleyici bakış açısına göre incelenmiştir. Betimsel analizde, katılımcılara ait tanıtıcı veriler derinlemesine analiz olmadan değerlendirilir (Karataş, 2015). Betimsel analizde temel olan, katılımcılardan gelen doğrudan alıntılarla probleme ilişkin verileri betimsel tarzda kavramaktır. Bu durumda araştırmacı, görüşmeden elde edilen verileri araştırmaya katılan öğrencilerin doğrudan alıntlarıyla açıklamaya çalışmıştır.

## **5.BULGULAR**

Araştırmadan elde edilen veriler araştırma sorularına göre analiz edilmiştir. Bu çerçevede çalışmanın 1.araştırma sorusu, “zaman yönetimi” kavramı nedir? şeklindedir. Bu doğrultuda katılımcılar zaman yönetimi kavramını, 1. Zamanı verimli kullanmak 2. Düzenli plan ve program olarak tanımlamışlardır. Bu soruya ilişkin bulgular aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

### ÇİZELGE 1

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri

Kod	Yaş	Cinsiyet	Medeni hal	Bölümü
Katılımcı1	23	Kız	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı2	20	Erkek	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı3	21	Kız	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı4	21	Kız	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı5	21	Kız	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı6	20	Kız	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı7	22	Erkek	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı8	22	Erkek	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı9	22	Erkek	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı10	20	Erkek	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı11	21	Kız	Bekâr	Hemşirelik
Katılımcı12	21	Erkek	Bekâr	Hemşirelik

Çizelge 1 analiz edildiğinde çalışmaya katılan öğrencilerin yaş aralığı 20-23 arasında değişmektedir ve öğrencilerin 6'sı kadın, 6'sı erkektir. Medeni hal olarak katılımcıların hepsi bekârdır. Bölümleri ise, hemşirelik şeklindedir.



## ÇİZELGE 2

### Öğrencilerin Zaman Yönetimi Tanımına Yönelik Görüşleri

Sıra	Kod	f	%	Örnek cümle
1	Zamanı verimli kullanmak	10	83	<p>'Hedef belirlenmesi ve zamanın verimli, düzenli kullanılmasıdır.' (K2)</p> <p>'Zamanı etkili bir şekilde kullanmaktır. Doğru zamanı doğru anda kullanmak denilebilir.' (K8)</p> <p>'Bireyin kendinde ve çevresinde olan ya da olabilecek geleceğe dair planların olduğu yaşantısında harcadığı zamanı mantıklı şekilde kullanmasıdır.' (K10)</p> <p>'Kişinin zamanını belirli etkinlikler arasında nasıl paylaşacağını yani hangi işe ne kadar süre harcayacağını organize etme ve planlama sürecidir.' (K11)</p>
2	Düzenli plan ve program	2	17	<p>'Zaman yönetimi, kendi planlarını programlarını bunları belirli bir düzende ilerletmektir.' (K12)</p> <p>'Zamanı sistemli, düzenli ve en verimli olacak şekilde kullanmak için yapılan planlamalardır.' (K7)</p>
Toplam		12	100	

Çizelge 2 incelendiğinde öğrencilerin zaman yönetimi kavramını % 83, zamanı verimli kullanmak olarak, % 17 düzenli plan ve program olarak nitelendirdikleri görülmektedir.

Çalışmanın 2. araştırma sorusu ““zaman yönetimi konusunda yaşanan problemlerin nedenleri nelerdir?” şeklindedir. Bu doğrultuda katılımcılar zaman yönetimi konusunda yaşanan problemlerin nedenlerini 1. Plansız olmak 2. Ertelemek 3. Disiplinsizlik 4. Koordinasyon eksikliği olarak tanımlamışlardır. Bu soruya ilişkin bulgular aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

### ÇİZELGE 3

#### Öğrencilerin Zaman Yönetimine İlişkin Problemlerin Nedenlerine Yönelik Görüşleri

Sıra	Kod	f	%	Örnek cümle
1	Plansız olmak	4	33	<i>'Hedefin olmaması, işleri sürekli ertelemek, plansız olmak ve plansız hareket etmek.'</i> (K3) <i>'Verimsizlik, çok yoğun ve koordine edilmeden işe başlama gibi sebepler zaman yönetiminde yaşanan problemlerdendir.'</i> (K4) <i>'Zamanın iyi değerlendirilmemesi, gereksiz işlerle uğraşılması, belli bir düzen ve programın olmaması.'</i> (K6)
2	Ertelemek	4	33	<i>'Bir işi erteleme, işi zamanında yapmama, sıkıştırma, işini zamanında yapmama, işlerin karmaşık olduğundan şikâyet etme gibi sebepler olabilir.'</i> (K11) <i>'Hedefin olmaması, işleri sürekli ertelemek, plansız olmak ve plansız hareket etmek zaman yönetiminin sebeplerinden olabilir.'</i> (K3)

