



Mutluluk Düzeyinin Atılgnlık ve Genel Erteleme Davranışı Üzerine Etkisi

The Effect of the Level of Happiness on Assertiveness and General Procrastination Behavior

Altan AYAN¹

¹Trakya Üniversitesi, Uzunköprü Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Edirne, Türkiye

ORCID:

A.A.: 0000-0002-3667-6577

Corresponding Author:

Altan AYAN

Email:

altanayan@trakya.edu.tr

Citation: Ayan, A. (2020). Mutluluk Düzeyinin Atılgnlık ve Genel Erteleme Davranışı Üzerine Etkisi. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 10 (4): 788-805.

Submitted: 8.10.2020

Accepted: 8.11.2020

Özet

Araştırmada ilk olarak, mutluluk, atılgnlık ve erteleme kavramları ifade edilmiştir. Daha sonra mutluluk düzeyinin atılgnlık ve genel erteleme davranışına etkisi araştırılmıştır. Ayrıca, atılgnlık düzeyinin genel erteleme davranışı üzerine etkisi de incelenmiştir. Araştırmanın örneklemi, bir devlet üniversitesinin uygulamalı bilimler yüksekokulunda öğrenim gören 321 öğrencidir. Araştırmanın evreni, bu üniversitede öğrenim gören tüm öğrencilerdir. Araştırmanın amacı, mutluluk düzeyinin atılgnlık ve genel erteleme davranışı üzerine etkisini incelemektir. Çalışmada, frekans analizi, faktör analizi, güvenilirlik testi ve çoklu regresyon testi uygulanmıştır. Sonuçta, olumlu duygular geliştirme düzeyinin hem atılgn davranışı hem de işleri zamanında bitirme davranışını arttırdığı gözlenmiştir. Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin çekingen davranışı, işleri erteleme davranışını ve işleri son dakikaya bırakma davranışını arttırdığı gözlenmiştir. Yaşama olumlu bakış düzeyi işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Ayrıca, çekingen davranış düzeyi hem işleri erteleme davranışını hem de işleri son dakikaya bırakma davranışını arttırmaktadır. Atılgn davranış düzeyi işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Son olarak, atılgn davranış düzeyinin işleri erteleme davranışını azalttığı gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Mutluluk, Atılgnlık, Erteleme

Abstract

In this research, firstly, the concepts of happiness, assertiveness and procrastination are expressed. Then, the effect of the level of happiness on assertiveness and general procrastination behavior is investigated. In addition, the effect of the level of assertiveness on general procrastination behavior is examined. The research sample includes a total of 321 students in a school of applied sciences at a state university. The population of the study are all students at this university. The aim of the research is to investigate the effect of the level of happiness on assertiveness and general procrastination behavior. In this study, frequency analysis, factor analysis, reliability test and multiple regression test were performed. As a result, it was observed that developing positive emotions increased both assertive behavior and the tendency to complete things on time. It was observed that developing negative emotions increased unsociable behavior, the level of delaying things and the tendency to leave things to the last minute. A positive view of life increased the behavior of completing things on time. In addition, the level of unsociable behavior increased both the tendency of procrastination and leaving things to the last minute. The level of assertive behavior increased the level of completing things on time. Lastly, it was observed that the level of assertive behavior decreases procrastination.

Keywords: Happiness, Assertiveness, Procrastination

1. GİRİŞ

Mutluluk kavramının, pozitif psikolojinin temel konularından biri olduğu söylenebilir. Atılganlık kavramının, olumlu bir özellik olarak değerlendirildiği ifade edilebilir. Erteleme ve genel erteleme davranışının ise olumsuz bir davranış tarzı olduğu söylenebilir. Araştırmada mutluluk düzeyinin atılganlık ve genel erteleme davranışı üzerine etkisi incelenmiştir. Mutluluk düzeyinin, pozitif bir değişken olan atılganlık düzeyi ve negatif bir değişken olan genel erteleme davranışı üzerine etkisinin araştırılmasının önemli olduğu ifade edilebilir. Özellikle pozitif bir değişken olan mutluluk düzeyinin, yine olumlu bir değişken olan atılganlık düzeyi üzerine etkisinin incelenmesinin alana katkı sağlayacağı söylenebilir. Atılgan davranışın olumlu bir davranış tarzı olduğu düşünüldüğünde, atılganlık düzeyini etkileyen değişkenlerin ortaya konulmasının alana katkı sağlayacağı ifade edilebilir. Ayrıca, atılganlık düzeyinin genel erteleme davranışı üzerine etki edip etmediği araştırılmıştır. Atılgan davranış düzeyini arttıran ve genel erteleme davranışını azaltan değişkenlerin ortaya konulması, çalışmanın katkı ve önemini ifade etmektedir. Çalışmanın uygulaması üniversite öğrencileri üzerine yapılmıştır. Mutluluk ve atılganlık düzeyi yüksek kişilerin daha başarılı olacağı düşünülebilir. Özellikle atılganlık düzeyi yüksek kişilerin iletişimlerinin daha güçlü olacağı söylenebilir.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Mutluluk Kavramı

Pozitif psikolojinin hem bilimsel hem de klinik bir alan olduğu ifade edilebilir. Pozitif psikolojideki bilimsel yöntemin, yaşamın olumlu taraflarını görmeyi ve geliştirmeyi içerdiği söylenebilir. Pozitif psikoloji alanı, mutluluk, iyi oluş ve olumlu özellikler gibi unsurları inceler. Pozitif psikoloji, mutluluğu ve iyi oluşu arttırmaya odaklanır (Carr, 2016: 11-12). Dışa dönük bir kişinin içe dönük bir bireye göre daha yüksek seviyede mutluluk ve öznel iyilik hali sahibi olduğu söylenebilir. Dışa dönük bireylerin içe dönük kişilere göre daha olumlu duygu durum seviyesi olduğu ifade edilebilir. Dışa dönük bireyler daha fazla sosyal ilişki kuran kişilerdir (Burger, 2006: 399).

Mutluluk kavramının; 1)kişinin genellikle güven, umut ve neşe gibi olumlu duyguları daha çok hissetmesi, 2)kişinin öfke, nefret, kaygı, korku ve umutsuzluk gibi olumsuz duyguları daha az hissetmesi ve 3)bireyin evlilik, iş ve sağlık gibi alanlardan memnuniyetini kapsadığı söylenebilir. Mutluluk kavramı, kişilerin olumlu duyguları daha çok, olumsuz duyguları daha az hissetmesi ve yaşamdan yüksek seviyede memnuniyet duymasını içerir (Güdü Demirebulat ve Avcıkurt, 2015: 81-82). Mutluluk, yaşam kalitesi ve yaşamdan memnuniyet kavramlarının birbirine çok yakın olduğu söylenebilir (Akın ve Şentürk, 2012: 183).

Öznel iyi olma, kişilerin kendi yaşamlarını değerlendirmesini kapsayan bir psikoloji konusudur. Mutluluk ve öznel iyi olma kavramlarının aynı anlamda kullanıldığı söylenebilir. Mutluluk veya öznel iyi olma, kişilerin kendi yaşamlarına ilişkin pozitif düşünce ve duygularının üstünlüğü ile ilgilidir. Mutluluk ya da öznel iyi olma, kişilerin kendi yaşamlarına yönelik tatmin ve pozitif duygularının toplamı olarak açıklanabilir (Kangal, 2013: 216). Mutluluk kavramı, başarı ve uzun yaşamla ilgili olarak değerlendirilebilir. Mutluluk kavramı, iki farklı açıdan incelenebilir. Bunlardan birincisi, olumlu ve olumsuz etkilerine göre tanımlanan ve ölçülen hedonik mutluluktur. İkinci olarak ise kişinin kendini gerçekleştirme, amaçlarına erişmesi ve değer yaratması gibi kişisel ilerleme ve gelişme ile ilgili çeşitli konuları içeren refahla ilgili mutluluk ifade edilebilir (Agbo ve Ngwu, 2017: 227-228).

