

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ZAMAN YÖNETİMİNDE DÜŞÜKLERİ ZAMAN TUZAKLARI VE BUNLARLA BAŞETME YOLLARI*

Meltem ÖKDEM**

ÖZ

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerini ortaya koymak ve zaman yönetiminde düştikleri tuzaklar ve bu tuzaklarla baş etme yollarına ilişkin görüşlerini çeşitli değişkenlere (cinsiyet, okul türü ve sınıf) göre değerlendirmektir. Araştırmada karma yöntem araştırmalarından “yakınsayan paralel desen” kullanılmıştır. Araştırmanın nicel kısmının katılımcılarını 2017-2018 öğretim yılında bir kamu üniversitesi ve bir özel üniversitede öğrenim görmekte olan 275 öğrenci oluşturmaktadır. Nitel kısmının katılımcılarını 12 si devlet ve 29’u özel üniversiteden olmak üzere 41 öğrenci oluşturmaktadır. Nicel verilerinin analizinde aritmetik ortalama ve standart sapma, t-testi ve ANOVA nitel verilerin analizinde betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Sonuç olarak araştırma kapsamında yer alan öğrencilerin zaman yönetimi konusunda bireysel çabaları olmakla birlikte bu çabaların yetersiz kaldığı ve zamanı etkin ve verimli kullanamadıkları ve bu süreci yönetemedikleri söylenebilir. Zamanı iyi kullanamama nedenleri planlama yapmadıklarından, sosyal medya ve iletişim araçlarını iyi kullanamadıklarından arkadaşlarına “hayır” diyemediklerinden, sosyal hayatlarından kaynaklandığını söyleyebiliriz. Zamanlarını daha etkin kullanmaları için öğrencilerin planlama yapmaları önerilmektedir. Zaman planlaması zaman kayıplarını önler. Öğrencilerin sosyal medyada çok zaman geçirdikleri iletişim araçlarını iyi kullanamadıkları tespit edilmiştir. Bu konuda da öğrencilerin farkındalığının artırılması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Zaman Yönetimi, Zaman Tuzakları, Zaman Harcaticılar

TIME LEAKS AMONG UNIVERSITY STUDENTS AND METHODS OF COPING WITH THEM

ABSTRACT

The aim of this study is to reveal the time management skills of university students, identify the time management “leaks” they fall into and examine the methods they use to cope with these leaks based on various parameters including gender, type of university and year of study. In the study, convergent parallel design is used as a mixed research method. The participants in the quantitative part of the study were 275 students who were students at public or private universities in the 2017-2018 academic year. The participants in the qualitative part of the study were 41 students, 12 of whom were at public schools and 29 at private schools. Arithmetic mean, standard deviation, t-test and ANOVA were used to analyze the quantitative data. The findings of the study show that students sometimes practiced time management and sometimes used “time wasters” .A significant difference was found between the variable of year of study and students’ view of the significance of time wasters. Fourth-year students were found to be using time wasters more than second and first year students. Gender, type of university and year of study were found to have no effect on time management skills. In conclusion, although the participants were found to make personal efforts to manage their time, we found that they did not manage time well and their personal efforts were insufficient. The study reveals that the reasons for students’ inability to use their time efficiently were lack of planning, inefficient use of social media and communication tools, an inability to say “no” to friends, and their social lives. The careful use of communication tools, developing the ability to say “no” to friends, being organized and considering the effect of the study environment are suggested as time management techniques. Students are advised to plan their time more effectively. Time planning prevents losses of time. It has been seen that students could not use the communication tools effectively by which they spent much time on social media. Students' awareness about this matter should also be increased.

Keywords: Time Management, Time Leaks, Time Wasters

* Bu makalenin özeti 5.th International EJER Congress 2018 ‘de bildiri olarak sunulmuştur.

**Asst. Prof., Çankaya Üniversitesi, Adalet Meslek Yüksekokulu, meltem@cankaya.edu.tr

GİRİŞ

Günümüzde teknolojiadaki hızlı gelişmeler insanların yaşamlarını bir yandan kolaylaştırırken bir yandan da zorlaştırmaktadır. Daha önce günlerce uğraşarak yapılan işler teknoloji sayesinde hızlı bir şekilde yapılır hale gelmiştir. Fakat bu gelişmeler aynı zamanda insanlar üzerinde bazı baskılar oluşturmaktadır. Bunun sonucu da insanların zamanlarını etkili ve verimli kullanmaları gereği doğmuştur. Üniversite yılları da öğrencilerin zamanını etkin kullanmasını gerektiren yıllardır. Üniversitede öğrenciler derslerine devam ederken aynı zamanda bazı dersler için projeler hazırlamakta, projeler için araştırmalar yapmakta, sınavlara hazırlanmaktadırlar. Tabii ki sadece okul değil sosyal aktiviteler içinde öğrencilerin zamana ihtiyaçları vardır. Spor yapmak, gezmek, arkadaşları ile sinemaya, tiyatroya gitmek istemektedirler. Bu kadar şeye yetişmek için zamanlarını etkin kullanmaları zorunludur. Zamanı etkin kullanmak öğrencilerin sadece akademik başarılarını değil aynı zamanda yaşam kalitelerini artırmaya, streslerini azaltmaya, dengeli bir yaşam sürmelerine ve hedeflerine daha kolay ulaşmalarına yardımcı olacaktır.

Zaman ve Zaman Yönetimi

Zaman bir eylemin gerçekleştiği süredir. (Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002) Zaman kavramı üç farklı grupta incelenmektedir. Bunlar; objektif zaman, biyolojik zaman ve psikolojik zamandır. (Durmaz, 2016)

Objektif zaman, saatle ölçebildiğimiz zamandır. Objektif zaman kişiden kişiye değişmez, herkese aynıdır. Dünyanın güneş etrafındaki hareketlerine göre hesaplanır. (Bayramlı, 2009)

Biyolojik zaman, zamanın canlılar üzerinde etkisi vardır. Her canlının hayati fonksiyonlarını yerine getirmelerini sağlayan “vücut saatleri” vardır. İnsanlar uyku, yemek yeme fonksiyonlarını bu şekilde yerine getirirler. (Tutar, Altınöz, Başpınar, Erdönmez ve Tengilimoğlu, 2015)

Psikolojik zaman algılanan zamandır. İnsanların psikolojisiyle ilgilidir. İnsanlar mutluyken zaman çabuk geçer oysa sıkıntılı ve stresliyken yavaş geçer.

Zaman zengin, fakir, güzel, çirkin, herkesin eşit olarak sahip olduğu kimseye borç olarak vermeyeceği ya da borç alamayacağı sonra kullanırım diye saklayamayacağı değeri biçilemez bir kaynaktır. Bir günde herkesin 24 saati vardır. Bu zamanı ister verimli kullanır isterse boşa harcar bu kişinin kendi elindedir. İnsanların zamanı iyi kullanabilmesi için zaman yönetimi konusunda farkındalığı ve bilgi sahibi olması gerekir. “*Zaman Yönetimi*” amaçlara ulaşmak için gerekli olan zamanın verimli bir şekilde kullanılmasıdır. Zaman yönetimi zamanı değil zaman içinde kişinin kendi aktivitelerini yönetmesidir. (Bayramlı, 2009) Zamanın etkin yönetilmesi az zamana birçok iş sığdırmak değil, belirli bir zaman diliminde gerçekleştirilmesi gereken işlerin etkin yönetilmesidir. Kişinin zamanını iyi kullanabilmesi için kendini de iyi tanıması şarttır. Kişilerin verimli çalışması için biyolojik bir çalışma zamanı vardır. Bu durumda doğru işi doğru zamanda yapmak gerekir. (Tutar vd, 2015). Zaman yönetimi için kişisel disiplin de şarttır.

