

KIRKPINAR BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN ZAMAN YÖNETİMİ VE PLANLAMA DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ

Sengül DEMİRAL* Bahlool ALIZADE**

ÖZET

Bu çalışmada Trakya Üniversitesi Kırkpınar Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi ve planlama davranışlarını incelenmesi amaçlandı. Araştırma örneklemini, 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Kırkpınar Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda eğitim alan 150 erkek 138 kadın olmak üzere, toplam 288 öğrenci oluşturuldu. Araştırma verilerinin belirlenmesi Britton ve Tesser (1991) tarafından geliştirilen ve daha sonra Alay, S ve Koçak, S. (2002) ve Başak vd. (2008) tarafından Türkçeye uyarlanan, 27 soru ve üç bölümden oluşan “Zaman Yönetimi” envanteri kullanılmıştır. Toplam 288 öğrenciye uygulandı. Elde edilen veriler SPSS paket programı ile analiz edilerek değerlendirilmiştir. Veri setinin analizi öncesinde, kullanılacak istatistiksel yöntemin belirlenmesi için ilgili değişkenlerin normal dağılıma uyum sağlayıp sağlamadıkları test edildi. Bu aşamada Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testlerinden yararlanıldı. Kritik değer olarak $p=0,05$ alındı. Katılımcıların “Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)” puanları 1,63-4,93 aralığında değişmekte olup, ortalaması 3,23’tür. “Cinsiyet” değişkenine göre katılımcıların ortalama “Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)” puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). “Bölüm” değişkenine göre katılımcıların ortalama “Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)” puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0,01$). “Sınıf” değişkenine göre katılımcıların ortalama “Zaman Planlaması” puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Bu çalışma, farklı meslek gruplarında öğrenim gören öğrenciler üzerinde uygulanabileceği alana dönük yeni çalışmaların yapılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Zaman, Zaman Yönetimi, Öğrenci, Spor Yönetimi.

INVESTIGATION OF TIME MANAGEMENT AND PLANNING BEHAVIOR OF STUDENTS AT KIRKPINAR PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SCHOOL

ABSTRACT

In this study, it was aimed to investigate the time management and planning behaviors of the students of Trakya University Kırkpınar Physical Education and Sports College. The sample of the study consisted of 288 students (150 males 138 females) who were educated in Kırkpınar Physical Education and Sports High School in 2018-2019 academic year. Data determination of the study done by the researcher by promoting “personal data form” of Britton&Tesser (1991) and later updated into Turkish and used as title of “time management “ by Alay, S ve Koçak, S.(2002) and others (2008). This Scale made up of 27 questions and 3 parts and applied to 288 students. It was applied to a total of 288 students. The data obtained were analyzed by SPSS package program and evaluated. Prior to the analysis of the data set, it was tested whether the variables were compatible with the normal distribution to determine the statistical method to be used. Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk tests were used at this stage. Critical value was taken as $p = 0.05$. The “Time Management Scale (Total) in scores of the participants vary between 1.63-4.93 and the average is 3.23. There was no statistically significant difference between the mean ortalama Time Management Scale (Total) ”scores of the participants according to the“ gender ”variable ($p> 0.05$). There was a statistically significant difference in terms of the mean “Time Management Scale (Total)” scores of the participants according to the “department” variable ($p < 0.01$). There was a statistically significant difference in terms of the mean “Time Planning” scores of the participants according to the “class” variable ($p < 0.01$). This study is thought to contribute to the field of new studies on students in different occupational groups.

Keywords: Time, Time Management, Students, Sport Management.

GİRİŞ

Zaman; Yunanca: Khronos, Latince: Tempus, Almanca: Zeit, İngilizce: Time olarak ifade edilmektedir. Fizik, felsefe, tarih, biyoloji gibi birçok bilim dalında hatta bütün bilim dallarında kullanılan bir kavramdır (Stevenson ve Hojati, 2007).

Zamanı tanımlamak felsefenin en güç sorunlarından biridir. Fakat zaman kendini öncelikle fiziki alanında kabul ettirir. Böylece fizikte incelenen zaman kavramının içeriği diğer alanları da etkilemektedir. Yirminci yüzyılda ise mutlak uzay ve zaman kavramlarının fiziğin ve daha genel olarak felsefenin egemenliğinden kurtulup izafileşmesi, bilimsel düşüncede gerçek bir devrimdir. İlk olarak “1905’te Einstein’ın açıkladığı özel görelilik teorisi ile zamanın mutlak ve evrensel olduğu inancı yer aldı. Paul Davies’e göre Einstein, zamanın gerçekte esnek olduğunu ve hareket yüzünden gerilebileceğini ve bükülebileceğini kanıtlamıştır. Her gözlemci kendi kişisel zaman cetvelini yanında taşır ve o genellikle başka birininkiyle uyuzmaz. Zaman dinamiktir. Genişleyebiliyor, bükülebiliyor ve eğilebilir. Zamanın bu bükülebilirliği bazı insanların ötekilerden daha hızlı hareket etmesine imkân vermektedir (Çil, 2011).

Newton’a göre zaman tek yönde durmaksızın akar iken Einstein'a ise zamanı olayların oluş sırasına göre sıralayan ve onlara anlam veren bir boyut olarak tanımlamıştır (Boslough, 1990: 15). Yine zamanı olayların geçmişten günümüze gelip, kesintisiz olarak birbirini takip eden bir süreç olarak tanımlandığı görülmektedir (Smith 1998; Elias, 2006). Tezcan (1982) ise zamanı saatle ölçülebilen bir bölüm olarak ele almaktadır. Zamanla ilgili birçok tanımlama yapıldığı görülmektedir (Çağlıyan ve Göral, 2009). Zaman kavramının tanımı konusunda farklı açıklamalar ile karşılaşmaktadır. Zamanın fiziksel boyutuna A.Einstein’ın “Görelilik” kuramında fazlasıyla yer verilmiştir. Einstein, fizik biliminde en, boy ve derinlik bilinen üç boyuta zamanı eklemiştir. Çok büyük hız söz konusu olduğunda zaman yavaşlamıştır. Bu bilimsel gerçeğin dışında, zamanın fiziksel etkisini, bedenimizde meydana gelen ve engelleyemediğimiz değişimi gözleyerek de anlayabilmekteyiz (Vatan ve Özsoy 2002).