Tatil yapmak ve konsere gitmek gibi deneyime dayalı faaliyetlerin, giyim gibi maddi unsurlardan daha fazla mutluluk oluşturduğu söylenebilir. Mutluluk kavramı, birçok anlamı olan karmaşık bir terimdir. Mutluluk kavramı, hedonizm-haz açısından ve refah-tatmin açısından

incelenebilir. Bu açıdan beklenen fayda, deneyime dayalı fayda ve hatırlanan fayda ifade edilebilir. Beklenen fayda, kişilerin yaklaşan bir olayı düşünmek ve keyif duymaktan elde ettikleri değeri içerir. Deneyime dayalı fayda, kişilerin bir olayın anlık tüketiminden elde ettikleri değeri kapsar. Hatırlanan fayda ise kişinin bir olayı hatırlamasının sağladığı değer olarak ifade edilebilir. Mutluluk konusunda deneyimlerin daha önemli olduğu söylenebilir (Kumar, Killingsworth ve Gilovich, 2020: 1).

2.2. Atılganlık Kavramı

Atılganlık, başkalarının haklarını da dikkate alarak kişilerin kendi haklarını koruyabilmelerini içeren kişiler arası ilişkiler biçimi olarak görülebilir. Çekingenlik ve saldırganlık iki ayrı uçta yer alan kavramlardır. Atılgan davranış ise uyumlu, pozitif ve sağlıklı bir davranış tarzı olarak ifade edilebilir. Atılgan davranışın, kişilerin kendilerini anlatmalarına imkan sağladığı söylenebilir (Dinçyürek, Çağlar ve Birol, 2010: 143). Çekingen davranışa sahip kişiler, hedeflerine erişmek ve gereksinimlerini karşılamak konularında zorluk yaşarlar. Atılgan bireyler, haklarını koruyabilir ve düşüncelerini ifade edebilirler. Atılganlık, kişilerin kendi haklarını korurken duygu ve düşüncelerini dürüst ve uygun bir şekilde ve başkalarının haklarını dikkate alarak ifade etmesidir. Atılganlık genellikle, uygun bir çerçevede dolaysız ve dürüst bir şekilde iletişim kurma tarzı olarak açıklanabilir (Arslantaş, Adana ve Şahbaz, 2013: 77).

Atılganlık kavramı, bireyin kendi duyguları ve fikirlerini dışarıya ifade etmesini içerir. Atılgan davranış, kişinin kendisini tam olarak ifade edebilecek şekilde duygu ve düşüncelerini açıklamasıdır. Atılganlık kavramının, düşük stres ve kaygı düzeyi, dostça ilişkiler, dostluk, çatışmaları çözme, başarıma hissi ve dürüstlük ile ilişkili olduğu söylenebilir. Atılgan davranış, bireyin olumlu ya da olumsuz duygularını uygun bir yolla belirtmesini kapsar. Atılganlık, bireyin haklarını ve düşüncelerini açık ve dürüst bir şekilde, başkalarının haklarını çiğnemenin ve başkalarını incitmeden ortaya koyması olarak açıklanabilir (Jung, 2014: 285-287).

Atılganlık kavramı, esasen dürüstlük içeren ve kişiler arası ilişkilerde kullanılan bir davranış tarzı olarak ifade edilebilir. Atılganlık kavramı, insan ilişkilerinde önemli olarak değerlendirilen bir iletişim yeteneğidir. Atılgan davranış seviyesi düşük olan kişiler başkalarıyla pasif ilişkilere sahiptir. Atılgan davranış yeteneğinin, kişilerin toplumda kendilerini uygun bir şekilde ifade edebilmeleri için gerekli olduğu belirtilebilir (Eraslan, 2015: 215). Atılganlık, kişiler arasında güven ve yakınlık oluşmasını sağlayan ve kişilerin kendilerini ifade etmeleri ile ilgili bir kavramdır. Atılganlık kavramı, iletişim becerilerinin en önemli bileşenlerinden biri olarak görülebilir. Atılganlık düzeyi yüksek olan kişilerin, toplumsal hayatta başarılı olduğu ve daha etkili iletişim becerilerine sahip olduğu söylenebilir (Küçükkaragöz, Canbulat ve Akay, 2013: 124-125).

Atılganlık, kişilerin uygun, sakin ve kendinden emin bir davranış tarzıyla fikirlerini ifade etmelerini içeren süreç olarak açıklanabilir. Atılgan davranış ve saldırgan davranış iki ayrı kavramdır. Atılgan davranış, bireylerin başkalarının düşüncelerine saygı göstererek uygun bir şekilde davranmasını içerir. Kişinin vermek istediği mesaj anlaşılmalıyıp tekrarı gerekiyorsa, saygılı ve kararlı bir şekilde mesajın tekrarlanmasını kapsar. Atılganlık kavramı, kişilerin kendilerine ve başkalarına saygı göstermesini, sakin ve kontrollü kalmayı içerir. Atılgan davranış, açık, sakin ve kararlı bir biçimde konuşmayı kapsar (Dalton, Hoyle ve Watts, 2011: 321-322). Atılgan davranışın, çatışma durumlarında kişilerin doğrudan iletişim kurmasını kapsadığı söylenebilir. Uygun düzeyde atılgan davranış becerileri sergileyebilen kişilerin, çatışmaları daha kolay yönetebileceği ve iyi düzeyde kişilerarası ilişkiler sürdürebileceği söylenebilir (Reece, Brandt ve Howie, 2011: 283).

2.3. Erteleleme ve Genel Erteleleme

Erteleleme davranışı, kişinin kendi faaliyetlerini düzenleme becerisinin eksik olması, kişinin kendi isteğiyle bir faaliyeti aksatma ya da faaliyeti gerçekleştirmekten tamamen kaçınma eğilimi olarak açıklanabilir. Birçok erteleme davranışı mevcuttur. Bunlar genel erteleme davranışı, akademik erteleme davranışı, karar vermeyi erteleme davranışı gibi ifade edilebilir (Ekici, Oruç ve Çolakoğlu, 2018: 54). Erteleleme kavramı, olumsuz sonuçlarına bakılmadan, planlanan faaliyetin kişi tarafından bilinçli ve rasyonel olmayan bir şekilde geciktirilmesi olarak açıklanabilir. Ertelemenin genellikle, kronik erteleme ve durumsal erteleme olarak iki farklı şekilde incelendiği söylenebilir. Kronik erteleme, çeşitli alanlarda kişinin bir faaliyete başlamayı ve tamamlamayı geciktirerek bu durumun alışkanlık haline gelmesidir. Durumsal erteleme, yalnızca belirli bir alanda kişinin faaliyete başlamayı ve tamamlamayı geciktirmesidir. Akademik erteleme, durumsal ertelemenin en yaygın çeşididir (Çetin ve Ceyhan, 2018: 461).