Etkili zaman yönetimi sadece iş değil aynı zamanda özel hayatı da yönetebilmek olarak düşünülmelidir. Zamanı etkin kullanmak bütün zamanını çalışmaya ayırmak değildir. Özel hayatına hobilerine, dinlenmeye, tatile çıkmaya zaman bulabilmek demektir. Aynı şey öğrenciler içinde geçerlidir. Öğrencilerin zamanı iyi yönetmeleri demek sadece ders çalışma, ve sınavlara hazırlanma gibi okulla ilgili şeylerle zamanlarını geçirmeleri değil aynı zamanda özel yaşamlarında yapacakları her türlü faaliyeti gerçekleştirebilmeleri zamana sahip olacak şekilde zamanlarını yönetmeleri anlamını taşımaktadır (Koçak ve Aydın, 2006). Bireylerin amaçlarına ulaşmak için yapacakları etkili bir zaman yönetim süreci için gerekli olan planlama, düzenleme ve kontrol, onların başarıya ulaşmalarında önemli faktörler olarak görülmektedir (Erdem ve Kaya, 1998).

Zaman Tuzakları ve Başetme Yöntemleri

Zaman yönetiminin bir amacı da zaman kaybına sebep olan problemleri belirlemektir. Zamanı etkin kullanmanın önündeki engellere “zaman tuzağı” denir. (Tutar vd, 2015; Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002). Zaman yönetiminde insanlar birçok tuzakla karşı karşıya gelebilir. Bunlardan bazılarını şu şekilde sıralanabilir: (Akatay, 2003; Tutar vd, 2015; Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002)

Kararsızlık; Bir problemle karşılaşıldığı zaman problemin ortadan kalkması için o problemin çözümünde seçenekler arasından en uygun olanın seçilmesidir. (Can, Azizoğlu, ve Aydın, 2015)

Kararsızlık bir çok probleme yol açar. Zaman kaybı, belirsizlik ve kargaşa yaşanabilir. Kararın zamanında verilmesi önemlidir.

Önceliklerini belirleyememek; En önemli zaman tuzaklarından. Öncelikler belirsiz olursa gereksiz işlerle zaman kaybı çok olur ve yapılması gereken önemli işlere yeterince zaman ayrılamaz. (Akatay, 2003; Tutar vd, 2015)

Ertelemek: Ertelemek yapılacak işleri daha ileri bir tarihe bırakmaktır. Yapması zor gelen kendimize güvenmediğimiz, hoşlanmadığımız işleri erteleriz. Erteleme zaman yönetimi ve başarı karşısındaki en büyük engellerden birisidir.(Akatay, 2003; Tutar vd, 2015)

Bireysel hedeflerin belirsizliği: Hedefler insanları ulaşmak istedikleri noktalara ulaştırır. Başarıya giden yol hedef belirleme ile başlar. Hedef belirlenirken zaman planlamasını da yapmak gereklidir. Hedef olmazsa başarılı olunamaz.(Akatay, 2003; Tutar vd, 2015)

Öz disiplin yokluğu: Özdisiplin kişinin başkalarının müdahalesi olmadan kendi içinden gelecek sorumlu olduğu davranışları yerine getirmesidir. Öz disiplini yüksek olan kişilerin zaman yönetimi konusunda daha iyi oldukları tespit edilmiştir.(Tutar vd, 2015)

Hayır diyememek: Karşısındaki kişileri kırmaktan korkarak hayır diyememek bir çok işin aksamasına ve zaman kaybına neden olacaktır. (Tutar vd, 2015)

Aşırı sosyallik: Zaman yönetimi bütün zamanını çalışarak geçirme değildir. Zaman yönetimi zamanını verimli ve etkin kullanmaktır. İnsanlar zamanlarını iyi kullandıkları zaman kendilerine hobilerine ve arkadaşlarına yeterince zaman ayırabilecekleridir fakat zamanının çoğunu arkadaşları ile gezerek, eğlenerek geçirmek de zaman kaybına neden olmaktadır. (Tutar vd, 2015)

Stres : Günümüzde her şey çok hızlı değişiyor bu insanlarda bir şeylere yetişme telaşını yaşıyor ve bunun sonucu strese giriyor. Strese girince de dikkatini toplayamama ve kendini yaptığı işe verememe sıkıntısı yaşıyor. Stres kişilerin verimliliği üzerinde de ters etki yapar. Bu durumda zaman tuzağı olarak karşımıza çıkmaktadır. (Tutar vd, 2015; Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002)

Plansızlık: Plan her aktivitenin başıdır. Planlama yaptığımız işlerin düzgün yürütmesi ve aksaklık yaşamamak için tedbir alma esasına dayanmaktadır. Plansız yapılan eylemler zaman kaybına neden olacaktır. (Altınok,1997)

İletişim araçlarının yanlış kullanımı: Teknoloji çağının getirdiği iletişim araçları insanların hayatlarını çok kolaylaştırmanın yanı sıra iyi kullanılmadığında zaman kaybına neden olacaktır. Gençler zamanlarının çoğunu telefon, bilgisayar ve sosyal medyada geçirmektedirler. Bu durum zaman tuzağı olarak karşımıza çıkmaktadır. (Tutar vd, 2015; Yılmaz, 2015)

Zamanın etkili kullanılması için de plan yapma, ziyaretçi trafiğini düzenleme, iletişim araçlarının etkili kullanılması, yetki devri, önceliklerin belirlenmesi, ara boşlukları değerlendirilmesi,” hayır” demeyi öğrenme, oyalanmaya son verme, düzenli masa olarak sayılabilir (Tutar vd, 2015; Bird, 2013; Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002).

Üniversite öğrencilerinin de başarıları ile zaman yönetimi arasında ilişki olduğu düşünülmektedir . Bu konuda yapılan araştırmaların bir kısmının sonuçları bu fikri desteklerken bir kısmının sonuçları ise bu fikri desteklememektedir. Bu konuda yapılan araştırmaların bazıları şunlardır: Öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri incelediğinde öğrencilerin bu beceriye ortanın üstünde sahip olduğunu Sezen (2013), yaptığı araştırma ile ortaya koymuştur. Birçok araştırmacının sonucu da bu fikri desteklemektedir (Tektaş ve Tektaş, 2010; Alay ve Koçak, 2003; Demirtaş ve Özer, 2007; Tanrıöğen ve İşcan, 2009; Başak, Uzun ve Arslan, 2008). Erdem ve diğerlerinin (2005) iki ayrı üniversitedeki meslek yüksekokullarında yaptıkları araştırmada başarı puanı ile zaman yönetimi arasında ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Başarı puanı yüksek olanın zaman yönetimi puanının da yüksek olduğu görülmüştür. Bu araştırmacının ulaştığı verilerin tersi olan sonuçlara ulaşan araştırmalar da vardır. Bu araştırmaların konuları ve ulaştıkları sonuçlar kısaca şöyledir: Yılmaz, Yoncalık ve Bektaş (2010)’in araştırmasında akademik başarı ve zaman yönetme arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Türe (2013) ve Erdem (2005) öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerini incelemişler ve orta düzeyde zaman yönetimi becerisine sahip oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Çağlayan ve Göral (2009) da meslek yüksekokulu öğrencileri

ile yaptıkları çalışmalarında, öğrencilerin zamanlarını etkin ve verimli kullanamadıklarını ortaya koymuşlardır.

Ülkemizde yapılan araştırmalarda daha çok öğrencilerin zaman yönetimi becerileri ve zaman yönetimi becerisi ile akademik başarı arasındaki ilişki üzerinedir. (Demirtaş ve Özer, 2007; Başak, Uzun ve Arslan, 2008; Eldeleklioğlu, J. 2008). Alanyazın incelendiğinde üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi planlaması, zaman tutumları, zaman tuzakları ve bu tuzaklarla baş etme yöntemlerini bir arada inceleyen karma yöntem bir araştırmaya rastlanılmaması nedeniyle bu araştırma yapılmıştır. Bu araştırmanın amacı üniversitesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile zaman yönetiminde karşılaştıkları zaman tuzakları ve bunlarla baş etme yöntemlerini ortaya koymaktır. Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Üniversite öğrencilerinin zaman yönetiminin zaman planlaması, zaman tutumları ve zaman harcattırıcıları boyutlarına ilişkin görüşleri nasıldır?
2. Üniversite öğrencilerinin zaman yönetiminin zaman planlaması, zaman tutumları ve zaman harcattırıcıları boyutlarındaki görüşleri cinsiyet, okul türü ve sınıf değişkenlerine ilişkin anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin zamanı yönetirken düştükleri tuzaklar nelerdir?
4. Üniversite öğrencilerinin zamanı yönetirken düştükleri tuzaklara ilişkin baş etme yöntemleri nelerdir?