Zaman yönetimi yöneticilerin zamanlarını daha iyi kullanmalarına yardımcı olmak amacıyla bir eğitim aracı olarak Danimarka’da doğup, tüm dünyaya yayılmış ve çalışma hayatında başarının en önemli unsurlarından biri haline gelmiştir (Koch, 1998).

Her örgütün gerçekleştirmek zorunda olduğu amaçları vardır. Örgütler bu amaçlara yeterli ve etkili bir şekilde ulaşmaya çalışırken sahip oldukları kaynakları verimli kullanmak zorundadır. Bu kaynaklardan biri olan zamanın verimli kullanılması amacıyla yürütülen faaliyetlerin toplamına zaman yönetimi denir. Zaman yönetiminin amacı, sınırlı zaman içinde yapılan faaliyetlerin niteliğini artırmaktır. Zaman yönetimi, ihtiyaçları belirlemek, bu ihtiyaçları karşılamak için gerekli olan hedefleri oluşturmak, öncelikli işleri tespit etmek ve

önceliklerle zamanı uyumlaştırmak olarak tanımlanabilir. Diğer bir deyişle, amaçlara ulaşılacak iş ve eylemlerin belli bir zaman diliminde tamamlanması için tüm kaynakların etkin ve verimli kullanılmasıdır. Zaman yönetimi kısaca mevcut zamanda nelerin yapılabileceğinin planlanması olarak tanımlanabilir (Ardahan, 2003).

Diğer bir tanımlamaya göre zaman yönetimi; ihtiyaçları belirlemek, bu ihtiyaçları karşılayabilmek için gerekli olan hedefleri oluşturmak, öncelikli işleri belirlemek ve önceliklerle zamanı, planlama, programlama ve listeleme yoluyla uyumlaştırmak olarak tanımlamaktır (Smythe ve Robertson, 1999:333).

Venila'nın (2018) "Time Management is Life Management" adlı çalışmasında *Accountemps* şirketin 'de yapılan bir araştırmaya göre yöneticilerin yılda en az 5 haftaları sadece kayıp eşya aramakla harcanmaktadır. Bu sürecin zaman yönetimi için farkındalık yaratması için küçük bir göstergedir.

Yöneticilerin zamanlarını verimli ve etkin bir biçimde kullanmalarını sağlayan zaman yönetimi, yönetim ve yöneticinin zamana olan talebinden ortaya çıkmıştır. Çünkü üretim ve tüketim kaynağı olarak görülen ve kıt kaynak olan zamanın yönetilmesi önemli bir sorundur. Bu nedenle zamanı belirli bir hedef ve amaç doğrultusunda planlayarak kullanmak ve her saati, her dakikayı değerlendirmek gerekmektedir (Asuman, 2000; Akatay, 2003).

Zamanı etkin kullanmaya yönelik olarak yapılan bilinçli çabaların hem yöneticiler hem de iş görenler için sayısız yararları bulunmaktadır. Ancak zamanın etkin kullanımı kolay değildir. Çünkü yöneticinin önünde zaman kullanımını olumsuz etkileyen pek çok engel bulunmaktadır. Yöneticilerin zamanlarını etkin kullanabilmeleri önemli ölçüde zaman kullanımlarını engelleyen sorunları ya da zaman tuzaklarını saptamalarına bağlıdır (Türkel, 1996).

Zaman yönetimi, diğer kaynakların yönetiminde olduğu gibi çeşitli analizlerden ve planlamalardan yararlanmayı gerektirir. Zaman yönetimi prensiplerini anlamak ve uygulamak için sadece zamanın nasıl kullanılacağını bilmek yetmemektedir. Zamanı akıllıca kullanırken ne gibi problemlerle karşılaşılacağı ve bunların sebeplerinin de bilinmesi gerekir. Başarılı zaman yönetimi daha çok çalışmak değil, daha etkin ve daha rasyonel çalışmaktır. Uygulanacak basit yöntemlerde, durdurulamayan ve yavaşlatılmayan zamanı daha verimli bir şekilde kullanmak mümkündür. Yöneticilerin zamanlarını verimli kullanabilmelerini sağlayacak ve zaman yönetimindeki etkinliklerini yükseltebilecek belli başlı davranış ve yöntemler aşağıda özetlenmiştir (Adair, 2003; 2006).

Zamanı daha etkin kullanmak veya daha iyi yönetmek için, zamanın nerede nasıl ve ne şekilde harcandığını gösteren bir zaman tutanağının hazırlanması gerekmektedir. Zaman

tutanağı, belirli zaman dilimlerinin nereye harcandığını gösteren bir listedir. Günlük, haftalık ya da daha uzun süreler için hazırlanabilir. Bu tutanağın hazırlanmasında temel amaç, yöneticinin zamanını nasıl harcadığını görmesi ve bir sonraki günü geçmişteki zaman tuzaklarını dikkate alarak planlamasını sağlamaktır (Ardahan, 1998; Hurston, 1987; Kul, 2012).

Yöneticilerin zamanı etkin kullanamamalarının en önemli nedenlerinden birisi plansızlıktır. Birçok yönetici zamanları olmadığı ya da özgürlüklerini kısıtladığı gerekçesiyle planlamaya sıcak bakmamaktadır. Ancak planlama yetersizliği yöneticilerin zamanı etkin kullanmasını engelleyen faktörlerin başında yer almaktadır (Vatan ve Özsoy , 2002).