Erteleleme türlerinden en yaygın olanı akademik erteledir. Akademik erteleme, ödevleri tamamlama gibi görevleri yapmama ya da son dakikaya bırakma olarak açıklanabilir. Rutin işlerde erteleme, günlük faaliyetleri programlamada ve bu faaliyetleri zamanında gerçekleştirmede güçlük çekme olarak ifade edilebilir. Karar vermeyi erteleme, farklı alternatiflerle karşılaşıldığında karar vermenin daha sonraya bırakılmasını kapsar (Uzun ve Demir, 2015: 110). Akademik erteleme, diğer erteleme çeşitlerine göre araştırmacıların daha fazla odaklandığı bir konudur. Erteleme kavramı, çoğu kişinin zaman zaman karşılaştığı, gereksiz bir öteleme ya da kaçınma davranışı olarak açıklanabilir. Erteleme, çoğunlukla bireyin görevlerini gerçekleştirmesini ve karar almasını ertelemesi ya da geciktirmesini kapsayan bir kişilik özelliği ya da davranışsal eğilim şeklinde açıklanabilir. Organizasyonda çalışanların görevlerini zamanında yapmaları, hem kendilerinin hem de organizasyonun daha etkili ve verimli çalışmasını sağlar (Naktiyok ve Kızıl, 2018: 269-270).

İşi erteleme davranışı, olumsuz yönleri vurgulanan ve olumsuz bir davranış olarak kabul edilen bir kavramdır. Erteleme davranışı, oldukça yaygın görülen bir durumdur. İşi erteleme davranışı, bir kaçınma davranışı olarak da açıklanabilir. Başka bir deyişle erteleme kavramı, bir davranışı veya bir niyeti gerçekleştirmekten kaçınmayı kapsar. Kişiyi kaçınmaya yönelten nedenler, başarısız olmaktan ve değerlendirilmekten korkma olarak sıralanabilir. İşi erteleme kavramı, bilişsel, duygusal ve davranışsal bileşenlerden meydana gelen bir bütün olarak açıklanabilir. Erteleme kavramının çok boyutlu olduğu söylenebilir. İşi erteleme kavramı davranışsal, bilişsel ve duygusal öğelerden oluşan bir süreci ifade eder (Seçer, 2008: 312-314).

3. ARAŞTIRMA

3.1. Araştırmanın Amacı, Örneklem ve Evren

Araştırmanın amacı mutluluk düzeyinin atılganlık ve genel erteleme davranışı üzerine etkisini incelemektir. Ayrıca, atılganlık düzeyinin genel erteleme davranışı üzerine etkisi ele alınmıştır.

Araştırmanın örnekleme, bir devlet üniversitesinin uygulamalı bilimler yüksekokulunda öğrenim gören 321 öğrencidir. Araştırmanın evreni, bu devlet üniversitesinde öğrenim gören tüm öğrencilerdir. Anketler 2017-2018 eğitim öğretim yılında uygulanmıştır.

3.2. Ölçüm Araçları, Geri Dönüş Oranı ve Sınırlılıklar

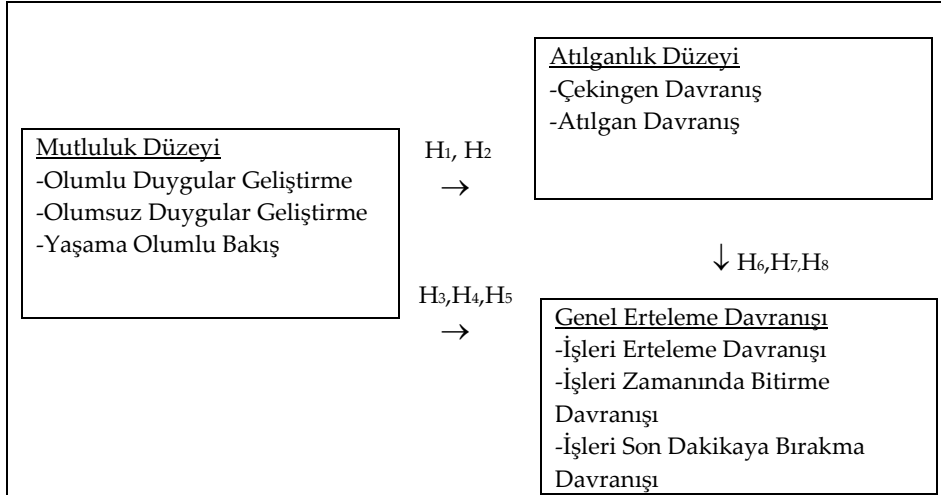
Araştırmada Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen 29 soruluk Oxford Mutluluk ölçeği kullanılmıştır. Oxford Mutluluk ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması Doğan ve Sapmaz (2012) tarafından yapılmıştır. Oxford Mutluluk ölçeğinde 18 olumlu ve 11 olumsuz soru vardır. Araştırmada Rathus (1973) tarafından geliştirilen 30 soruluk Rathus Atılganlık Ölçeği

kullanılmıştır. Rathus Atılganlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması Voltan (1980) tarafından yapılmıştır. Rathus Atılganlık ölçeğinde 13 olumlu ve 17 olumsuz soru mevcuttur. Araştırmada, Çakıcı (2003) tarafından geliştirilen 18 soruluk Genel Erteleme Ölçeği kullanılmıştır. Çakıcı (2003) tarafından geliştirilen ölçekte 11 olumsuz ve 7 olumlu soru mevcuttur.

Araştırmada kullanılan Mutluluk ölçeği, Atılganlık ölçeği ve Genel Erteleme ölçeği için 5'li likert puanlama uygulanmıştır. Bu kapsamda belirtilen ölçekler için "Kesinlikle Katılmıyorum=1", "Katılmıyorum=2", "Kararsızım=3", "Katılıyorum=4" ve "Kesinlikle Katılıyorum=5" şeklinde puanlama kullanılmıştır. Ayrıca araştırmaya katılanların sosyo-demografik özelliklerinin belirlenmesine yönelik olarak cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, kaldığı yer ve yetişme çağında bulunduğu yer ile ilgili sorular sorulmuştur. Araştırma kapsamında 350 anket dağıtılmıştır. Anketlerden 321 tanesi tam olarak doldurulmuştur. Geri dönüş oranının %92 olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın sınırlılıkları, sadece bir üniversite ve bir uygulamalı bilimler yüksekokulu öğrencilerine yönelik araştırma yapılmasıdır.

3.3. Araştırma Modeli ve Hipotezler

Araştırma modeli kapsamında mutluluk düzeyinin atılganlık düzeyi ve genel erteleme davranışı üzerine etkisi incelenmektedir. Ayrıca, atılganlık düzeyinin genel erteleme davranışı üzerine etkisi araştırılmıştır. Modele göre öncelikle mutluluk düzeyinin atılganlık düzeyi üzerine etkisi iki ayrı çoklu regresyon modeli ile test edilmiştir (H_1 ve H_2). Mutluluk düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, atılganlık düzeyi alt boyutları ayrı ayrı bağımlı değişken olarak incelenmiştir. Araştırma modeline göre ikinci olarak, mutluluk düzeyinin genel erteleme davranışı üzerine etkisi üç ayrı çoklu regresyon modeli test edilmiştir. Mutluluk düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, genel erteleme davranışı alt boyutları ayrı ayrı bağımlı değişken olarak incelenmiştir (H_3, H_4, H_5). Modele göre son olarak atılganlık düzeyinin genel erteleme davranışı üzerine etkisi üç ayrı çoklu regresyon modeli ile test edilmiştir. Buna göre, atılganlık düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, genel erteleme davranışı alt boyutları ayrı ayrı bağımlı değişken olarak ele alınmıştır (H_6, H_7, H_8).



Şekil 1. Araştırma Modeli

Hipotezler

- H_1 : Mutluluk düzeyinin çekingen davranış üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{1a} : Olumlu duygular geliştirme düzeyinin çekingen davranış üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{1b} : Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin çekingen davranış üzerine anlamlı bir etkisi vardır.