YÖNTEM

Araştırmada karma araştırma yöntemlerinden yakınsayan paralel desen kullanılmıştır. Yakınsayan paralel desende nitel ve nicel veriler eşzamanlı toplanır, veriler ayrı analiz edilir ve analiz sonuçları yorumlama yaparken birleştirilir (Creswell, Clark, Klassen, Vicki ve Smith, 2011).

Çalışma Grubu

Araştırmanın nicel verilerinin örneklemini 2017-2018 öğretim yılında bir kamu ve bir özel üniversitede öğrenim görmekte olan birinci, ikinci ve dördüncü sınıf toplam 275 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya üçüncü sınıf öğrenciler dahil edilmemiştir. Üniversite birinci sınıf öğrencilerin üniversiteye yeni başlaması ve uyum sürecinde olması nedeniyle birinci sınıflar, mezuniyet durumunda olan öğrencilerin farklı beklentilerinin olası nedeniyle dördüncü sınıflar, ikinci ve üçüncü sınıflarda ara sınıf olması ve araştırmacının ikinci sınıf öğrencilere daha kolay ulaşabilmesi nedeniyle ikinci sınıflar dahil edilmiştir. Araştırmada 281 veri toplanmış ancak 6 veri değerlendirmeye uygun olmadığı için çıkarılmıştır. Araştırmanın nicel katılımcılarına ilişkin demografik bilgiler Tablo 1’de verilmiştir

Tablo 1. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler

| Değişkenler | Grup | N | % | Toplam |
|-------------|-------------|-----|------|--------|
| Cinsiyet | Kadın | 165 | 60.4 | 275 |
| | Erkek | 105 | 38.2 | |
| | Kayıp değer | 4 | 1.5 | |
| Sınıf | 1. Sınıf | 109 | 39.6 | 275 |
| | 2. Sınıf | 67 | 24.4 | |
| | 4. Sınıf | 99 | 36 | |
| Okul Türü | Kamu | 99 | 36 | 275 |
| | Özel | 176 | 64 | |

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların %60.4’ünün kadın, %38.2’sinin erkek olduğu, katılımcıların %39.6’sını 1. Sınıf, %24.4’ünü 2. Sınıf ve % 36’sını 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcıların % 64’ü vakıf üniversitesi öğrencilerinden, % 36 ‘sı kamu üniversitesi öğrencilerinden oluşmaktadır.

Araştırmanın nitel verilerinin katılımcılarını 41 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Nitel araştırmaya katılan öğrencilerin görüşmeye katılımları gönüllük esasına dayanmaktadır. Değişik seviyelerden, bölümlerden ve cinsiyetten öğrencilere ulaşıncaya kadar birçok öğrenci ile iletişim kurulmuştur. 41

öğrenci görüşmeyi kabul etmiştir. Nitel verilerin katılımcılarına ilişkin demografik değişkenler Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler

| Değişkenler | Grup | N | % | Toplam |
|-------------|----------|----|-------|--------|
| Cinsiyet | Kadın | 27 | 65.85 | 41 |
| | Erkek | 14 | 34.14 | |
| Sınıf | 1. sınıf | 14 | 34.14 | 41 |
| | 2. sınıf | 15 | 36.58 | |
| | 4.sınıf | 12 | 29.26 | |
| Okul türü | Devlet | 12 | 29.26 | 41 |
| | Özel | 29 | 70.73 | |

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların %65.85’ini kadın, %34.14’ünü erkek, katılımcıların %34.14’sını 1. sınıf, %36.58’ini 2. sınıf ve % 29.26’sını 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcıların % 70.73’ünü özel üniversite öğrencilerinden, % 29.26 ‘sını kamu üniversitesi öğrencilerinden oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmanın nicel verileri Britton ve Tesser (1991) tarafından geliştirilen ve Alay ve Koçak (2002) tarafından Türkçe’ye uyarlanan Zaman Yönetimi ölçeği ile toplanmıştır. Bu ölçeğin kullanımı için gerekli izinler alınmıştır. Zaman Yönetimi ölçeği zaman planlaması (16 madde) , zaman tutumları (7 madde) ve zaman harcattırıcıları (4 madde) alt boyutlarından oluşan toplam 27 maddelik bir ölçektir. Ölçekteki 8 madde ters puanlanmıştır. Ölçek beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçekte 1= Her zaman, 2=Sık sık, 3= bazen, 4= Nadiren ve 5= Hiçbir zaman olarak kodlanmıştır.

Ölçeğin geliştirme sürecinde yapılan geçerlik güvenirlik çalışmasına göre birinci faktör varyansın %20’sini, ikinci faktör varyansın %9’unu, üçüncü faktör ise varyansın %6’sını, açıklamaktadır. Açıklanan toplam varyans % 35 olarak hesaplanmıştır. Faktörlerin Cronbach alfa katsayıları sırasıyla, .88, .66, .47 olup, ölçeğin tümüne yönelik güvenirlik .87’dir (Alay ve Koçak, 2002). Bu çalışmada da öncelikle ölçeğin var olan yapısını doğrulamak amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda göre uyum indekslerinin $\chi^2 = 692.40$, $P = 0,000$, $sd=321$, $X^2 /sd = 2.16$, $CFI=0,92$, $NFI = .87$, $NNFI=.92$, $GFI=.84$, $AGFI=.81$, $IFI= .92$, $RFI= .86$ ve $RMSEA= .065$ olduğu görülmüştür. Daha sonra ölçek için Cronbach Alfa katsayıları hesaplanmıştır. Buna göre Cronbach alfa katsayıları sırasıyla, .86, .51, .52 olup, ölçeğin tümüne yönelik güvenirlik .82 olarak bulunmuştur.

Araştırmanın nitel verileri öğrencilerin zaman yönetimi sırasında düştükleri tuzakları ve bu tuzaklarla baş etme yollarını ortaya çıkarmak için araştırmacı tarafından hazırlanan ve 4 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmıştır. Toplanan veriler araştırmacı ve başka bir araştırmacı tarafından kodlanmış ve % 95 aynı olduğu görülmüştür. Nitel görüşmede kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu oluşturulurken uzman görüşlerine başvurulmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmanın nicel verilerinin analizinde öğrencilerin ifadelerine katılma sıklık derecesini belirlemek amacıyla betimsel istatistikler, aritmetik ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Öğrencilerin görüşleri arasında anlamlı fark olup olmadığını belirlemek amacıyla cinsiyet ve okul türü değişkeni için t testi, sınıf değişkeni için ANOVA kullanılmıştır. Araştırmanın nitel verilerinin analizinde içerik analizi kullanılmıştır. Araştırmanın nitel kısmı için betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Betimsel analiz, verilerin olduğu gibi sunulduğu temel analiz yöntemlerinden biridir (Ekiz, 2013). Nitel verilerin analizi,

tutarlılığı sağlamak için metne dönüştürülen görüşmelerin başka bir araştırmacı tarafından tekrar kodlanması istenilmiş ve kodlamalar arasında % 95'lik tutarlılık olduğu görülmüştür.