Planlama, zamanın etkili kullanılmasında en etkili yöntemlerden biri olmakla birlikte, yapılan çalışmalar yöneticilerin genellikle çalışma zamanlarını günlük ölçüde planlamadıklarını ortaya koymaktadır (Türkmen, 1999). İnsan doğası planlama kavramıyla çelişmektedir. Nasıl davranılacağını önceden kararlaştırmanın özgürlüğü sınırladığı düşüncesi, günlük ve acil olaylara önem verme zorunluluğu planlama yapmayı engellemektedir. Ancak gelecek hakkındaki tereddütler, kırtasiyecilik ve zaman bulamama gerekçeleriyle planlamaya karşı çıkmak, uzun vadede kazanılacak zamanı, elde edilecek verimi görememek anlamına gelmektedir (Sabuncuoğlu, 1996). Planlamanın en büyük avantajı zaman kazandırmasıdır. Yapılan çalışmalar, yöneticilerin planlamaya biraz daha fazla zaman ayırmaları durumunda, faaliyetleri gerçekleştirirken daha az zamana gereksinim duyduklarını ve böylece zaman kazanabildiklerini ortaya koymaktadır (Tosun, 1987; Haynes, 1999).

Yöneticinin sahip olduğu zaman, amaç ve hedeflere ulaştıracak bütün işleri yapması için yeterli değildir. Bu nedenle yapılacak işler öncelik ve önem sırasına göre gerçekleştirilmelidir. İşleri yaparken öncelik ve önem sırasına dikkat etmemek, acil işlerle, önemli işleri birbirine karıştırmak plansızlığın bir sonucudur. Karar alma fonksiyonunun yerine getirilebilmesi için yöneticilerin tüm faaliyetlerini belli bir öncelik ve önem sırasına göre organize etmesi en önemli yönetim becerilerinden birini oluşturur Zamanı etkin kullanma konusunda ilk olarak dikkate alınması gereken husus her şeyi yapmak için yeterli zamana asla sahip olunamayacağı gerçeğinin kabul edilmesidir Bu gerçek kabul edildiğinde etkili bir zaman yöneticisi olmaya yönelik büyük bir adım atılmış olacaktır. Diğer bir husus ise, öncelikleri tanımlamadır. Çünkü öncelikler temeli üzerinde hareket etmek daha kolaydır (Eroğlu, 1994; Erdem, 1998; Cooper, 1999; Pippin 2000; Öktem 1993;).

Bu çalışmada Trakya Üniversitesi Kırkpınar Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi ve planlama davranışlarını incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda olabileceği düşünülen bazı değişkenlerin analizini yapmak ve çözüm önerileri sunmaktır.

YÖNTEM

Araştırmanın evrenini Trakya üniversitesi öğrencileri, örneklemini ise Kırkpınar Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu'nda okuyan öğrencilerinden kolayda örneklem yöntemi ile belirlenen toplam 288 (kız ve erkek) üniversite öğrencisi oluşturdu. Araştırmada esas olan verilerin toplanmasında Britton ve Tesser (1991) tarafından geliştirilen ve daha sonra Alay, S. ve Koçak, S. (2002) ve Başak vd. (2008) tarafından Türkçeye çevrilmiş ve uygulanmış olan ve daha sonra üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerini ölçmek amacıyla hazırlanmış olan, "Zaman Yönetimi Envanteri" kullanıldı. Zaman Yönetimi Anketi (ZYA)'nin güvenilirlik ve geçerliğini Türkiye'deki üniversite öğrencileri için test etmektir. 35-maddeden oluşan ZYA Orta Doğu Teknik Üniversitesi'nde okumakta olan ve tüm bölümlere ve fakültelere açılmış olan seçmeli dersleri alan lisans öğrencilerine uygulandı. 9 seçmeli ders 1999-2000 bahar döneminde açılan seçmeli dersler arasından rastgele yöntemle seçilmiştir. Bu çalışmanın örneklem grubu 361 kız ve erkek üniversite öğrencisinden oluşturuldu. Anketin geçerliği iç-geçerlik ve yapısal geçerlik ile belirlendi. Bu envanterin alt boyutlarını Türk popülasyonunu saptayabilmek için "Temel Bileşenler Faktör Çözümlemesi" kullanıldı ve sonuçlar 35-maddelik ZYA'nın 3 alt boyutu olduğunu gösterdi. Anketin güvenilirliği 0.87 olarak bulundu. Anket sorularımız üç bölüm ve toplam 27 sorudan oluşmaktadır. Birinci bölüm 16 madde zaman planlaması (kısa ve uzun vadeli planlama), ikinci bölüm zaman tutumları 7 madde ve üçüncü bölüm zaman harcattırıcılar 4 maddedir. Ölçek 5'li likert tipindedir (hiç 1 puan, çok az 2 puan, bazen 3 puan, sık sık 4 puan ve her zaman 5 puan).

Verilerin Toplanması ve Analizinde; anket yolu ile elde edilen veriler, SPSS 17 paket programı kullanılarak analiz edildi ve değerlendirildi. Bu araştırmada kategorik değişkenler (cinsiyet, bölüm, sınıf) için betimleyici istatistikler sunularak yorumlandı. Sayısal değişkenler için ise katılımcıların tamamına ilişkin tanımlayıcı istatistikler hesaplanarak tablollaştırıldı. Ölçeğin "Zaman Planlaması", "Zaman Tutumları" ve "Zaman Harcattırıcılar" adında 3 alt boyutu bulunmaktadır. Cinsiyet, bölüm ve sınıf değişkenlerine göre zaman yönetimi ölçeğinin toplam ve alt boyutlarının karşılaştırmaları yapılarak yorumlandı. Anket yolu ile elde edilen veriler, SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiş ve değerlendirilmiştir. Bu araştırmada zaman yönetimi ölçeği kullanılarak betimsel istatistikleri ve yüzde frekanslarına göre yorumlar yapıldı. Ayrıca zaman yönetimi, zaman tutumları ve zaman harcattırıcılar ile ilgili çapraz tablolar hazırlanarak yorumlandı. Veri setinin analizi öncesinde, kullanılacak istatistiksel yöntemin belirlenmesi için ilgili değişkenlerin normal dağılıma uyum sağlayıp sağlamadıkları test edildi. Bu aşamada Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testlerinden yararlanıldı. Kritik değer olarak $p=0,05$ alındı. Test sonucunda ilgili değişkenler