Mutluluk Düzeyinin Atılgnlık ve Genel Erteleme Davranışı Üzerine Etkisi

- ✓ H_{1c}: Yaşama olumlu bakış düzeyinin çekingen davranış üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
- H₂: Mutluluk düzeyinin atılgn davranış üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{2a}: Olumlu duygular geliştirme düzeyinin atılgn davranış üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{2b}: Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin atılgn davranış üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{2c}: Yaşama olumlu bakış düzeyinin atılgn davranış üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
- H₃: Mutluluk düzeyinin işleri erteleme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{3a}: Olumlu duygular geliştirme düzeyinin işleri erteleme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{3b}: Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin işleri erteleme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{3c}: Yaşama olumlu bakış düzeyinin işleri erteleme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
- H₄: Mutluluk düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{4a}: Olumlu duygular geliştirme düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{4b}: Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{4c}: Yaşama olumlu bakış düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
- H₅: Mutluluk düzeyinin işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{5a}: Olumlu duygular geliştirme düzeyinin işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{5b}: Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{5c}: Yaşama olumlu bakış düzeyinin işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
- H₆: Atılgnlık düzeyinin işleri erteleme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{6a}: Çekingen davranışın işleri erteleme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{6b}: Atılgn davranışın işleri erteleme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
- H₇: Atılgnlık düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{7a}: Çekingen davranışın işleri zamanında bitirme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{7b}: Atılgn davranışın işleri zamanında bitirme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
- H₈: Atılgnlık düzeyinin işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{8a}: Çekingen davranışın işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.
 - ✓ H_{8b}: Atılgn davranışın işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine anlamlı bir etkisi vardır.

4. VERİ ANALİZİ

4.1. Frekans Dağılımı

Aşağıda Tablo 1’de araştırmaya katılanların Sosyo-demografik özelliklerine yönelik frekans dağılımları yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyo-demografik Özelliklerine Yönelik Frekans Dağılımları

Değişkenler	Gruplar	Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Erkek	117	36,4
	Bayan	204	63,6
	Toplam	321	100
Yaş	18-19 yaş	34	10,6
	20-21 yaş	188	58,6
	22-23 yaş	89	27,7
	24 ve üzeri yaş	10	3,1
	Toplam	321	100
Kardeş Sayısı	1 Kardeş	28	8,7
	2 Kardeş	130	40,5
	3 Kardeş	94	29,3
	4 ve üzeri kardeş	69	21,5
	Toplam	321	100
Kaldığı Yer	Ailenin Yanında	41	12,8
	Yurtta	195	60,7
	Akrabanın Yanında	2	0,6
	Arkadaşlarıyla Birlikte	83	25,9
	Toplam	321	100
Yetiştirme Çağında Bulunduğu Yer	Köy	42	13,1
	Belde/Bucak	11	3,4
	İlçe	86	26,8
	İl	60	18,7
	Büyükşehir	122	38,0
	Toplam	321	100

4.2. Faktör Analizi ve Güvenirlik Testleri

Çalışmada kullanılan Mutluluk ölçeği, Atılganlık ölçeği ve Genel Erteleme ölçeğine faktör analizi ve güvenilirlik testleri uygulanmıştır. Mutluluk ölçeğine faktör analizi uygulanırken soru 10 analizden çıkarılmıştır.

Tablo 2. Mutluluk Ölçeği için Faktör Analizi ve Güvenirlik Testi Sonuçları

	Sorular	Faktör Ağırlıkları	Faktör Açıklayıcılığı(%)	Başlangıç Özdeğerleri	Cronbach's Alpha
Olumlu Duygular Geliştirme	mt17	0,743	18,984	7,340	0,884
	mt16	0,702			
	mt8	0,693			
	mt22	0,684			
	mt11	0,684			
	mt20	0,634			
	mt26	0,623			
	mt7	0,559			
	mt15	0,516			
	mt9	0,510			
	mt18	0,477			
	mt25	0,444			
	mt21	0,438			
Olumsuz Duygular Geliştirme	mt19	0,580	11,526	2,142	0,721
	mt6	0,575			
	mt24	0,558			
	mt28	0,518			
	mt1	0,492			
	mt27	0,475			
	mt13	0,464			
	mt14	0,454			
	mt23	0,440			
	mt29	0,399			
Yaşama Olumlu Bakış	mt3	0,726	8,895	1,551	0,628
	mt5	0,628			
	mt4	0,627			
	mt2	0,424			
	mt12	0,385			
KMO Değeri: 0,885 Bartlett's Testi Sonucu: 0,000 Açıklanan Toplam Varyans: 39,406					

Tablo 2'de Mutluluk ölçeğinin KMO değerinin 0,885 ve Bartlett's testi sonucunun $0,000 < 0,05$ olduğundan veri seti faktör analizine uygundur. Mutluluk ölçeğine faktör analizi uygulanmış ve 3 alt boyut ortaya çıkmıştır. Bu alt boyutlardan faktör 1 "Olumlu Duygular Geliştirme", faktör 2 "Olumsuz Duygular Geliştirme" ve faktör 3 "Yaşama Olumlu Bakış" olarak isimlendirilmiştir. Faktör 1 toplam varyansın %18,984'ünü, faktör 2 toplam varyansın %11,526'sını ve faktör 3 toplam varyansın %8,895'ini açıklamaktadır. Başlangıç özdeğerlerinin faktör 1 için 7,340, faktör 2 için 2,142 ve faktör 3 için 1,551 olduğu ifade edilebilir. Mutluluk ölçeğine güvenirlilik testi uygulanmış ve Cronbach's Alpha değerleri faktör 1 için 0,884, faktör 2 için 0,721 ve faktör 3 için 0,628 olarak bulunmuştur.

Atılganlık ölçeğine faktör analizi uygulanırken soru 3, soru 13 ve soru 17 analizden çıkarılmıştır.

Tablo 3. Atılganlık Ölçeği İçin Faktör Analizi ve Güvenirlik Testi Sonuçları

	Sorular	Faktör Ağırlıkları	Faktör Açıklayıcılığı(%)	Başlangıç Özdeğerleri	Cronbach's Alpha
Çekingen Davranış	a11	0,564	14,431	4,816	0,781
	a24	0,553			
	a16	0,545			
	a1	0,540			
	a23	0,512			
	a5	0,511			
	a15	0,493			
	a29	0,483			
	a2	0,469			
	a30	0,456			
	a12	0,452			
	a9	0,444			
	a26	0,432			
	a14	0,408			
	a19	0,361			
a4	0,321				
Atılgan Davranış	a8	0,638	13,129	2,626	0,726
	a6	0,625			
	a21	0,625			
	a28	0,557			
	a20	0,532			
	a7	0,518			
	a18	0,414			
	a27	0,401			
	a22	0,388			
	a25	0,372			
	a10	0,335			
KMO Değeri: 0,802 Bartlett's Testi Sonucu: 0,000 Açıklanan Toplam Varyans: 27,560					

Tablo 3'te Atılganlık ölçeğinin KMO değerinin 0,802 ve Bartlett's testi sonucu bulunan değer 0,000<0,05 olduğu için veri setinin faktör analizine uygun olduğu söylenebilir. Atılganlık ölçeğine faktör analizi uygulanmış ve iki alt boyut bulunmuştur. Bu boyutlardan faktör 1 "Çekingen Davranış" ve faktör 2 "Atılgan Davranış" olarak adlandırılmıştır. Faktör 1 toplam varyansın %14,431'ini ve faktör 2 toplam varyansın %13,129'unu açıklamaktadır. Başlangıç özdeğerleri faktör 1 için 4,816 ve faktör 2 için 2,626 olarak bulunmuştur. Atılganlık ölçeğine güvenirlilik testi uygulanmış ve Cronbach's Alpha değerlerinin faktör 1 için 0,781 ve faktör 2 için 0,726 olduğu gözlenmiştir.