Bulgular

Öğrencilerin zaman planlaması boyutundaki görüşlerine ilişkin betimsel istatistikler Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Öğrencilerin Zaman Planlaması Görüşlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

| M.No | Maddeler | \bar{X} | Standart Sapma | Puan Sırası |
|--------------------|--|-----------|----------------|-------------|
| 1 | Güne başlamadan önce gününüzü planlar mısınız? | 2,44 | 1,02 | 14 |
| 2 | Hafta baslarında her hafta için bir dizi amaçlar saptar mısınız? | 2,62 | 1,06 | 10 |
| 3 | Her gün planlama için zaman harcar mısınız? | 3,10 | 1,10 | 4 |
| 4 | Her gün kendiniz için bir takım amaçlar belirler misiniz? | 2,51 | ,98 | 13 |
| 5 | Her gün yapmak zorunda olduğunuz şeylerin listesini yapar mısınız? | 3,45 | 1,28 | 1 |
| 6 | Okul günlerinizde yapmak zorunda olduğunuz aktivitelerin programını yapar mısınız? | 2,89 | 1,17 | 7 |
| 7 | Bir sonraki hafta için ne başarmak istediğiniz net olarak belirgin mi? | 3,04 | 1,10 | 6 |
| 8 | Çalışmalarınızı bitirmek için kendinize tarih saptar mısınız? | 2,58 | 1,16 | 11 |
| 9 | Çok uğraş gerektiren çalışmalarınız için en iyi zamanınızı programlamaya çalışır mısınız? | 2,41 | 1,09 | 15 |
| 10 | Sizin için önemli tarihleri (örn., sınav tarihleri, ödev teslim tarihleri vs.) bir takvim üzerinde işaretler misiniz? | 2,54 | 1,46 | 12 |
| 11 | Bir akademik dönem için bir dizi amaçlar belirler misiniz? | 2,68 | 1,11 | 9 |
| 12 | Makaleleri şimdi gerekli olmasalar bile gelecekte olabilir diye dosyalar veya fotokopisini çeker misiniz? | 3,15 | 1,39 | 2 |
| 13 | Yakın tarihte sınavınız olmasa bile, ders notlarınızı düzenli olarak tekrar eder misiniz? | 3,09 | 1,18 | 5 |
| 14 | Üzerinde çalışabileceğiniz şeyleri bos zaman bulduğunuzda yapabilmek için yanınızda taşır mısınız? | 2,73 | 1,17 | 8 |
| 15 | Önceliklerinizi belirler ve onlara uyar mısınız? | 2,24 | ,99 | 16 |
| 16* | Her hafta sizinle ilgili olan şeyleri önceden bir plan yapmadan ve gerektiği gibi önceden takip etmeden yapar mısınız? | 3,11 | 1,07 | 3 |
| Ağırlıklı Ortalama | | 2.79 | | |

*Bu maddeler tersten puanlanmıştır.

Tablo 3 incelendiğinde öğrencilerin görüşlerinin ortalamalarının 3.45 ile 2.24 arasında değiştiği görülmektedir. Bu bölüme ilişkin ağırlıklı ortalama 2.79 olarak hesaplanmıştır. Başka bir deyişle öğrenciler zaman planlaması boyutundaki ifadeleri bazen yaptıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin katılma sıklık derecelerinin en fazla olduğu ilk üç madde “Önceliklerinizi belirler ve onlara uyar mısınız?” (2.24), “Çok uğraş gerektiren çalışmalarınız için en iyi zamanınızı programlamaya çalışır mısınız? (2.41)” ve “Güne başlamadan önce gününüzü planlar mısınız? (2.44)” maddeleridir. Öğrencilerin katılma sıklık derecelerinin en az olduğu son üç madde ise “Her gün yapmak zorunda olduğunuz şeylerin listesini yapar mısınız? ” (3.45), “Makaleleri şimdi gerekli olmasalar bile gelecekte

olabilir diye dosyalar veya fotokopisini çeker misiniz?” (3.15) ve “Her hafta sizinle ilgili olan şeyleri önceden bir plan yapmadan ve gerektiği gibi önceden takip etmeden yapar mısınız?” (3.11) maddeleridir. Öğrencilerin zaman tutumları boyutundaki görüşlerine ilişkin betimsel istatistikler Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Zaman Tutumları Boyutundaki Görüşlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

| M.No | Maddeler | \bar{X} | Standart Sapma | Puan Sırası |
|--------------------|---|-----------|----------------|-------------|
| 1 | Zamanınızı yapıcı olarak kullanır mısınız? | 2,47 | ,87 | 5 |
| 2* | Zamanınızı planlama işinde kendinizi geliştirmeye ihtiyaç duyuyor musunuz? | 3,54 | 1,12 | 1 |
| 3 | Genel olarak kendi zamanınızı kendiniz planladığınızı hisseder misiniz? | 2,27 | ,97 | 6 |
| 4 | Genellikle amaçlarınızın hepsini size verilen hafta içerisinde çoğunlukla başarabileceğinizi düşünür müsünüz? | 2,50 | ,972 | 4 |
| 5 | Küçük kararları çabucak verebiliyor musunuz? | 2,15 | 1,09 | 7 |
| 6* | İnsanlara hayır diyememekten ötürü kendinizi sık sık okul işlerinizi engelleyen işlerle meşgul durumda bulur musunuz? | 3,23 | 1,30 | 2 |
| 7* | Yapacak bir şeyiniz yoksa kendinizi uzun süre bekliyor durumda bulur musunuz? | 3,20 | 1,16 | 3 |
| Ağırlıklı Ortalama | | 2,76 | | |

*Bu maddeler tersten puanlanmıştır.

Tablo 4 İncelendiğinde öğrencilerin görüşlerinin ortalamalarının 3.54 ile 2.15 arasında değiştiği görülmektedir. Bu bölüme ilişkin ağırlıklı ortalama 2.76 olarak hesaplanmıştır. Başka bir deyişle öğrenciler zaman tutumu boyutundaki ifadeleri bazen yaptıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin katılma sıklık derecelerinin en fazla olduğu ilk iki madde “Küçük kararları çabucak verebiliyor musunuz?” (2.15) ve “Genel olarak kendi zamanınızı kendiniz planladığınızı hisseder misiniz? (2.27)” maddeleridir. Öğrencilerin katılma sıklık derecelerinin en az olduğu son iki madde ise “Zamanınızı planlama işinde kendinizi geliştirmeye ihtiyaç duyuyor musunuz? ” (3.54) ve “İnsanlara hayır diyememekten ötürü kendinizi sık sık okul işlerinizi engelleyen işlerle meşgul durumda bulur musunuz?” (3.23) maddeleridir. Öğrencilerin zaman harcattıkları boyutundaki görüşlerine ilişkin betimsel istatistikler Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Zaman Harcattıkları Boyutundaki Görüşlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

| M. No | Maddeler | \bar{X} | Standart Sapma | Puan Sırası |
|--------------------|--|-----------|----------------|-------------|
| 1* | Normal bir okul gününde, okul işlerinden kendi özel işlerinizle daha çok zaman harcar mısınız? | 3,17 | 1,09 | 2 |
| 2* | Fayda sağlamayan alışkanlıklara veya aktivitelere devam eder misiniz? | 2,63 | 1,25 | 3 |
| 3* | Günde ortalama bir paket sigara içiyor musunuz? | 2,08 | 1,49 | 4 |
| 4* | Önemli okul ödevinin son teslim gününden bir gece önce hala onun üzerinde çalışır mısınız? | 3,62 | 1,29 | 1 |
| Ağırlıklı Ortalama | | 2,87 | | |

*Bu maddeler tersten puanlanmıştır.

Tablo 5 İncelendiğinde öğrencilerin görüşlerinin ortalamalarının 3.62 ile 2.08 arasında değiştiği görülmektedir. Bu bölüme ilişkin ağırlıklı ortalama 2.76 olarak hesaplanmıştır. Başka bir deyişle öğrenciler zaman harcattırcıları boyutundaki ifadeleri bazen yaptıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin katılma sıklık derecelerinin en fazla olduğu ilk iki madde “Günde ortalama bir paket sigara içiyor musunuz?” (2.08) ve “Fayda sağlamayan alışkanlıklara veya aktivitelere devam eder misiniz? (2.63)” maddeleridir. Öğrencilerin katılma sıklık derecelerinin en az olduğu son iki madde ise “Önemli okul ödevinin son teslim gününden bir gece önce hala onun üzerinde çalışır mısınız? ” (3.62) ve “Normal bir okul gününde, okul işlerinden kendi özel işlerinizle daha çok zaman harcar mısınız?” (3.17) maddeleridir.