için elde edilen p değerlerinin 0,05'ten büyük olması durumunda verinin normal dağılıma uyduğu, küçük olması durumunda ise normal dağılıma uymadığı kabul edildi. Veri setinin normal dağılıma uyum göstermemesi sebebiyle gruplar arası karşılaştırmalarda parametrik olmayan yöntemlerden “Mann-Whitney U” testi kullanıldı.

BULGULAR

Zaman Planlamalarına (kısa ve uzun vadeli) Göre Dağılım

Araştırmaya katılan öğrencilerin bilgileri, zaman planlaması, zaman tutumları ve zaman harcattırıcı davranışları anket sonuçlarıyla ortaya konulmaya çalışıldı. 300 anket uygulanmış olup eksik ve hatalılar çıkartılarak toplam 288 anket değerlendirildi.

Tablo 1: Cinsiyet durumuna göre dağılım

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Kümülatif yüzde
Kadın	150	52,1	52,1	52,1
Erkek	138	47,9	47,9	100,0
Total	288	100,0	100,0	

Tablo 1’te görüldüğü gibi cinsiyet durumlarına göre katılımcıların %52,1 kadın, %47,9 erkektir.

Tablo 2: Bölüm durumuna göre dağılım

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
Öğretmenlik	76	26,4	26,4	26,4
Antrenörlük	93	32,3	32,3	58,7
Yöneticilik	80	27,8	27,8	86,5
Rekreasyon	39	13,5	13,5	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 2’de bölüm durumlarına göre %26,4 beden eğitimi öğretmenliği, %32,3 antrenörlük, %27,8 spor yöneticiliği ve %13,5 ise rekreasyon bölümünden öğrenciler oluşturduğu görülmektedir.

Tablo3: Sınıf durumuna göre dağılım

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
1. sınıf	49	17,0	17,0	17,0
2. sınıf	55	19,1	19,1	36,1
3. sınıf	80	27,8	27,8	63,9
4.sınıf	104	36,1	36,1	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 3’te sınıf durumlarına göre %17 1. sınıf, %19,1 2. Sınıf, %27,8 3. Sınıf ve %36,1 4. sınıf oldukları görülmektedir.

Tablo 4: Günlük planlama durumuna göre dağılım

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	57	19,8	19,8	19,8
sık sık	72	25,0	25,0	44,8
bazen	92	31,9	31,9	76,7
çok az	40	13,9	13,9	90,6
hiç	27	9,4	9,4	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 4’de kısa vadeli günlük planlama için zaman harcama %19,8 her zaman, %25 sık sık, %31,9 bazen, %13,9 çok az ve %9,4 hiçbir zaman verilerine göre bu tablo öğrencilerin kısa vade için planlama yapmış olduklarını açıklamaktadır.

Tablo 5: Haftalık plan durumuna göre dağılım

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	49	17,0	17,0	17,0
sık sık	76	26,4	26,4	43,4
bazen	79	27,4	27,4	70,8
çok az	36	12,5	12,5	83,3
hiç	48	16,7	16,7	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 5’de araştırmaya katılanların, kısa vadeli planlama kısmında, her hafta için bir dizi amaçları belirleme dağılımlarını incelendiğinde %17 her zaman, %26,4 sık sık, %27,4 bazen, %12,5 çok az ve %16,7 hiçbir zaman olduğu görülmüştür.

Tablo 6: Günlük plan için zaman harcama dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	38	13,2	13,2	13,2
sık sık	62	21,5	21,5	34,7
bazen	106	36,8	36,8	71,5
çok az	58	20,1	20,1	91,7
hiç	24	8,3	8,3	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 6’da gibi katılanların günlük plan için zaman ayırma %13.2 her zaman, %21.5 sık sık, %36.8 bazen, %20.1 çok az ve %8.3 hiçbir zaman olduğu görülmüştür.

Tablo 7: Her gün yapmak zorundaki işler için liste hazırlama dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	49	17,0	17,0	17,0
sık sık	51	17,7	17,7	34,7
bazen	100	34,7	34,7	69,4
çok az	53	18,4	18,4	87,8
hiç	35	12,2	12,2	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 7'deki verilere göre katılımcıların yapmak zorunda oldukları günlük işler için liste hazırlama dağılımlarında %17 her zaman, %17,7 sık sık, %18,4 bazen, %18,4 çok az ve %12,2 hiçbir zaman olduğu görülmüştür.

Tablo 8: Çok uğraş gerektiren işler için en iyi zaman ayarlama dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	82	28,5	28,5	28,5
sık sık	53	18,4	18,4	46,9
bazen	92	31,9	31,9	78,8
çok az	34	11,8	11,8	90,6
hiç	27	9,4	9,4	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 8'deki verilere göre çok uğraş gerektiren işler için en iyi zaman ayarlama dağılımında %28 her zaman, %18,4 sık sık, %31,9 bazen, %11,8 çok az ve %9,4 hiç olduğu görülmektedir.