Tablo 4. Genel Erteleme Ölçeği İçin Faktör Analizi ve Güvenirlik Testi Sonuçları

	Sorular	Faktör Ağırlıkları	Faktör Açıklayıcılığı(%)	Başlangıç Özdeğerleri	Cronbach's Alpha
İşleri Erteleme Davranışı	e15	0,783	20,160	6,196	0,847
	e13	0,728			
	e14	0,696			
	e18	0,687			
	e16	0,676			
	e9	0,525			
	e10	0,502			
İşleri Zamanında Bitirme Davranışı	e4	0,646	15,357	1,654	0,750
	e17	0,637			
	e6	0,626			
	e1	0,614			
	e8	0,556			
	e12	0,533			
	e3	0,531			
İşleri Son Dakikaya Bırakma Davranışı	e5	0,700	14,769	1,201	0,759
	e7	0,684			
	e2	0,680			
	e11	0,653			
KMO Değeri: 0,901 Bartlett's Testi Sonucu: 0,000 Açıklanan Toplam Varyans: 50,286					

Tablo 4'te Genel Erteleme Ölçeği için faktör analizi ve güvenilirlik testi sonuçları yer almaktadır. Genel Erteleme ölçeğinin KMO değerinin 0,901 ve Bartlett's testi sonucunun $0,000 < 0,05$ olduğundan veri setinin faktör analizine uygun olduğu ifade edilebilir. Genel Erteleme ölçeğine faktör analizi uygulanmış ve 3 alt boyut ortaya çıkmıştır. Bu alt boyutlardan faktör 1 "İşleri Erteleme Davranışı", faktör 2 "İşleri Zamanında Bitirme Davranışı" ve faktör 3 "İşleri Son Dakikaya Bırakma Davranışı" olarak isimlendirilmiştir. Faktör 1 toplam varyansın %20,160'ını, faktör 2 toplam varyansın %15,357'sini ve faktör 3 toplam varyansın %14,769'unu açıklamaktadır. Başlangıç özdeğerleri faktör 1 için 6,196 olarak, faktör 2 için 1,654 olarak ve faktör 3 için 1,201 olarak bulunmuştur. Genel Erteleme ölçeğine güvenilirlik testi uygulanmış ve Cronbach's Alpha değerleri faktör 1 için 0,847, faktör 2 için 0,750 ve faktör 3 için 0,759 olarak bulunmuştur.

4.3. Çoklu Regresyon Testleri

Mutluluk düzeyinin atılgnlık ve genel erteleme davranışı üzerine etkisine yönelik çoklu regresyon testleri uygulanmıştır. İlk olarak mutluluk düzeyinin atılgnlık üzerine etkisi incelenmiş ve iki ayrı çoklu regresyon modeli test edilmiştir. Daha sonra mutluluk düzeyinin genel erteleme davranışı üzerine etkisi ele alınmış ve üç ayrı çoklu regresyon modeli test edilmiştir. Son olarak atılgnlık düzeyinin genel erteleme davranışı üzerine etkisi incelenmiş ve üç ayrı çoklu regresyon modeli test edilmiştir.

4.3.1. Mutluluk Düzeyinin Atılgnlık Üzerine Etkisi

Çoklu regresyon testlerinden önce çoklu bağıntının olup olmadığı VIF ve tolerans değerlerine bakarak değerlendirilmiştir. Bağımsız değişken olarak ele alınan mutluluk düzeyi alt boyutlarının (Olumlu duygular geliştirme, Olumsuz duygular geliştirme ve Yaşama olumlu bakış) VIF ve tolerans değerleri incelenmiştir.

Bağımsız değişkenler arasında çoklu bağıntının olması, regresyon modellerini önemli düzeyde etkileyebilecek ciddi bir sorundur. VIF değerinin 10'dan büyük olması, ciddi bir çoklu

bağıntı sorunu olduğunu gösterir (Montgomery, Peck ve Vining, 2013: 117-118). Tolerans değerlerinin 0,10'dan büyük olması, değişkenler arasında çoklu bağıntı sorununun olmadığını ortaya koyar (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012: 36). Tablo 5'te görüldüğü gibi, bağımsız değişken olarak ele alınan mutluluk düzeyi alt boyutlarının (Olumlu duygular geliştirme, Olumsuz duygular geliştirme ve Yaşama olumlu bakış) en yüksek VIF değerinin 1,530 olduğu ve bu değer 10'dan oldukça düşük olduğu gözlenmiştir. Tablo 5'te ifade edildiği gibi, en düşük tolerans değerinin 0,654 olduğu ve bu değer 0,1'den oldukça yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu nedenle bağımsız değişkenler arasında çoklu bağıntı sorunu olmadığı söylenebilir.

Mutluluk düzeyinin atılganlık üzerine etkisine yönelik iki ayrı çoklu regresyon testi uygulanmıştır. Mutluluk düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, atılganlık düzeyi alt boyutları ayrı ayrı bağımlı değişken olarak incelenmiştir. İlk olarak mutluluk düzeyi alt boyutlarının, çekingen davranış üzerine etkisi incelenmiştir. Mutluluk düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, çekingen davranış boyutu bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. Mutluluk düzeyi alt boyutlarının, çekingen davranış üzerine etkisine ilişkin çoklu regresyon sonuçları aşağıda Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Mutluluk Düzeyinin Çekingen Davranış Üzerine Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	1,694	0,285		5,953	0,000		
Olumlu Duygular Geliştirme	-0,036	0,051	-0,042	-0,698	0,486	0,654	1,530
Olumsuz Duygular Geliştirme	0,446	0,053	0,478	8,433	0,000	0,734	1,362
Yaşama Olumlu Bakış	-0,004	0,048	-0,005	-0,087	0,931	0,715	1,398
Bağımlı Değişken: Çekingen Davranış R=0,502; R ² =0,252; Düzeltilmiş R ² =0,245; Std.Hata=0,53184; F=35,560; p=0,000							

Tablo 5'te ifade edildiği gibi $p < 0,05$ olduğundan H_{1b} desteklenmiştir. Buna ilaveten, $p > 0,05$ olduğundan H_{1a} ve H_{1c} reddedilmiştir. Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin çekingen davranış üzerine pozitif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta=0,478$) vardır ($p < 0,05$). Olumsuz duygular geliştirme düzeyi çekingen davranışı arttırmaktadır. Başka bir deyişle, olumsuz duygular geliştirme düzeyinin artması, çekingen davranışı arttırmaktadır. Olumlu duygular geliştirme düzeyi ve Yaşama olumlu bakış düzeyinin çekingen davranış üzerine anlamlı bir etkisi yoktur ($p > 0,05$).

Mutluluk düzeyi alt boyutlarının atılgan davranış üzerine etkisine yönelik çoklu regresyon sonuçları aşağıda Tablo 6'da ifade edilmiştir. Çoklu regresyon modelinde, mutluluk düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, atılgan davranış boyutu bağımlı değişken olarak ele alınmıştır.