Öğrencilerin zaman yönetimine ilişkin görüşlerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair yapılan t testi analizi sonucu Tablo 6’te verilmiştir.

Tablo 6. Cinsiyet Değişkenine Göre Yapılan T Testi Analizi Sonucu

| | Kategoriler | n | \bar{X} | ss | sd | t | P |
|------------------------------|-------------|-----|-----------|-------|-----|------|------|
| <i>Zaman Planlaması</i> | Kadın | 166 | 44,07 | 9,24 | 269 | .121 | .224 |
| | Erkek | 105 | 45,60 | 11,23 | | | |
| <i>Zaman Tutumları</i> | Kadın | 166 | 19,38 | 3,46 | 269 | .055 | .956 |
| | Erkek | 105 | 19,41 | 3,52 | | | |
| <i>Zaman harcattırcıları</i> | Kadın | 166 | 10,94 | 3,02 | 269 | 3.70 | .000 |
| | Erkek | 105 | 12,44 | 3,529 | | | |

Tablo 6 incelendiğinde cinsiyet değişkenine öğrencilerin görüşleri arasında zaman planlaması [$t_{(269)}=1.21$; $p>0,05$] ve zaman tutumları [$t_{(269)}=.055$; $p>0,05$] boyutlarında anlamlı fark yoktur. Zaman harcattırcıları boyutunda ise öğrencilerin görüşleri arasında kadınlar lehine anlamlı fark bulunmaktadır [$t_{(269)}=3.70$; $p<0,05$]. Kadın öğrenciler ($\bar{X}=10.59$) erkek öğrencilere göre ($\bar{X}=12.44$) zaman harcattırcıları boyundaki ifadeleri daha sık yaptıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin zaman yönetimine ilişkin görüşlerinin okul türü değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair yapılan t testi analizi sonucu Tablo 7’de verilmiştir

Tablo7. Okul Türü Değişkenine Göre Yapılan T Testi Analizi Sonucu

| | Kategoriler | n | \bar{X} | ss | sd | t | P |
|------------------------------|-------------|-----|-----------|----------|-----|-------|------|
| <i>Zaman Planlaması</i> | Kamu | 99 | 43,90 | 10,04387 | 273 | .885 | .377 |
| | Özel | 176 | 45,03 | 10,23795 | | | |
| <i>Zaman Tutumları</i> | Kamu | 99 | 19,72 | 3,32903 | 273 | 1.173 | .242 |
| | Özel | 176 | 19,20 | 3,56061 | | | |
| <i>Zaman harcattırcıları</i> | Kamu | 99 | 10,57 | 2,87527 | 273 | 3.622 | .000 |
| | Özel | 176 | 12,04 | 3,41228 | | | |

Tablo 7 incelendiğinde okul türü değişkenine öğrencilerin görüşleri arasında zaman planlaması [$t_{(273)}=.885$; $p>0,05$]ve zaman tutucu [$t_{(273)}=1.173$; $p>0,05$]boyutlarında anlamlı fark yoktur. Zaman harcattırcıları boyutunda ise öğrencilerin görüşleri arasında kamu üniversite öğrencileri lehine anlamlı

fark bulunmaktadır [$t_{(273)}= 3.62$; $p<0,05$]. Kamu üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler ($\bar{X}=10.57$) özel üniversitede öğrenim gören öğrencilere göre ($\bar{X}=12.04$) zaman harcatıcıları boyundaki ifadeleri daha sık yaptıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin zaman yönetimine ilişkin görüşlerinin sınıf değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair yapılan ANOVA analizi sonucu Tablo 9'da verilmiştir.

Tablo 8. Sınıf Değişkenine Göre ilişkin ANOVA Sonuçları

| | Kategoriler | N | \bar{X} | Ss | Sd | F | p | Anlamlı Fark |
|----------------------------|-------------|-----|-----------|-------|-------|------|------|--------------|
| <i>Zaman Planlayıcısı</i> | 1.Sınıf | 109 | 44,07 | 10,39 | 2;272 | 1.69 | .186 | |
| | 2.Sınıf | 67 | 46,61 | 9,84 | | | | |
| | 4.Sınıf | 99 | 43,90 | 10,04 | | | | |
| <i>Zaman tutumları</i> | 1.Sınıf | 109 | 18,77 | 3,710 | 2;272 | 2.95 | .054 | |
| | 2.Sınıf | 67 | 19,91 | 3,203 | | | | |
| | 4.Sınıf | 99 | 19,71 | 3,329 | | | | |
| <i>Zaman harcatıcıları</i> | 1.Sınıf | 109 | 12,12 | 3,50 | 2;272 | 6.63 | .002 | 1-4 |
| | 2.Sınıf | 67 | 11,91 | 3,27 | | | | 2-4 |
| | 4.Sınıf | 99 | 10,57 | 2,87 | | | | |

Tablo 8 incelendiğinde sınıf değişkenine göre öğrencilerin görüşleri arasında zaman planlayıcısı [$F_{(2-272)}= 1.69$; $p>.05$] ve zaman tutumları [$F_{(2-272)}= 2.95$; $p>.05$] boyutlarında anlamlı fark bulunmamaktadır. Zaman harcatıcıları boyutuna ilişkin öğrencilerin görüşleri arasında [$F_{(2-272)}= 6.64$; $p<.05$] değişkenine göre anlamlı bir fark vardır. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu saptamak amacıyla yapılan Schaffe testi sonucuna göre dördüncü sınıf öğrenciler ($\bar{X}=10.57$), birinci sınıf ($\bar{X}=12.12$) ve ikinci sınıf ($\bar{X}=11.91$) öğrencilere göre bu boyuttaki ifadeleri daha sık yaptıklarını belirtmişlerdir.

Bulgular katılımcıların görüşlerinden doğrudan alıntılar yapılarak sunulmuştur. Tablo 9'da öğrencilerin hangi zaman tuzaklarına düştükleri gösterilmiştir

Tablo 9. Öğrenci Görüşlerine Göre Zaman Tuzakları

| | Devlet Okulları | Özel Okullar | Toplam |
|--|-----------------|--------------|--------|
| <i>İletişim Araçlarının Etkin Kullanımı</i> | 5 | 8 | 13 |
| <i>Aşırı Sosyal İlişkiler</i> | 3 | 7 | 10 |
| <i>Öz Disiplin Yokluğu</i> | 3 | 6 | 9 |
| <i>Breysel Hedeflerin Belirsizliği: Plansızlık</i> | 1 | 3 | 4 |
| <i>Uyku</i> | | 1 | 1 |
| <i>Dersler:</i> | | 1 | 1 |
| Toplam | 13 | 29 | 42 |

Tablo 9'a göre araştırmaya katılan 29 öğrencinin özel üniversite ve 12 öğrencinin de devlet üniversitesinde okudukları görülmektedir. Bir öğrenci birden fazla görüş bildirdiği için toplam sayı 42

olarak görülmektedir. Zaman tuzaklarına ilişkin öğrencilerin görüşleri sekiz tema altında ele alınmıştır. Öğrencilerin en fazla zaman tuzağı olarak gördükleri tema “iletişim araçlarının etkin kullanımı”dır. Bunu sırasıyla aşırı sosyal ilişkiler, öz disiplin yokluğu, bireysel hedeflerin belirsizliği; plansızlık, erteleme ve oyalama, çalışma ortamı, gece geç yatmak, dersler izlemektedir. İletişim araçlarının etkin kullanımı hem devlet hem de özel üniversite öğrencileri arasında en fazla zaman tuzağı olarak görülen bir konudur. Devlet üniversitesi öğrencilerinden beş öğrenci, özel üniversite öğrencilerinden de sekiz öğrenci bunu zaman tuzağı olarak görmektedir. Örnek ifadeler şunlardır:

“Sıcak yatak, dizilerimin yayınlandığı günler, odamın durumu”

“ Telefonum, internet ve arkadaşlarım”

“Ders çalışmama engel olarak sınavdan geçememe stresi, kaygı, konuları yetiştirememek gibi şeyleri engel olarak görüyorum Bir de telefonum farkında olmadan engel olabilir.”