Tablo 9 : Önemli tarihlerin takvim üzerinde işaretleme dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	73	25,3	25,3	25,3
sık sık	50	17,4	17,4	42,7
bazen	72	25,0	25,0	67,7
çok az	53	18,4	18,4	86,1
hiç	40	13,9	13,9	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 9'a bakıldığında, önemli tarihlerin takvim üzerinde işaretleme sorusunda %25,3 her zaman, %17,4 sık sık, %25,0 bazen, %18,4 çok az ve %13,9 hiç olduğu görülmektedir.

Tablo 10 : Bir akademik dönem için amaç belirleme dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	67	23,3	23,3	23,3
sık sık	53	18,4	18,4	41,7
bazen	63	21,9	21,9	63,5
çok az	54	18,8	18,8	82,3
hiç	51	17,7	17,7	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 10’de görüldüğü gibi, katılanların bir akademik dönem için önemli tarihlerin takvim üzerinde işaretleme sorusunda %25,3 her zaman %17,4 sık sık %25,0 bazen %18,4 çok az ve %13,9 hiç

Tablo 11: Makalelerin gelecekte ihtiyaç olur diye dosyalama dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	41	14,2	14,2	14,2
sık sık	51	17,7	17,7	31,9
bazen	88	30,6	30,6	62,5
çok az	42	14,6	14,6	77,1
hiç	66	22,9	22,9	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 11’deki verilere göre, makalelerin gelecekte ihtiyaç olur diye dosyalama sorusunda %14,2 her zaman, %17,7 sık sık, %30,6 bazen, %14,6 çok az ve %22,9 hiç olduğu görülmektedir.

Tablo 12: Öncelikleri belirleme dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	27	9,4	9,4	9,4
sık sık	115	39,9	39,9	49,3
bazen	95	33,0	33,0	82,3
çok az	44	15,3	15,3	97,6
hiç	7	2,4	2,4	100,0
Total	288	100,0	100,0	

Tablo 12’de önceliklerin belirleme dağılımında %9,4 her zaman, %39,9 sık sık, %33,0 bazen, %15,3 çok az ve %2,4 hiç. Bu durum katılımcıların önceliklerin belirlenmesi ilkesine uygun olduğunu göstermektedir.

Tablo 13: Her hafta için planlama yapmadan işleri yapma dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	19	6,6	6,6	6,6
sık sık	62	21,5	21,5	28,1
bazen	103	35,8	35,8	63,9
çok az	70	24,3	24,3	88,2
hiç	34	11,8	11,8	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 13'te araştırmaya katılanların, her hafta için planlama yapmadan işleri yapma dağılımında, %6,6 her zaman, %21,5 sık sık, %35,8 bazen, %24,3 çok az ve %11,8 hiç verileri olduğu görülmektedir.

Zaman Tutumlarına Göre Dağılım

Çalışmamızın bu bölümünde anketimizin ikinci bölümünü oluşturan zaman tutumları kısmının verileri ve analizleri yer almaktadır.

Tablo14: Zamanı yapıcı olarak kullanma dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	62	21,5	21,5	21,5
sık sık	75	26,0	26,0	47,6
bazen	102	35,4	35,4	83,0
çok az	40	13,9	13,9	96,9
hiç	9	3,1	3,1	100,0
Total	288	100,0	100,0	

Tablo14'de katılanların, zamanı yapıcı kullanma dağılımında %21,5 her zaman, %26 sık sık, %35,4 bazen, %13,9 çok az ve %3,1 hiç olduğu görülmektedir.

Tablo15: Zaman planlamak için geliştirmeye ihtiyaç duyma dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	87	30,2	30,2	30,2
sık sık	73	25,3	25,3	55,6
bazen	57	19,8	19,8	75,3
çok az	38	13,2	13,2	88,5
hiç	33	11,5	11,5	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo15'de görüldüğü gibi araştırmaya katılanların, zaman planlamak için geliştirmeye ihtiyaç duyma dağılımında %30,2 her zaman, %25,3 sık sık, %19,8 bazen, %13,2 çok az ve %11,5 hiç olduğu görülmektedir. Bu durum katılımcıların zaman planlama konusunda gelişmek istediklerini göstermektedir.

Tablo16: Küçük kararları çabuk verebilme dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	99	34,4	34,4	34,4
sık sık	61	21,2	21,2	55,6
bazen	94	32,6	32,6	88,2
çok az	31	10,8	10,8	99,0
hiç	3	1,0	1,0	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo16'deki veriler, araştırmaya katılanların, küçük kararları çabuk verebilme dağılımında 30,4 her zaman %21,2 sık sık %32,6 bazen %10,8 çok az ve %1,0 hiç olduğunu göstermektedir.

Tablo17: Hayır diyememe dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	54	18,8	18,8	18,8
Sık sık	47	16,3	16,3	35,1
bazen	59	20,5	20,5	55,6
çok az	81	28,1	28,1	83,7
hiç	47	16,3	16,3	100,0
Total	288	100,0	100,0	

Tablo17'da görüldüğü gibi, hayır diyememe sorusunda %18,8 her zaman, %16,3 sık sık, %20,5 bazen, %28,1 çok az ve %16,3 hiç Bu durum katılımcıların, insanlara hayır diyemediklerini göstermektedir.

Tablo 18: Yapacak bir şey olmadan uzun süre bekliyor olma dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	32	11,1	11,1	11,1
sık sık	57	19,8	19,8	30,9
bazen	50	17,4	17,4	48,3
çok az	127	44,1	44,1	92,4
hiç	22	7,6	7,6	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 18'de görüldüğü gibi yapılacak bir şey olmadan uzun süre bekliyor olma dağılımlarında 30.9 olumlu, 17.4 bazen ve 51.7 olumsuz olduğu görülmektedir.

Zaman Harcama Durumlarına Göre Dağılım

Çalışmanın bu bölümünde anketin ikinci bölümünü oluşturan zaman tutumları kısmının verileri ve analizleri yer almaktadır.