3	Disiplinsizlik	3	25	'Disiplinsizlik sebebidir.'(K5)
4	Koordinasyon eksikliği	1	9	'Koordine edilmeden işe başlatma.'(K4)
	Toplam	12	100	

Çizelge 3 incelendiğinde zaman yönetimine ilişkin problemlerin nedenlerine yönelik görüşlerini % 33 oranında başa çıkma olarak, % 33 oranında ertelemek olarak, % 25 oranında disiplinsizlik olarak ve % 9 oranında koordinasyon eksikliği olarak nitelendirdikleri görülmektedir.

Çalışmanın 3. araştırma sorusu ““zaman yönetimi konusunda yaşanan problemlerin çözülmesi için ne gibi çalışmalar yapılmalıdır?” şeklindedir. Bu doğrultuda katılımcılar 1. Plan ve programlama 2. Uzman yardımı almak olarak tanımlamışlardır. Bu soruya ilişkin bulgular aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

#### ÇİZELGE 4

##### Öğrencilerin Zaman Yönetimine İlişkin Problemlerin Çözümüne Yönelik Görüşleri

Sıra	Kod	F	%	Örnek Cümle
1	Plan ve programlama	9	75	'Plan ve programlamaya özen gösterilmelidir.' (K5)  'Öncelik olarak kişi hedef belirlemeli acil ve önemli olan işleri ilk sıraya koyarak plan hazırlamalı, yapılan programa göre eksiksiz uygulamaya geçmelidir. Bence kişi molaya da yer vermeli çünkü kişi sürekli işinin başında bitirme odaklı çalışırsa iyi bir sonuç almayabilir.'(K3)

---

				<p><i>‘Düzenli ve tertipli bir program hazırlanmalı programa uyulmalı aksatılmamalıdır.’(K6)</i></p> <p><i>‘Erken kalkmak, plan ve programlar yapmak, düzenli ve yerli yerinde adımlar atmak.’(K7)</i></p> <p><i>‘Kişi kendine günlük bir çalışma programı hazırlamalı ve o programa düzenli bir şekilde uymalı. Bu sayede zaman kullanımını düzene sokabilir.’(K9)</i></p> <p><i>‘Yaptığımız hatalardan ders çıkarmalı ve ileride yapacağımız planları daha ayrıntılı, düzenli şekilde yapmalıyız. Kendimize bir program oluşturmalıyız ve zamanımızı boşa harcadığımız şeyleri belirleyip hayatımızdan çıkarmalıyız.’ (K10)</i></p>
2	Uzman yardımı almak	3	25	<p><i>‘Bilinçlendirmek için uzman yardımı alınmalıdır.’(K8)</i></p> <p><i>‘Alanında iyi kişiler tarafından eğitim verilebilir, kişiler daha fazla bilinçlendirilebilir.’(K9)</i></p> <p><i>‘Zaman yönetimi konusunda uzman kişilerden yardım alınabilir ve istişare yapılabilir.’(K4)</i></p>
	Toplam	12	100	

---

Çizelge 4 incelendiğinde zaman yönetimine ilişkin problemlerin çözümüne ilişkin görüşleri, % 75 plan ve programlama, % 25 oranında uzman yardımı almak olarak nitelendirdikleri görülmektedir.