“Vakit kaybı olarak telefon ve sosyal medyayı görüyorum”

Aşırı sosyal ilişkiler de öğrenciler tarafından zaman tuzağı olarak görülmektedir. Devlet üniversitesinden üç kişi, özel üniversiteden de yedi kişi aşırı sosyalliği şu şekilde ifade etmişlerdir:

“Genellikle arkadaş ortamı engel olur. Zamansız dışarı çıkmak istediklerinde yakın arkadaşlara hayır demek zordur.”

“Arkadaş ortamı, oyunlar, diziler, yatmak, gezmek”

Devlet Üniversitesinden üç, özel üniversitesinden altı öğrenci öz disiplin yokluğundan dolayı zamanı iyi yönetemedikleri ifade etmişlerdir. Öğrencilerin görüşlerinden örnek ifadeler aşağıda verilmiştir.

“Kendimi engel olarak görüyorum, ders çalışmak yerine başka işlerle uğraşmaya odaklanıyorum.”

“Üşengeçliğimden kaynaklandığını düşünürüm.”

“Tembelliğimden kaynaklandığını düşünüyorum veya üşengeçliğimden”

Bireysel Hedeflerin Belirsizliği: Plansızlığı zaman tuzağı olarak gören bir devlet ve üç özel üniversite öğrencisi vardır. Bu durumu zaman kaybettirici olarak gördüğünü şu şekilde ifade etmişlerdir:

“Plan yapmadan çıkışına göre yaşıyorum.”

“Plansızlık, çok uyumak”

Ertelene oyalanmayı zaman tuzağı olarak sadece üç özel üniversite öğrencisinin gördüğü görülmektedir. Bu konu ile ilgili örnek ifade şöyledir;

“ Ben herşeyi ertelediğim için zaman kaybediyorum”

“Erteleme davranışından dolayı işlerimi yetiştiremiyorum”

Derslerin kendisini zaman kaybettirici olarak gören bir özel üniversite öğrencisi bulunmaktadır. Bunu şöyle ifade etmiştir:

“ Modumun düşük olması, ders çalışmayı ya da dersi sevmemem”

Bir devlet üniversitesi öğrencisi ve bir özel üniversite öğrencisi çalışma ortamını zaman tuzağı olarak görmektedir. Aşağıda evdeki huzursuzluğu zaman tuzağı olarak gören bir öğrencinin ifadesi görülmektedir.

“Ev içinde gelişen huzursuzluklar benim zaman kaybetmeme neden olmaktadır.”

Uykuyu bir özel üniversite öğrencisi zaman tuzağı olarak görmektedir. Bunu aşağıdaki sözlerle ifade etmiştir:

“ Çok uyumak ve zamanı ayarlayamamak”

Tablo 10’da öğrencilerin görüşlerine göre zaman planlama teknikleri verilmiştir.

Tablo 10. Öğrenci Görüşlerine Göre Zaman Planlama Teknikleri

| | Devlet Üniversiteleri | Özel Üniversiteleri |
|---|--------------------------|------------------------|
| <i>İletişim Araçlarının Etkin Kullanımı:</i> | 4 | 10 |
| <i>Planlama</i> | 3 | 5 |
| <i>Hiçbir Şey</i> | 3 | 5 |
| <i>Ziyaretçi Trafikini Düzenleme ve Arkadaşlara hayır demek</i> | 3 | 4 |
| <i>Çalışma Ortamı</i> | 2 | 2 |

Tablo 10 da 29 özel üniversite ve 12 devlet üniversitesi öğrencisinin zaman planlama teknikleri konusundaki görüşleri gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin görüşlerine göre zaman planlama teknikleri beş temada toplanmıştır. Öğrenciler bu temalar içinde en fazla iletişim araçlarını etkin kullanmaları gerektiğini vurgulamışlardır. Daha sonra sırasıyla planlama, hiçbir şey yapmama, ziyaretçi trafiğini düzenleme ve arkadaşlara hayır demek en son olarak da çalışma ortamını düzenlemek gelmektedir.

Zamanı etkin kullanmak için hem devlet üniversitesi öğrencileri hem de özel üniversite öğrencileri en fazla iletişim araçlarını etkin kullanmaları gerektiğini belirtmişlerdir. Dört devlet üniversitesi öğrencisi, on özel üniversite öğrencisi zamanlarını daha iyi kullanmak için iletişim araçlarının etkin kullanılmasına dikkat ettiklerini ifade etmişlerdir. Bunu da şu sözlerle ifade etmişlerdir:

“Telefonumu ders çalışırken başka odada bırakıyorum”

“Telefon ve bilgisayarı uzağımda tutmaya çalışırım.”

“Sosyal medya hesaplarımı kapattım ve dizilere bağımlı olmamak için kitap okuyorum bol bol”

“Dizi ve programları takip etmemeye çalışırım.”

“Telefonu anneme veririm”

Planlama yaparak zamanı etkin kullanmaya çalışan dört devlet ve sekiz özel üniversite öğrencisi vardır. Bu kişilerin planlama yapmak ile ilgili ifadeleri şunlardır;

“Zamanımı planlı kullanırım.”

“Planlı hareket ediyor ve uyguluyorum”

“Planlı olurum”

“Öncelik sırasına göre düzenleme yaparım”

“Kafamda çalışmam gereken günleri planlıyorum, hobilerimi ödül mekanizması gibi kullanıyorum”

Zamanı etkin kullanmak için hiçbir şey yapmıyorum diyen üç devlet ve beş özel üniversite öğrencisine rastlanmıştır. Bunu şu şekilde ifade etmişlerdir:

“Hiçbir şey yapmam”

“Hiçbir şey yapmıyorum”

“Genel olarak bir şey yapmıyorum, zamanımı kendime göre etkili kullandığımı düşünüyorum.”

“Hiçbir şey yapmıyorum”

“Genelde çok bir şey yapmıyorum”

Özel üniversite öğrencilerinin dördü, devlet üniversitesi öğrencilerinin üçü zamanlarını etkili kullanmak için “ziyaretçi trafiğini düzenleme ve arkadaşlara hayır demek” olduğunu belirtmişlerdir. Bu görüşlerini belirten örnek ifadeler şunlardır:

“ Hayır demeye çalışıyorum ”

“Arkadaşlarımla sınav haftasından önceki hafta bol vakit geçirmeye çalışırım ki sınav haftasında beni zor bir duruma sokmasınlar.”

“Arkadaşlara yol veriyorum”

Zamanı etkin kullanmak için çalışma ortamlarına dikkat ettiklerini iki özel ve iki devlet üniversitesi öğrencisi belirtmiştir. Bu görüşlerini şu şekilde ifade etmişlerdir:

“Sıcak yerde uyukum geldiği için soğuk yerde çalışırım.”

“Mümkün olduğunca ev ortamında çalışmaya çalışırım”

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu çalışmada öğrencilerin zaman kullanma, zaman tuzakları ve zaman tuzakları ile baş etme yollarına ilişkin görüşleri hem nitel hem de nicel veri toplama yöntemleriyle toplanmıştır. Nitel çalışmada yarı yapılandırılmış anketler kullanılmıştır, bu şekilde öğrencilerin neleri zaman tuzağı olarak gördükleri ve bunlara karşı ne gibi tedbirler aldıklarını tespit etmek amaçlanmıştır. Nicel veri toplama aracı ile belirlenen görüşlerin cinsiyet, okul türü (devlet, özel) ve sınıf düzeyine göre farklılık gösterip göstermediği ortaya konmaya çalışılmıştır.