Tablo 19: Fayda sağlamayan alışkanlıklara devam etme dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	44	15,3	15,3	15,3
sık sık	42	14,6	14,6	29,9
bazen	88	30,6	30,6	60,4
çok az	47	16,3	16,3	76,7
hiç	67	23,3	23,3	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 19’de fayda sağlamayan alışkanlıklara devam etme dağılımında %15,3 her zaman, %14,6 sık sık, %30,6 bazen, %16,3 çok az ve %23,3 hiç olduğu veriler incelendiğinde görülmektedir.

Tablo 20: Günde ortalama bir paket sigara içme dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	29	10,1	10,1	10,1
sık sık	38	13,2	13,2	23,3
bazen	38	13,2	13,2	36,5
çok az	42	14,6	14,6	51,0
hiç	141	49,0	49,0	100,0
Toplam	288	100,0	100,0	

Tablo 20’de görüldüğü gibi araştırmaya katılanların, günde ortalama bir paket sigara içme dağılımında %10,1 her zaman, %13,2 sık sık, %13,2 bazen, %14,6 çok az ve %49,0 hiç olduğu görülmektedir.

Tablo 21: Önemli ödev tesliminden bir gece önce üzerinde çalışma dağılımı

	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
her zaman	59	20,5	20,5	20,5
sık sık	57	19,8	19,8	40,3
bazen	45	15,6	15,6	55,9
çok az	76	26,4	26,4	82,3
hiç	51	17,7	17,7	100,0
Total	288	100,0	100,0	

Tablo 21’deki veriler göre önemli ödevlerinin tesliminden bir gece önce üzerinde çalışma dağılımında %20,5 her zaman, %19,8 sık sık, %15,6, bazen, %26,4 çok az ve %17,7 hiç olduğu görülmektedir.

Çaprazlama Durumlarına Göre Dağılım

Tablo 22: Cinsiyet ve günlük programlamaya göre dağılım

		Günlük programlama					Total
		her zaman	sık sık	bazen	çok az	hiç	
kadın	Count	23	45	46	19	17	150
	% within 1	15,3%	30,0%	30,7%	12,7%	11,3%	100,0%
erkek	Count	34	27	46	21	10	138
	% within 1	24,6%	19,6%	33,3%	15,2%	7,2%	100,0%
Total	Count	57	72	92	40	27	288
	% within 1	19,8%	25,0%	31,9%	13,9%	9,4%	100,0%

Tablo 22’te görüldüğü gibi araştırmaya katılan kadın katılımcılar günlük programlamaya göre en çok kadınlar %30,7 ile erkek katılımcılar ise en çok %33,3 bazen seçeneğini tercih etmekte oldukları görülmektedir.

Tablo 23: Sınıf ve günlük planlamaya göre dağılım

		Günlük planlama					Toplam
		her zaman	sık sık	bazen	çok az	hiç	
1. sınıf	Count	5	17	13	4	10	49
	% within sınıf	10,2%	34,7%	26,5%	8,2%	20,4%	100,0%
2. sınıf	Count	10	5	26	9	5	55
	% within sınıf	18,2%	9,1%	47,3%	16,4%	9,1%	100,0%
3. sınıf	Count	22	21	18	13	6	80
	% within sınıf	27,5%	26,2%	22,5%	16,2%	7,5%	100,0%
4. sınıf	Count	20	29	35	14	6	104
	% within sınıf	19,2%	27,9%	33,7%	13,5%	5,8%	100,0%
Total	Count	57	72	92	40	27	288
	% within sınıf	19,8%	25,0%	31,9%	13,9%	9,4%	100,0%

Tablo 23’te araştırmaya katılan 1. sınıfların günlük programlamaya göre %34,7 sık sık, 2. sınıfların en çok tercih ettiği %47,3 bazen, 3. sınıfların en çok tercih ettiği %27,5 her zaman, 4. sınıfların en çok tercih ettiği %33,7 bazen olduğu görülmektedir.

Tablo 24: Cinsiyete göre insanlara hayır diyememe dağılımı

		Cinsiyet		Kikare	p	
		Kadın	Erkek			
VAR22	her zaman	n	27	27	2,341	0,673
		% Satır	50,0%	50,0%		
	% Sütun	18,0%	19,6%			
	sık sık	n	23	24		
		% Satır	48,9%	51,1%		
	% Sütun	15,3%	17,4%			
	bazen	n	29	30		
		% Satır	49,2%	50,8%		
	% Sütun	19,3%	21,7%			
	çok az	n	48	33		
		% Satır	59,3%	40,7%		
	% Sütun	32,0%	23,9%			
	hiç	n	23	24		
		% Satır	48,9%	51,1%		

Tablo 24’da veriler incelendiğinde, cinsiyete göre insanlara hayır diyememe tercihleri, kadınlar %32 çok az seçeneği tercih etmiş ve erkekler %23,9 çok az katılımcıların cinsiyetleri ile bu değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 25: Bölümlere göre günlük sigara içerek zaman harcama dağılımı

		Günlük sigara içme dağılımı					Toplam
		her zaman	sık sık	bazen	çok az	hiç	
öğretmenlik	Count	7	5	9	12	43	76
	% within bölüm	9,2%	6,6%	11,8%	15,8%	56,6%	100,0%
antrenörlük	Count	10	14	15	12	42	93
	% within bölüm	10,8%	15,1%	16,1%	12,9%	45,2%	100,0%
yöneticilik	Count	12	13	9	8	38	80
	% within bölüm	15,0%	16,2%	11,2%	10,0%	47,5%	100,0%
rekreasyon	Count	0	6	5	10	18	39
	% within bölüm	0,0%	15,4%	12,8%	25,6%	46,2%	100,0%
Toplam	Count	29	38	38	42	141	288
	% within bölüm	10,1%	13,2%	13,2%	14,6%	49,0%	100,0%

Tablo 25’de görüldüğü gibi katılımcıların bölümlerine göre günlük sigara içme dağılımlarında en çok işaretlenen seçenek “hiç” %56,6 öğretmenlik, %47,2 yöneticilik, %46,2 rekreasyon, %45,2 antrenörlük olduğu görülmektedir.