## 6.TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmacı öğrencilerin zaman yönetimi kavramını, 1. Zamanı verimli kullanmak 2. Düzenli plan ve program olarak tanımladıkları sonucuna ulaşmıştır. Literatür incelendiğinde, yapılan birçok çalışmada benzer sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Demirbilek (2021:1), Üniversite Öğrencilerinin Bakış Açısından Zaman Yönetimi başlıklı çalışmada, öğrencilerin zaman yönetimi kavramını düzen, verimli olma, planlama olarak tanımladıklarını saptamıştır. Varışoğlu ve diğerleri (2012:390)'nin zaman yönetimi algılarına yönelik olarak yapmış oldukları çalışmada, katılımcıların zaman yönetimi ile ilgili belirttikleri açıklamalar zamanın planlanması, verimli kullanılması, zamana söz geçirmek ifadelerinin sıklığının yüksek olduğu saptanmıştır. Karagöz, Kınır, Mesci ve Akbaş (2010)'ın zamanın etkili bir şekilde kullanılmasına yönelik gerçekleştirdikleri çalışmada, zamanı etkili kullanmanın çok önemli olduğu belirtilmiş ve zamanın verimli kullanılmasını engelleyen faktörleri ortadan kaldırmak için, zaman yönetimi algısının geliştirilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Araştırmacı, öğrencilerin zaman yönetimine ilişkin problemleri,1. Plansız olmak 2. Ertelemek 3. Disiplinsizlik 4. Koordinasyon eksikliği şeklinde tespit etmiştir. Literatür analiz edildiğinde, yapılan birçok çalışmada benzer sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Örneğin Ökdem (2019: 90) çalışmasında, öğrenciler plansızlığı, disiplinsizliği, ertelemeyi zaman tuzağı olarak gördüklerini ifade etmişlerdir. Çelik (2021:464) çalışmasında zaman problemleri, amaçların belirsiz olması, ertelemeler, oyalanma, fazla ayrıntıya girme, acele davranma, düzenli olma, yarıda bırakılan işler ve çok fazla iletişim olarak saptanmıştır. Bir başka çalışmanın bulgularına göre, erteleme davranışının en büyük nedeninin zaman tuzakları olduğu ifade edilmektedir. Mevcut çalışma ile bu yönden benzerlik göstermektedir (Aydemir, 2018:1031).

Araştırmacılar zaman yönetimine ilişkin problemlere dair öğrenci önerilerine 1. Plan ve programlama, 2. Uzman yardımı almak şeklinde ulaşmışlardır. Literatür analiz edildiğinde, benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Örneğin Ökdem (2019: 90) çalışmasında, öğrenciler zaman planlama teknikleri olarak planlı olmaları gerektiğini ifade etmişlerdir. (Silahtaroglu, 2004: 87) akademisyenlerin zamanı etkin yönetme konusunda yapmış olduğu çalışmada, şu sonuçlara ulaşmıştır. Akademisyenler iyi eğitim vermek istiyorlarsa zamanı iyi kullanmalıdırlar, bunun için amaçlarını ve önceliklerini belirleyip yazılı bir planlama yapmalı ve hemen uygulamaya geçmelidirler. Buradaki sonuç mevcut çalışmayla benzer niteliktedir.

Sonuç olarak, zaman yönetimi kişinin hayatında elde etmesi gereken becerilerden biridir ve bu beceri kişiye pozitif yönde katkı sağlar. Bilhassa hayatını tek başına yaşamak zorunda olan üniversite öğrencilerinin zamanlarını çok iyi yönetmesi onların fiziki ve psikolojik yönden sağlıklı olmalarında büyük önem taşır. Çünkü zaman yönetimi, boş veya serbest zaman içerisinde insanların fiziksel ve mental açıdan yenilenmesini sağlayan mutluluk verici faaliyetleri planlamada önemli bir etkidir (Gedik, 2021: 22).

Uygulayıcılara yönelik ve araştırmacılara yönelik öneriler şeklinde iki alt başlıkta ele alınmıştır. Yapılan araştırmadan ulaşılan bulgular doğrultusunda araştırmacı aşağıdaki önerilerde bulunmuştur.

- ✓ Zaman yönetimiyle ilgili öğrencilere farkındalığı artırmak için eğitim, seminerler, konferans gibi etkinlikler düzenlenmelidir (Yıldız, 2018: 94).
- ✓ Öğrenciler zamanı etkili bir biçimde yönetmek istiyorlarsa plan ve program yapmalıdırlar.
- ✓ Öğrencilerin zaman yönetimi konusunda bilinçlendirilmeleri için konuda uzmandan yardım almalıdırlar.

Araştırmacılara yönelik öneriler ise;

- ✓ Bu araştırmanın evrenini, Amasya Üniversitesi Hemşirelik Bölümü'nde öğrenim görmekte olan öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın evreni daha da genişletilerek tüm Amasya Üniversitesi öğrencilerini kapsayabilir.
- ✓ Üniversite öğrencilerine yönelik gerçekleştirilen bu çalışma, yaş ve eğitim düzeyi farklı olan öğrencilere farklı yönlerden yapılabilir ve elde edilen bulgular ile bu araştırmanın sonuçları karşılaştırılarak genel bir yargı oluşturulabilir (Bayar ve Baş, 2023).

Bu çalışmadan elde edilen bulgular için genellendirme yapılamaz. Çünkü nitel araştırma yöntemi kullanılarak az sayıda öğrenciyle çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu sebeple nicel araştırma yaklaşımıyla daha fazla sayıda katılımcıya ulaşılarak diğer çalışmalar gerçekleştirilmelidir. Ayrıca çalışma, yalnızca Amasya iline bağlı üniversitede okuyan öğrencilerle sınırlı olduğu için farklı illerde okuyan öğrencileri de kapsayan araştırmalar yapılmalıdır. Çalışmadan elde edilen veriler yarı yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla toplanmıştır. Sonra yapılacak olan çalışmalarda farklı uygulamalar kullanılarak veriler elde edilebilir (Türe, 2013:112).