Araştırma bulgularına göre öğrenciler zaman planlamasını bazen yaptıklarını söylemişlerdir. Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimleri ile ilgili yapılmış araştırmalardan bazıları (Sezen, 2013; Tanrıoğen ve İşcan 2009), öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinin ortalamasının üstünde olduğunu göstermekle birlikte bu araştırmanın bulgularını destekleyen ve öğrencilerin orta düzeyde zaman yönetimi becerisine sahip olduğunu ileri süren araştırmalar da bulunmaktadır (Çağlayan ve Göral 2009; Türe 2013; Erdem, Pirinci ve Dikmetaş, 2005)

Bu araştırmada öğrenciler zaman harcatıcılarını da bazen kullandıkları ifade etmişlerdir. Devlet üniversitesindeki öğrencilerin vakıf üniversitesindeki öğrencilere göre zaman harcatıcıları daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir. Cinsiyete göre zaman planlaması ve zaman tutumları arasında anlamlı bir fark olup olmadığına bakıldığı zaman anlamlı bir fark görülmemesine rağmen zaman harcatıcılarda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre zaman harcatıcıları boyutundaki ifadeleri daha sık yaptıkları tespit edilmiştir. Altuntaş ve Kayıhan'ın (2013) yaptığı araştırma sonucunda ise cinsiyet ve zaman yönetimi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Buna karşın Çağlayan ve Göral'ın (2009) yaptığı araştırmada kadın öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinin erkek öğrencilerden daha iyi olduğunu bulunmuştur. Bu araştırma da ise cinsiyete göre zaman planlaması ve tutumlarında anlamlı fark bulunamamıştır.

Sınıf faktörüne göre incelendiğinde zaman planlayıcısı ve zaman tutumları boyutlarında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Çağlayan ve Göral'ın (2009) yaptığı araştırmanın sonuçları da bunu destekler niteliktedir. Öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinde mezun oldukları lise türlerine, öğrenim gördükleri sınıfa ve öğrenim türlerine göre istatistiksel bakımdan anlamlı farklılıkların olmadığı tespit edilmiştir. Zaman harcatıcıları boyutunda ise sınıf düzeyine göre öğrenci görüşleri arasında anlamlı bir fark mevcuttur. Zaman harcatıcılarını dördüncü sınıf öğrencilerinin ikinci sınıf öğrencilerine göre daha sık kullandıkları görülmüştür. Sezen (2013)' in yaptığı araştırmada zaman planlaması ile yaş, sınıf, zaman tutumları ve zaman harcatıcıları değişkenleri ile zaman yönetimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. 4. sınıf öğrencilerinin ZYE toplam puan ortalaması diğer sınıflardan yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu da öğrencilerin yaş ve sınıf düzeyleri yükseldikçe zaman yönetimi becerilerinin buna paralel olarak geliştiği şeklinde yorumlanmıştır.

Bu araştırmada öğrenciler öz disiplin yokluğunu, erteleme ve oyalanmayı, aşırı sosyal ilişkileri, iletişim araçlarının etkin kullanımını, gece geç yatmayı, çalışma ortamını, dersleri, bireysel hedeflerin belirsizliğini, plansızlığı zaman tuzağı olarak gördüklerini ifade etmişlerdir. Yapılan araştırmalar günümüz gençleri için zamanı değerlendirme alışkanlıklarının teknolojik aletler ve sosyal medya ekseninde geliştiğini göstermektedir (Varışoğlu, Şeref ve Yılmaz, 2012). Buradan internet, bilgisayar ve akıllı telefonların öğrencilere yarar sağladığı gibi iyi kullanılmadığında zararlarının olduğu sonucu

varılabilir. Bu araştırmanın bulguları da bu görüşü desteklemektedir. Bu araştırma öğrencilerin de bu tehdidin farkında olduklarını göstermektedir.

Zaman planlama teknikleri olarak da iletişim araçlarını daha dikkatli kullanmaları gerektiğini, arkadaşlarının onların çok zamanını aldığını, arkadaşlarına hayır demelerinin gerektiğini, planlı olmaları gerektiğini, çalışma ortamının da zaman yönetiminde etkisi olduğunu belirtmişlerdir. Bunun yanı sıra bazı öğrenciler de zaman yönetimi ile ilgili şikâyetçi olmadıklarını ve bu konuda herhangi bir şey yapmayı düşünmedikleri belirtmişlerdir.

Sonuç olarak araştırma kapsamında yer alan öğrencilerin zaman yönetimi konusunda bireysel çabaları olmakla birlikte bu çabaların yetersiz kaldığı ve zamanı etkin ve verimli kullanamadıkları ve bu süreci iyi yönetemedikleri söylenebilir. Bu bulgulardan yola çıkarak öğrencilerin zamanı daha iyi kullanması için aşağıdaki öneriler sunulmuştur.

Öneriler

- 1- Öğrencilerin zaman planlamasını konusunda iyi olmadıkları görülmektedir. Plansızlık zaman kaybına neden olmaktadır. Bu nedenle öğrenciler planlama yapmaları konusunda bilinçlendirilmelidir.
- 2- Öğrencilerin telefon, bilgisayar ve sosyal medyayı yeterince iyi kullanamadıkları görülmüştür. Kendileri de bunu ifade etmişlerdir. Öğrenciler bunların kullanımında daha bilinçli hale getirilmelidir. Öncelikle aileler çocuklarını küçük yaştan itibaren teknolojik aletlerin kullanımında bilinçlendirmelidir. Okulda da öğretmenlerin bu konuda öğrencileri uyarmaları ve bilinçlendirmeleri gereklidir.
- 3- Öğrencilerin arkadaşlarına hayır diyemedikleri ve bu nedenle zaman kaybı yaşadıkları görülmektedir. Bu konuda da eğitimler düzenlenebilir. Öğrenciler arkadaşlarına ve diğer insanlara gerektiği zaman “ hayır” demeyi öğrenmelidirler.
- 4- Araştırmaya katılan öğrencilerin bir kısmında zaman yönetimi bilincinin gelişmediği verdikleri yanıtlardan anlaşılmaktadır. Zaman yönetimi ile ilgili kitap, makale okumaları için öğretmenler tarafından teşvik edilirse bu bilincin oluşacağı düşünülmektedir, ayrıca üniversite öğrencilerine zaman yönetimi konusunda seminerler verilmesi hem akademik hayatlarını düzenleme hem de çalışma hayatına hazırlama bakımından oldukça önemlidir.
- 5- Zaman yönetiminin bir ders olarak okutulması da düşünülmesi gereken çözümlerden biri olabilir.
- 6- Üniversitelerde zaman yönetimi konusunda daha geniş öğrenci gruplarının katıldığı yeni araştırmalar yapılmasının öğrencilerin zaman yönetimi farkındalıklarının oluşması için faydalı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Alay, S. ve Koçak, S. (2002). Validity and Reliability of Time Management Questionnaire. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 9–13.
- Adair, J. (2018). *Etkili Zaman Yönetimi*. Ö. Çolakoğlu. (Çev.) İstanbul: Babıalı Kültür Yayıncılığı.
- Akatay A. (2003) Örgütlerde zaman yönetimi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10:281-300.
- Altınok, V. (1997) ; “Zaman Faktörü ve Planlama Esasları” *Yönetimde Verimlilik Esasları*, 39-40
- Altuntaş, O. ve Kayıhan, H. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Farkındalıklarının İncelenmesi. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 1(2), 47–54
- Başak, T., Uzun, Ş. ve Arslan, F. (2008). Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 7(5), 429-434.