Tablo 26: Cinsiyete göre sınav olmasa bile ders notlarını tekrar etme dağılımı

		Sınav olmasa bile ders notlarını tekrar etme dağılımı					Toplam	
		her zaman	sık sık	bazen	çok az	hiç		
kadın	Count	16	24	41	49	20	150	
	% within 1	10,7%	16,0%	27,3%	32,7%	13,3%	100,0%	
erkek	Count	5	30	39	39	25	138	
	% within 1	3,6%	21,7%	28,3%	28,3%	18,1%	100,0%	
Toplam		Count	21	54	80	88	45	288
		% within 1	7,3%	18,8%	27,8%	30,6%	15,6%	100,0%

Tablo 26’de görüldüğü gibi, araştırmaya katılan kadınların %10,7 her zaman ve %13,3 hiçbir zaman seçeneğini seçerken, erkekler %3,6 her zaman ve %18,1 hiçbir zaman olarak görülmektedir. Bu durum kadınların sınavı olmasa bile çalışması erkeklerin 2.9 katı kadar olduğunu göstermektedir.

Tablo 27: Sınıflara göre ödev son gece çalışma dağılımı

		Ödev son gece çalışma dağılımı					Toplam
		her zaman	sık sık	bazen	çok az	hiç	
1. sınıf	Count	1	11	4	25	8	49
	% within sınıf	2,0%	22,4%	8,2%	51,0%	16,3%	100,0%
2. sınıf	Count	6	8	2	15	24	55
	% within sınıf	10,9%	14,5%	3,6%	27,3%	43,6%	100,0%
3. sınıf	Count	14	20	12	21	13	80
	% within sınıf	17,5%	25,0%	15,0%	26,2%	16,2%	100,0%
4. sınıf	Count	38	18	27	15	6	104
	% within sınıf	36,5%	17,3%	26,0%	14,4%	5,8%	100,0%
Toplam	Count	59	57	45	76	51	288
	% within sınıf	20,5%	19,8%	15,6%	26,4%	17,7%	100,0%

Tablo 27’deki veriler, katılanların ödev son gece çalışma dağılımında “her zaman” seçeneğini %2 birinci sınıf, %10,9 ikinci sınıf, %17,5 üçüncü sınıf ve 36,5 dördüncü sınıf Bu durum öğrencilerin 1.sınıftan 4.sınıfa doğru ilerlerken ödev çalışmalarını son güne bıraktığını göstermektedir.

Tablo 28: Sınıflara göre sigara içme dağılımı

		Sınıf				Kikare	p	
		1.Sınıf	2.Sınıf	3.Sınıf	4.Sınıf			
VAR26	her zaman	n	7	4	6	12	21,969	0,032*
		% Satır	24,1%	13,8%	20,7%	41,4%		
	% Sütun	14,3%	7,3%	7,5%	11,5%			
	sık sık	n	3	2	14	19		
		% Satır	7,9%	5,3%	36,8%	50,0%		
	% Sütun	6,1%	3,6%	17,5%	18,3%			
	bazen	n	6	6	11	15		
		% Satır	15,8%	15,8%	28,9%	39,5%		
	% Sütun	12,2%	10,9%	13,8%	14,4%			
	çok az	n	8	5	17	12		
		% Satır	19,0%	11,9%	40,5%	28,6%		
	% Sütun	16,3%	9,1%	21,3%	11,5%			
	hiç	n	25	38	32	46		
		% Satır	17,7%	27,0%	22,7%	32,6%		
	% Sütun	51,0%	69,1%	40,0%	44,2%			

Tablo 28’de görüldüğü gibi araştırmaya katılanların sınıflarına göre günlük sigara içme dağılımlarında en çok işaretlenen seçenek “hiç” %51 birinci sınıf, %69,1 ikinci, %40 üçüncü sınıf ve 44,2 dördüncü sınıf, olarak görülmektedir. Katılımcıların sınıfları ile bu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p < 0,01$). Katılımcıların sınıfları arttıkça bu soruya “Hiç” cevabını verenlerin oranı düşmektedir. Bu durum katılımcıların sınıfları ilerledikçe sigara içme alışkanlığının arttığını göstermektedir.

Tablo 29. Kategorik değişkenlere ilişkin frekans ve dağılım tablosu

		n	%
Cinsiyet	Kadın	150	52,1
	Erkek	138	47,9
Bölüm	Öğretmenlik	76	26,4
	Antrenörlük	93	32,3
	Yöneticilik	80	27,8
	Rekreasyon	39	13,5
Sınıf	1.Sınıf	49	17,0
	2.Sınıf	55	19,1
	3.Sınıf	80	27,8
	4.Sınıf	104	36,1

Tablo 29’de görüldüğü gibi katılımcıların %52,1’i kadın, %47,9’u erkek, %26,4’ü öğretmenlik, %32,3’ü antrenörlük, %27,8’i yöneticilik ve %13,5’i Rekreasyon bölümünde yer almaktadır. Katılımcıların %17’si 1.sınıfta, %19,1’i 2.sınıfta, %27,3’i 3.sınıfta ve %36,1’i 4.sınıfta eğitim görmektedirler.