Tablo 6. Mutluluk Düzeyinin Atılgan Davranış Üzerine Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Testi Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.
	B	Std. Hata	Beta		
(Constant)	2,163	0,283		7,657	0,000
Olumlu Duygular Geliştirme	0,365	0,051	0,435	7,201	0,000
Olumsuz Duygular Geliştirme	-0,044	0,053	-0,048	-0,844	0,399
Yaşama Olumlu Bakış	0,049	0,048	0,059	1,024	0,306
Bağımlı Değişken: Atılgan Davranış R=0,493; R ² =0,243; Düzeltilmiş R ² =0,236; Std.Hata: 0,52793; F=34,004; p=0,000					

Tablo 6'da görüldüğü gibi, $p < 0,05$ olduğundan H_{2a} desteklenmiştir. Buna ilave olarak, $p > 0,05$ olduğundan H_{2b} ve H_{2c} reddedilmiştir. Olumlu duygular geliştirme düzeyinin atılgan davranış üzerine pozitif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta=0,435$) vardır ($p < 0,05$). Olumlu duygular geliştirme düzeyi atılgan davranışı arttırmaktadır. Başka bir ifadeyle, olumlu duygular geliştirme düzeyinin artması, atılgan davranışı arttırmaktadır. Olumsuz duygular geliştirme ve Yaşama olumlu bakış düzeyinin atılgan davranış üzerine anlamlı bir etkisi yoktur ($p > 0,05$).

4.3.2. Mutluluk Düzeyinin Genel Erteleme Davranışı Üzerine Etkisi

Mutluluk düzeyinin Genel erteleme davranışı üzerine etkisine ilişkin olarak üç ayrı çoklu regresyon testi uygulanmıştır. Mutluluk düzeyi alt boyutları bağımsız değişken iken, genel erteleme davranışı alt boyutları ayrı ayrı bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. Öncelikle mutluluk düzeyi alt boyutlarının, işleri erteleme davranışı üzerine etkisi araştırılmıştır. Mutluluk düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, işleri erteleme davranışı boyutu bağımlı değişken olarak incelenmiştir. Mutluluk düzeyi alt boyutlarının, işleri erteleme davranışı boyutu üzerine etkisine yönelik çoklu regresyon sonuçları aşağıda Tablo 7'de ifade edilmiştir.

Tablo 7. Mutluluk Düzeyinin İşleri Erteleme Davranışı Üzerine Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Testi Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	2,853	0,461		6,193	0,000		
Olumlu Duygular Geliştirme	-0,167	0,083	-0,134	-2,014	0,045	0,654	1,530
Olumsuz Duygular Geliştirme	0,207	0,086	0,151	2,414	0,016	0,734	1,362
Yaşama Olumlu Bakış	-0,104	0,078	-0,085	-1,333	0,183	0,715	1,398
Bağımlı Değişken: İşleri Erteleme Davranışı R=0,298; R ² =0,089; Düzeltilmiş R ² =0,080; Std.Hata:0,86087; F=10,298; p=0,000							

Tablo 7'de ifade edildiği gibi, $p < 0,05$ olduğundan H_{3a} ve H_{3b} desteklenmiştir. Buna ilaveten, $p > 0,05$ olduğundan H_{3c} reddedilmiştir. Olumlu duygular geliştirme düzeyinin işleri erteleme

davranışı üzerine negatif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta=-0,134$) vardır ($p<0,05$). Olumlu duygular geliştirme düzeyi işleri erteleme davranışını azaltmaktadır. Başka bir deyişle, olumlu duygular geliştirme düzeyinin artması, işleri erteleme davranışını azaltmaktadır. Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin işleri erteleme davranışı üzerine pozitif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta=0,151$) vardır ($p<0,05$). Olumsuz duygular geliştirme düzeyi işleri erteleme davranışını arttırmaktadır. Başka bir ifadeyle, olumsuz duygular geliştirme düzeyinin artması, işleri erteleme davranışını arttırmaktadır. Yaşama olumlu bakış düzeyinin işleri erteleme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi yoktur ($p>0,05$).

Mutluluk düzeyi alt boyutlarının işleri zamanında bitirme davranışı boyutu üzerine etkisine yönelik çoklu regresyon sonuçları aşağıda Tablo 8’de verilmiştir. Çoklu regresyon modelinde, mutluluk düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, işleri zamanında bitirme davranışı boyutu bağımlı değişken olarak incelenmiştir.

Tablo 8. Mutluluk Düzeyinin İşleri Zamanında Bitirme Davranışı Üzerine Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Testi Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.
	B	Std. Hata	Beta		
(Constant)	2,221	0,368		6,039	0,000
Olumlu Duygular Geliştirme	0,219	0,066	0,217	3,308	0,001
Olumsuz Duygular Geliştirme	-0,025	0,068	-0,023	-0,366	0,715
Yaşama Olumlu Bakış	0,151	0,063	0,151	2,409	0,017
Bağımlı Değişken: İşleri Zamanında Bitirme Davranışı R=0,333; R ² =0,111; Düzeltilmiş R ² =0,102; Std.Hata=0,68728; F=13,136; p=0,000					

Tablo 8’de görüldüğü gibi, $p<0,05$ olduğundan H_{4a} ve H_{4c} desteklenmiştir. Buna ilave olarak, $p>0,05$ olduğundan H_{4b} reddedilmiştir. Olumlu duygular geliştirme düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine pozitif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta=0,217$) vardır ($p<0,05$). Olumlu duygular geliştirme düzeyi işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Başka bir ifadeyle, olumlu duygular geliştirme düzeyinin artması, işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Yaşama olumlu bakış düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine pozitif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta=0,151$) vardır ($p<0,05$). Yaşama olumlu bakış düzeyi işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Başka bir deyişle, Yaşama olumlu bakış düzeyinin artması, işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi yoktur ($p>0,05$). Olumlu duygular geliştirme düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine etkisi ($\beta=0,217$), Yaşama olumlu bakış düzeyinin etkisinden ($\beta=0,151$) daha yüksektir ($p<0,05$). Olumlu duygular geliştirme düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine etkisinin daha fazla olduğu söylenebilir.

Mutluluk düzeyi alt boyutlarının işleri son dakikaya bırakma davranışı boyutu üzerine etkisine yönelik çoklu regresyon testi sonuçları aşağıda Tablo 9’da verilmiştir. Çoklu regresyon modelinde, mutluluk düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, işleri son dakikaya bırakma davranışı boyutu bağımlı değişken olarak ele alınmıştır.

Tablo 9. Mutluluk Düzeyinin İşleri Son Dakikaya Bırakma Davranışı Üzerine Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Testi Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.
	B	Std. Hata	Beta		
(Constant)	2,807	0,509		5,518	0,000
Olumlu Duygular Geliştirme	-0,073	0,091	-0,053	-0,797	0,426
Olumsuz Duygular Geliştirme	0,249	0,095	0,166	2,633	0,009
Yaşama Olumlu Bakış	-0,140	0,087	-0,104	-1,622	0,106
Bağımlı Değişken= İşleri Son Dakikaya Bırakma Davranışı R=0,263; R ² =0,069; Düzeltilmiş R ² =0,061; Std.Hata=0,95064; F=7,878; p=0,000					

Tablo 9’da ifade edildiği gibi, $p < 0,05$ olduğundan H_{5b} desteklenmiştir. Buna ilave olarak, $p > 0,05$ olduğundan H_{5a} ve H_{5c} reddedilmiştir. Olumsuz duygular geliştirme düzeyinin işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine pozitif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta = 0,166$) vardır ($p < 0,05$). Olumsuz duygular geliştirme düzeyi işleri son dakikaya bırakma davranışını arttırmaktadır. Başka bir ifadeyle, olumsuz duygular geliştirme düzeyinin artması, işleri son dakikaya bırakma davranışını arttırmaktadır. Olumlu duygular geliştirme ve Yaşama olumlu bakış düzeyinin, işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine anlamlı bir etkisi yoktur ($p > 0,05$).