- Bayramlı, Ü.Ü. (2009). *Zaman Yönetimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Bird, P. (2013). Herkes İçin Zaman Yönetimi. İstanbul: Optimist Yayınlar
- Britton, B. and A. Tesser. (1991). Effects of Time Management Practices on College Grades. *Journal of Educational Psychology*, 83 (3): 405-410.
- Can, H. , Azizoğlu, Ö. A. ve Aydın, E. M. (2015) *Örgütsel Davranış*. Ankara: Siyasal Kitapevi
- Creswell, J. W. , Klassen, L. A.C. , Vicki L. Plano Clark, V. L. A. C. , Smith, L. K. C. (2011) *Best Practices for Mixed Methods Research in the Health Sciences*. OBSSR
- Çağlıyan, V. ve Gural, R. (2009). Zaman Yönetimi Becerileri: Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Üzerine Bir Değerlendirme. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 2
- Demirtaş, H. ve Özer, N. (2007). Öğretmen Adaylarının Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarısı Arasındaki İlişkisi. *Eğitimde Politika Analizleri ve Strateji Araştırmalar Dergisi*, Cilt 2, Sayı 1, 34-48.
- Durmaz, M. Hüseyinli, T. ve Güçlü C.(2016). Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarı Arasındaki İlişki *İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* Cilt: 5, Sayı: 7, Sayfa: 2291-2303
- Eldeleklioğlu, J. (2008). Ergenlerin Zaman Yönetimi Becerilerinin Kaygı, Yaş, Cinsiyet Değişkenleri Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 7(3), 6 2008. <http://ilkogretim-online.org.tr>.
- Erdem, R. ve Kaya, S. (1998). Zaman Yönetimi. *Çağdaş Yerel Yönetimler Dergisi*, 7 (2), 99-120.
- Erdem, R.; Pirinççi, E. ve Dikmetaş, E; (2005). Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Davranışları ve Bu Davranışların Akademik Başarı İle İlişkisi, *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14, 167-177.
- Güleç, S., Bağçeli, P. ve Sezer, G. (2013). Öğretmen Adaylarının Zaman Yönetimi Becerileri İle Sınav Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Akademik Başarılarına Göre İncelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*
- Karasar, N. (1991). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler, Teknikler*. Ankara: 3A Eğitim Danışmanlık.
- Koçak, S. ve Aydın, K. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri ile Akademik Erteleme Düzeylerinin İncelenmesi. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L. ve Phillips, A. P. (1990). College students' Time Management: Correlations with Academic Performance and Stres. *Journal of Educational Psychology*, 82 (4), 760-768
- Kocabaş, İ. ve Erdem, R. (2003) Yönetici Adayı Öğretmenlerin Kişisel Zaman Yönetimi Davranışları. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* Cilt 13, Sayı 2, Sayfa 203-210
- Plano Clark ve Creswell, J.W. V.L. (2011). *Karma Yöntem Desen Seçimi* (Çev. A. Delice), Karma Araştırma Yöntemleri Tasarımı ve Yürütülmesi (Ed. Y. Dede ve S.B. Demir, 2014). Ankara: Anı
- Sabuncuoğlu, Z. ve Paşa, M. (2002). Zaman Yönetimi. Bursa: Ezgi Kitabevi.
- Sezen, A. (2013). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin İncelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 38. <http://www.akademikbakis.org>
- Tanrıoğen, A ve İşcan S.(2009) Pamukkale Üniversitesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi *Eurasian Journal of Educational Research*, Issue 35, Spring 2009, 93-108
- Tektaş, M. ve Tektaş, N. (2010) Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* • Sayı:23
- Tutar, H. (Ed) (2015). *Zaman Yönetimi*. Ankara: Seçkin
- Türe, G. (2013). Hazırlık Okulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri İle Stres Yönetimi Becerileri Arasındaki İlişkinin Araştırılması: Yeditepe Üniversitesi Örneği. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.
- Varışoğlu, F., Şeref, İ. ve Yılmaz (2012). Türkçe Öğretmeni Adaylarının Zaman Yönetimi Becerileri Ve Tutumlarının İncelenmesi, A. Ü. *Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 47, 75-86.
- Abdullah, Y. (2015). Örgütsel Yaşamda Etkin Zaman Yönetimi. Bursa: Ekin Yayınevi.
- Yılmaz, İ., Yoncalık, O., Bektaş, F., (2010). Zaman Yönetimi Davranışı ile Akademik Başarı Arasındaki İlişki, e-Journal of New World Sciences Academy Sports Sciences, 5(3), 187-194

Extended Abstract

Nowadays, rapid developments in technology can make human life both easier and more difficult. Activities that used to take days in the past can be done much more quickly with technology. But these developments also subject people to pressure. As a result, individuals need to use their time effectively and efficiently. Being at university also requires students to use their time effectively. During their university education, students prepare projects for most courses, conduct research for these projects and prepare for exams. Of course, students need time not only for education, but also for their social activities. They want to take exercise, be able to go out and about, and go to the theater and cinema with their friends. They have to manage their time effectively to keep up with all these activities. The effective use of time will not only increase their academic success, but will also help them to improve their quality of life, reduce their stress, maintain a balanced lifestyle, increase their productivity and reach their goals more easily. Time management does not mean changing the length of time spent on an activity, but to manage activities effectively during a given time. For students, time management is necessary not only for university work but also for leisure activities. In order to manage time effectively it is necessary to identify “time wasters”. Obstacles to using time effectively are called “time leaks”. People can experience many kinds of time wasters, including procrastination, the absence of self-discipline, unclear objectives, the inability to say “no”, stress, lack of planning and the incorrect use of communication tools. If students want to manage their time effectively, they need to make daily plans, use their free time productively, learn to say “no”, stop procrastinating, and organize what is on their desks in a helpful way (Tutar,2015; Bird, 2016; Sabuncuoğlu, 2002) A review of the literature shows that there are many research studies on time management worldwide and, in particular, on the relation between time management and academic success. A significant relationship has been found between “general time management” and “academic success” (Tektaş and Tektaş, 2010; Alay and Koçak, 2003; Demirtaş and Özer, 2007; Tanrıoğen and İşcan, 2009; Başak, Uzun and Arslan, 2008; Erdem, 2005). According to this data, planning one’s time and avoiding time-wasting are important to increase academic success. The purpose of the present study is to reveal the time management skills of university students, identify the “time management leaks” they fall into and to examine the methods they use to cope with these leaks based on various parameters including gender, type of university and year of study. In the study, convergent parallel design is used as a mixed research method. The participants in quantitative part of the study were 275 students who were students in public or private universities in the 2017-2018 academic year. The participants in the qualitative part of the study were 41 students, 12 of whom were from public schools and 29 from private schools. The survey was applied in accordance with Britton and Tesser’s (1991) survey. Their survey was adapted by Alay and Koçak (2002) and is known as the “Time Management Survey”. The Time Management Survey consists of two main parts. The first part includes students’ demographic characteristics and academic achievement scores. The Time Management Survey comprises three main factors and 27 questions. 16 of these questions are about “Time Planning”, seven are about “Time Attitudes”, and four are about “Spending Time”. Arithmetic mean, standard deviation, t-test and ANOVA were used to analyze the quantitative data. The findings of this study show that students sometimes use time management and time wasters. A significant difference was found between the variable of year of study and the students’ view of the significance of time wasters. Fourth-year students were found to be using time wasters more than second and first-year students. Gender, school and year of study were found to have no effect on time management skills. Using communication instruments inefficiently is categorized as a time leak, as are spending too much time on their social lives, lack of planning and procrastination. For some students, time management is not important and they do not want to know anything about this subject. In conclusion, although the participants were found to make personal efforts to manage their time, we found that they did not manage their time well and their personal efforts were insufficient. The study reveals that the reasons for their inability to use time efficiently were a lack of planning, inefficient use of social media and communication tools, the inability to say “no” to friends, and their social lives. The careful use of communication tools, the ability to say “no” to friends, being organized and considering the effect of the study environment are suggested as time management techniques. Lectures on time management could be given at universities and the lecturer could recommend time management books to her/his students. This research could be further applied to larger groups of students and seminars about time management could be organized at universities.