## YAZARIN BEYANI

**Katkı Oranı Beyanı:** Yazar çalışmaya tek başına katkı sağlamıştır.

**Destek ve Teşekkür Beyanı:** Çalışmada herhangi bir kurum ya da kuruluştan destek alınmamıştır.

**Çatışma Beyanı:** Çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması söz konusu değildir.

## KAYNAKÇA

Andiç, H. (2009). Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile akademik başarıları arasındaki ilişki (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar, Türkiye.

Aydemir, S. (2018). Çalışanlarda erteleme davranışı (işyeri prokrastinasyonu) gelişiminde zaman tuzaklarının etkisi. Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 6(6): 1031-1040.

Baltacı, A. (2018). Nitel araştırmalarda örnekleme yöntemleri ve örnek hacmi sorunsalı üzerine kavramsal bir inceleme. Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 7(1): 231-274.

Baltacı, A. (2019). Nitel araştırma süreci: Nitel bir araştırma nasıl yapılır? Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 5(2): 368-388.

Başak, T., Uzun, Ş., & Arslan, F. (2008). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri. TAF Preventive Medicine Bulletin, 7(5): 429-434.

Bayar, A., & Baş, N. A. (2023). Okul Yöneticilerinin Yeterliklerine Yönelik Öğretmen Görüşleri. International Social Sciences Studies Journal, 9 (108): 5545-5552.

Çelik, Y. (2021). Öğretmenlerin zaman tuzaklarına düşmelerine ilişkin öğretmen adaylarının izlenimleri. Trakya Eğitim Dergisi, 11(1): 464-481.

Demirbilek, N. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Bakış Açısından Zaman Yönetimi. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(2): 375-391.

Döner, H. (2016). Hastane yöneticilerinin zaman yönetimi tekniklerinin incelenmesi (Yayınlanmamış yüksek lisan tezi), Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ, Türkiye.

- Eranıl, A. K., ve Özcan, M. (2018). Lise öğrencilerinin boş zaman yönetimi becerisinin incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(6): 779-785.
- Erdem, R., Pirinçi, E., & Dikmetaş, E. (2005). Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi davranışları ve bu davranışların akademik başarı ile ilişkisi. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14): 167-177.
- Gedik, S. (2021). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı: Rekreatif faaliyetlere katılım davranışları ve serbest zaman yönetimi üzerine bir araştırma (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Trakya Üniversitesi, Tekirdağ, Türkiye.
- Karataş, Z. (2015). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. *Manevi Temelli Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 1(1): 62-80.
- Kışla, A. (2017). Hastane yöneticilerinde etkin zaman yönetimi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ, Türkiye.
- Ökdem, M. (2019). Üniversitesi Öğrencilerinin Zaman Yönetiminde Düşükleri Zaman Tuzakları ve Bunlarla Başetme Yolları. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 23(1): 79-94.
- Özer, M. (2012). Çalışma hayatında zaman tuzakları ve zamanı etkin yönetmek. *Hak- İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 1 (2) , 44-75.
- Sevencan, F., & Çilingiroğlu, N. (2007). Sağlık alanındaki araştırmalarda kullanılan niteliksel veri toplama yöntemleri. *Toplum Hekimliği Bülteni*, 26(1): 1-6.
- Sezen, A. (2013). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 38: 1-18.
- Silahtaroglu, F. (2004). Akademisyenlerde zaman yönetimi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat, Türkiye.
- Tektaş, M., & Tektaş, N. (2010). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi ve akademik başarıları arasındaki ilişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (23): 221-229.
- Vatan, F., & Özsoy, S. A. (2002). Zaman yönetimi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 18(3): 89-103.
- Varışoğlu, B., Şeref, İ., & Yılmaz, İ. (2012). Türkçe öğretmeni adaylarının zaman yönetimi algılarına yönelik bir içerik analizi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(2): 377-394.



Yenihan, B., ve Öner, M. (2013). Zamanı yönetmek: Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin incelenmesi. Trakya Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi E-Dergi, 2(2): 56-68.

Yıldız, K. (2018). Eğitim fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi ve stres algılarının incelenmesi. Sakarya University Journal of Education, 8(3): 80-99.

Kocabıyık, O. (2016). Olgubilim ve gömülü kuram: Bazı özellikler açısından karşılaştırma. Trakya.