4.3.3. Atılganlık Düzeyinin Genel Erteleme Davranışına Etkisi

Çoklu regresyon testlerinden önce çoklu bağıntının olup olmadığı VIF ve tolerans değerlerine bakarak incelenmiştir. Bağımsız değişken olarak ele alınan atılganlık düzeyi alt boyutlarının (Çekingen davranış ve Atılgan davranış) VIF ve tolerans değerleri incelenmiştir. Tablo 10’da ifade edildiği gibi, bağımsız değişken olarak incelenen atılganlık düzeyi alt boyutlarının (Çekingen davranış ve Atılgan davranış) en yüksek VIF değerinin 1,108 olduğu ve bu değer 10’dan oldukça düşük olduğu gözlenmiştir. Ayrıca Tablo 10’da görüldüğü gibi, en düşük tolerans değerinin 0,902 olduğu ve bu değer 0,1’in oldukça üstünde olduğu gözlenmiştir. Bu nedenle bağımsız değişkenler arasında çoklu bağıntı sorunu olmadığı ifade edilebilir.

Atılganlık düzeyinin Genel erteleme davranışına etkisine yönelik üç ayrı çoklu regresyon modeli test edilmiştir. Atılganlık düzeyi alt boyutları bağımsız değişken iken, genel erteleme davranışı alt boyutları ayrı ayrı bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. İlk olarak atılganlık düzeyi alt boyutlarının, işleri erteleme davranışına etkisi incelenmiştir. Atılganlık düzeyi alt boyutları bağımsız değişken olarak, işleri erteleme davranışı boyutu bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. Atılganlık düzeyi alt boyutlarının, işleri erteleme davranışına etkisine yönelik çoklu regresyon testi sonuçları aşağıda Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10. Atılganlık Düzeyinin İşleri Erteleme Davranışına Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Testi Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	2,547	0,422		6,034	0,000		
Çekingen Davranış	0,314	0,082	0,214	3,816	0,000	0,902	1,108
Atılgan Davranış	-0,260	0,083	-0,175	-3,118	0,002	0,902	1,108
Bağımlı Değişken: İşleri Erteleme Davranışı R=0,316; R ² =0,100; Düzeltilmiş R ² =0,094; Std.Hata=0,85442; F=17,583; p=0,000							

Tablo 10'da ifade edildiği gibi, $p < 0,05$ olduğundan H_{6a} ve H_{6b} desteklenmiştir. Çekingen davranış düzeyinin işleri erteleme davranışı üzerine pozitif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta=0,214$) vardır ($p < 0,05$). Çekingen davranış düzeyi işleri erteleme davranışını arttırmaktadır. Başka bir deyişle, çekingen davranış düzeyinin artması, işleri erteleme davranışını arttırmaktadır. Atılgan davranış düzeyinin işleri erteleme davranışı üzerine negatif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta=-0,175$) vardır ($p < 0,05$). Atılgan davranış düzeyi işleri erteleme davranışını azaltmaktadır. Atılgan davranış düzeyinin artması, işleri erteleme davranışını azaltmaktadır.

Atılganlık düzeyi alt boyutlarının işleri zamanında bitirme davranışına etkisine yönelik çoklu regresyon testi sonuçları aşağıda Tablo 11'de verilmiştir. Çoklu regresyon modelinde, atılganlık düzeyi alt boyutları bağımsız değişken iken, işleri zamanında bitirme davranışı boyutu bağımlı değişkendir.

Tablo 11. Atılganlık Düzeyinin İşleri Zamanında Bitirme Davranışına Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Testi Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.
	B	Std. Hata	Beta		
(Constant)	2,010	0,340		5,904	0,000
Çekingen Davranış	0,006	0,066	0,005	0,092	0,927
Atılgan Davranış	0,388	0,067	0,323	5,776	0,000
Bağımlı Değişken: İşleri Zamanında Bitirme Davranışı R=0,321; R ² =0,103; Düzeltilmiş R ² =0,098; Std.Hata=0,68901; F=18,307; p=0,000					

Tablo 11'de görüldüğü gibi, $p < 0,05$ olduğundan H_{7b} desteklenmiştir. Buna ilaveten, $p > 0,05$ olduğundan H_{7a} reddedilmiştir. Atılgan davranış düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine pozitif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta=0,323$) vardır ($p < 0,05$). Atılgan davranış düzeyi işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Atılgan davranış düzeyinin artması, işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Çekingen davranış düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine anlamlı bir etkisi yoktur ($p > 0,05$).

Atılganlık düzeyi alt boyutlarının işleri son dakikaya bırakma davranışına etkisine yönelik çoklu regresyon testi sonuçları aşağıda Tablo 12'de ifade edilmiştir. Çoklu regresyon modelinde, atılganlık düzeyi alt boyutları bağımsız değişken iken, işleri son dakikaya bırakma davranışı boyutu bağımlı değişken olarak incelenmiştir.

Tablo 12. Atılganlık Düzeyinin İşleri Son Dakikaya Bırakma Davranışına Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Testi Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.
	B	Std. Hata	Beta		
(Constant)	1,760	0,476		3,699	0,000
Çekingen Davranış	0,336	0,093	0,210	3,629	0,000
Atılgan Davranış	0,032	0,094	0,020	0,344	0,731
Bağımlı Değişken: İşleri Son Dakikaya Bırakma Davranışı R=0,204; R ² =0,042; Düzeltilmiş R ² =0,036; Std.Hata=0,96312; F=6,933; p=0,001					

Tablo 12’de ifade edildiği gibi, $p < 0,05$ olduğundan H_{8a} desteklenmiştir. Buna ilaveten, $p > 0,05$ olduğundan H_{8b} reddedilmiştir. Çekingen davranış düzeyinin işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine pozitif yönlü anlamlı bir etkisi ($\beta = 0,210$) vardır ($p < 0,05$). Çekingen davranış düzeyi işleri son dakikaya bırakma davranışını arttırmaktadır. Çekingen davranış düzeyinin artması, işleri son dakikaya bırakma davranışını arttırmaktadır. Atılgan davranış düzeyinin işleri son dakikaya bırakma davranışı üzerine anlamlı bir etkisi yoktur ($p > 0,05$).

4.4. Değişken Alt Boyutlarına İlişkin Ortalamalar

Mutluluk düzeyi, Atılganlık düzeyi ve Genel erteleme davranışı değişkenlerinin alt boyutlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri aşağıda Tablo 13’te verilmiştir.

Tablo 13. Değişken Alt Boyutlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	N	Ortalama	Std. Sapma
Olumlu Duygular Geliştirme	321	3,5212	0,71932
Olumsuz Duygular Geliştirme	321	2,6798	0,65550
Yaşama Olumlu Bakış	321	2,9975	0,72646
Çekingen Davranış	321	2,7521	0,61196
Atılgan Davranış	321	3,4786	0,60410
İşleri Erteleme Davranışı	321	2,5073	0,89761
İşleri Zamanında Bitirme Davranışı	321	3,3752	0,72532
İşleri Son Dakikaya Bırakma	321	2,7975	0,98081

Tablo 13’te görüldüğü gibi, olumlu duygular geliştirme, atılgan davranış ve işleri zamanında bitirme davranışı boyutlarının ortalamalarının yüksek olduğu, işleri erteleme davranışı boyutu ortalamasının ise diğerlerinden düşük olduğu gözlenmiştir.

SONUÇ

Araştırmada öncelikle katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine yönelik frekans analizi uygulanmıştır. Daha sonra Mutluluk düzeyi, Atılganlık düzeyi ve Genel erteleme davranışı ölçeklerine faktör analizi ve güvenilirlik testi uygulanmıştır. Mutluluk düzeyinin atılganlık ve genel erteleme davranışı üzerine etkisine yönelik çoklu regresyon modelleri test edilmiştir. Ayrıca, atılganlık düzeyinin genel erteleme davranışı üzerine etkisine ilişkin çoklu regresyon modelleri test edilmiştir. Son olarak değişken alt boyutlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri ifade edilmiştir.

Sonuç olarak, olumsuz duygular geliştirme düzeyi çekingen davranışını arttırmaktadır. Olumlu duygular geliştirme düzeyi atılgan davranışını arttırmaktadır. Olumlu duygular geliştirme

düzeyi işleri erteleme davranışını azaltmaktadır. Olumsuz duygular geliştirme düzeyi işleri erteleme davranışını arttırmaktadır. Hem Olumlu duygular geliştirme düzeyi hem de Yaşama olumlu bakış düzeyi işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Olumlu duygular geliştirme düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışı üzerine etkisi, yaşama olumlu bakış düzeyinin etkisinden daha fazladır. Olumsuz duygular geliştirme düzeyi işleri son dakikaya bırakma davranışını arttırmaktadır. Sonuçta, çekingen davranış düzeyi işleri erteleme davranışını arttırmaktadır. Atılğan davranış düzeyi işleri erteleme davranışını azaltmaktadır. Atılğan davranış düzeyi işleri zamanında bitirme davranışını arttırmaktadır. Çekingen davranış düzeyi işleri son dakikaya bırakma davranışını arttırmaktadır.

Sonuç olarak, mutluluk düzeyinin pozitif alt boyutu olan Olumlu duygular geliştirme hem atılğan davranışı hem de işleri zamanında bitirme davranışını arttırması önemlidir. Ayrıca, olumlu duygular geliştirme boyutunun, genel erteleme davranışının alt boyutu olan işleri erteleme davranışını azaltan bir değişken olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Mutluluk kavramının diğer pozitif alt boyutu olan Yaşama olumlu bakış düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışını arttırdığı gözlenmiştir. Buna ilave olarak, atılğan davranış düzeyinin genel erteleme davranışının alt boyutu olan işleri erteleme davranışını azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Atılğan davranış düzeyinin işleri zamanında bitirme davranışını arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuçta, Mutluluk düzeyinin pozitif alt boyutlarının etkilerinin önemli olduğu söylenebilir. Ayrıca, atılğan davranış düzeyinin genel erteleme davranışı alt boyutlarına etkilerinin önemli olduğu ifade edilebilir.

KAYNAKÇA

- Agbo, A.A. ve Ngwu, C.N. (2017). Aversion to Happiness and the Experience of Happiness: The Moderating Roles of Personality, *Personality and Individual Differences*, 111, 227-231.
- Akın, H.B. ve Şentürk, E. (2012). Bireylerin Mutluluk Düzeylerinin Ordinal Lojistik Regresyon Analizi ile İncelenmesi, *Öneri Dergisi*, Ocak, C.10, S.37, 183-193.
- Arslantaş, H., Adana, F. ve Şahbaz, M. (2013). Lise Öğrencilerinin Atılğanlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *F.N. Hem. Derg.*, Cilt 21, Sayı 2, 76-84.
- Burger, J.M. (2006). *Kişilik: Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri*, (Çev.İnan Deniz Erguvan Sarioğlu), 1. Baskı, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Carr, A. (2016). *Pozitif Psikoloji: Mutluluğun ve İnsanın Güçlü Yönlerinin Bilimi*, (Çev.Ümit Şendilek), 1.Baskı, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Çakıcı, D.Ç. (2003). Lise ve Üniversite Öğrencilerinde Genel Erteleme ve Akademik Erteleme Davranışının İncelenmesi (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çetin, N. ve Ceyhan, E. (2018). Lise Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışlarının Sürekli Kaygı, Akılcı Olmayan İnanç, Öz Düzenleme ve Akademik Başarı ile İlişkisi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(2), 460-479.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., Büyükoztürk, Ş. (2012). *Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik SPSS ve LISREL Uygulamaları*, 2. Baskı, Ankara: Pegem Akademi.
- Dalton, M., Hoyle, D.G. ve Watts, M.W. (2011). *Human Relations*, Fourth Edition, USA: South-Western Cengage Learning.
- Dinçyürek, S., Çağlar, M. ve Birol, C. (2010). Atılğanlık ve Denetim Odağı Düzeyi: Gelecek Nesillere Etkisi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 142-150.
- Doğan, T. ve Sapmaz, F. (2012). Oxford Mutluluk Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özelliklerinin Üniversite Öğrencilerinde İncelenmesi, *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25, 297-304.

Mutluluk Düzeyinin Atılganlık ve Genel Erteleme Davranışı Üzerine Etkisi

- Ekici, S., Oruç, A.U. ve Çolakoğlu, T. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Özsaygının Erteleme Davranışlarına Etkisinin Araştırılması, *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt 20, Sayı 2, Haziran, 53-59.
- Eraslan, M. (2015). Üniversite Spor Bölümü Öğrencilerinin Atılganlık ve Karar Verme Stilllerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 4, Sayı 1, Haziran, 214-223.
- Güdü Demirbulat, Ö., Avcıkurt, C. (2015). Turizm ve Mutluluk Arasındaki İlişki Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme, *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt 18, Sayı 34, Aralık, 79-97.
- Hills, P. ve Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A Compact Scale for the Measurement of Psychological Well-being, *Personality and Individual Differences*, 33, 1073-1082.
- Jung, J.M. (2014). The Effect of an Assertiveness Training Program for Adolescents in Residential Care in South Korea, *Asia Pacific Journal of Social Work and Development*, Vol.24, No.4, 285-299.
- Kangal, A. (2013). Mutluluk Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme ve Türk Hanehalkı İçin Bazı Sonuçlar, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt 12, Sayı 44, Kış, 214-233.
- Kumar, A., Killingsworth, M.A. ve Gilovich, T. (2020). Spending on Doing Promotes More Moment-to-moment Happiness than Spending on Having, *Journal of Experimental Social Psychology*, 88, 1-6.
- Küçükkaragöz, H., Canbulat, T. ve Akay, Y. (2013). Öğretmen Adaylarında Atılganlık Düzeyi ve İletişim Becerileri, *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt 10, Sayı 22, 123-133.
- Montgomery, D.C., Peck, E.A. ve Vining, G.G. (2013). *Doğrusal Regresyon Analizine Giriş*, (Çev. M. Aydın Erar), Beşinci Baskı, Eylül, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Naktiyok, A. ve Kızıl, S. (2018). Örgütsel Destek ve Özyeterlik Algısının Akademik Erteleme Davranışı Üzerine Etkisi: Araştırma Görevlileri Üzerinde Bir İnceleme, *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 10/4, 267-285.
- Rathus, S.A. (1973). A 30-item Schedule for Assessing Assertive Behavior, *Behavior Therapy*, 4(3), 398-406.
- Reece, B.L., Brandt, R. ve Howie, K.F. (2011). *Effective Human Relations: Interpersonal and Organizational Applications*, Eleventh Edition, Canada: South-Western Cengage Learning.
- Seçer, Ş. (2008). İşi Erteleme Davranışı ve İş Yaşamında İşi Erteleme, Editör: Tarık Solmuş, *İş ve Özel Yaşama Psikolojik Bakışlar* içinde (s.303-356), 1.Baskı, İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Uzun, B. ve Demir, A. (2015). Erteleme: Türleri, Bileşenleri, Demografik Etkenler ve Kültürel Farklılıklar, *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 106-121.
- Voltan, N. (1980). Rathus Atılganlık Envanteri Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Psikoloji Dergisi*, 10, 23-25.