Tablo30. Zaman yönetimi ölçeği toplam ve alt boyutlarına ilişkin tanımlayıcı istatistikler

	n	Ort.	ss.	Min	Max
Zaman Planlaması	288	3,19	,83	1,63	4,94
Zaman Tutumları	288	3,32	,73	1,71	5,00
Zaman Harcattırıcılar	288	3,24	1,00	1,00	5,00
Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)	288	3,23	,70	1,63	4,93

Tablo 30’de görüldüğü gibi katılımcıların “Zaman Planlaması” alt boyutu puanları 1,63-4,94 aralığında değişmekte olup, ortalaması 3,19’dur.Katılımcıların “Zaman Tutumları” alt boyutu puanları 1,71-5,00 aralığında değişmekte olup, ortalaması 3,32’dir.Katılımcıların “Zaman Harcattırıcılar” alt boyutu puanları 1,00-5,00 aralığında değişmekte olup, ortalaması 3,24’tür.Katılımcıların “Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)” puanları 1,63-4,93 aralığında değişmekte olup, ortalaması 3,23’tür.

Tablo31. Cinsiyet değişkenine göre zaman yönetimi ölçeği toplam ve alt boyutlarının karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney testi sonuçları

	Cinsiyet	n	Ort.	ss.	Min	Max	Z	P
Zaman Planlaması	Kadın	150	3,16	,83	1,63	4,94	-0,413	0,679
	Erkek	138	3,21	,84	1,75	4,63		
Zaman Tutumları	Kadın	150	3,29	,74	1,71	5,00	-0,44	0,66
	Erkek	138	3,34	,71	1,71	5,00		
Zaman Harcattırıcılar	Kadın	150	3,26	,98	1,00	4,75	-0,287	0,774
	Erkek	138	3,22	1,03	1,00	5,00		
Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)	Kadın	150	3,21	,69	1,63	4,93	-0,009	0,993
	Erkek	138	3,25	,71	1,85	4,74		

Tablo 31’te görüldüğü gibi “Cinsiyet” değişkenine göre katılımcıların ortalama “Zaman Planlaması”, “Zaman Tutumları”, “Zaman Harcattırıcılar”, “Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)” puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo32: Bölüm değişkenine göre zaman yönetimi ölçeği toplam ve alt boyutlarının karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis testi sonuçları

	Bölüm	n	Ort.	ss.	Min	Max	Kikare	p	Fark
Zaman Planlaması	Öğretmenlik	76	3,44	,79	1,75	4,69	16,938	0,001*	1-2
	Antrenörlük	93	3,03	,76	1,75	4,94			1-3
	Yöneticilik	80	3,02	,79	1,75	4,63			2-4
	Rekreasyon	39	3,43	,99	1,63	4,63			3-4
Zaman Tutumları	Öğretmenlik	76	3,33	,73	1,86	4,86	1,301	0,729	-
	Antrenörlük	93	3,27	,74	1,71	5,00			
	Yöneticilik	80	3,31	,63	1,86	4,43			
	Rekreasyon	39	3,42	,89	1,71	5,00			
Zaman Harcattırıcılar	Öğretmenlik	76	3,44	1,03	1,00	5,00	14,652	0,002*	1-2
	Antrenörlük	93	2,95	,98	1,00	4,75			2-4
	Yöneticilik	80	3,25	,87	1,00	4,75			
	Rekreasyon	39	3,54	1,08	1,25	5,00			
Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)	Öğretmenlik	76	3,41	,70	1,93	4,63	13,692	0,003*	1-2
	Antrenörlük	93	3,08	,65	1,81	4,93			1-3
	Yöneticilik	80	3,13	,56	1,85	4,48			2-4
	Rekreasyon	39	3,44	,93	1,63	4,74			3-4

Tablo 32’da görüldüğü gibi “Bölüm” değişkenine göre katılımcıların ortalama “Zaman Planlaması”, ve “Zaman Harcattırıcılar” puanları açısından anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < 0,01$). Ayrıca “Bölüm” değişkenine göre katılımcıların ortalama “Zaman Tutumları” ve “Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)” puanları açısından anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Zaman planlaması puanlarına göre “Öğretmenlik” bölümünde yer alan katılımcılara ait ortalama değer (3,44), “Antrenörlük” ve “Yöneticilik” bölümlerinde yer alan katılımcılara ait ortalama değerlerden (3,03 – 3,02) anlamlı derecede yüksektir. Ayrıca “Rekreasyon” bölümünde yer alan katılımcılara ait ortalama değer (3,43), “Antrenörlük” ve “Yöneticilik” bölümlerinde yer alan katılımcılara ait ortalama değerlerden (3,03 – 3,02) anlamlı derecede yüksektir. Zaman harcattırıcılar puanlarına göre “Antrenörlük” bölümünde yer alan katılımcılara ait ortalama değer (2,95), “Öğretmenlik” ve “Rekreasyon” bölümlerinde yer alan katılımcılara ait ortalama değerlerden (3,44 – 3,54) anlamlı derecede düşüktür. Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam) puanları açısından “Öğretmenlik” bölümünde yer alan katılımcılara ait ortalama değer (3,41), “Antrenörlük” ve “Yöneticilik” bölümlerinde yer alan katılımcılara ait ortalama değerlerden (3,08 – 3,13) anlamlı derecede yüksektir. Ayrıca “Rekreasyon” bölümünde yer alan katılımcılara ait ortalama değer (3,44), “Antrenörlük” ve “Yöneticilik” bölümlerinde yer alan katılımcılara ait ortalama değerlerden (3,08 – 3,13) anlamlı derecede yüksektir.

Tablo33: Sınıf değişkenine göre zaman yönetimi ölçeği toplam ve alt boyutlarının karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis testi sonuçları

	Sınıf	n	Ort.	ss.	Min	Max	Kikare	p	Fark
Zaman Planlaması	1.Sınıf	49	3,09	,89	1,75	4,63	13,103	0,004*	2-3
	2.Sınıf	55	2,84	,92	1,75	4,63			
	3.Sınıf	80	3,40	,80	1,69	4,63			
	4.Sınıf	104	3,25	,72	1,63	4,94			
Zaman Tutumları	1.Sınıf	49	3,02	,69	1,86	4,57	21,825	0,001*	1-2
	2.Sınıf	55	3,68	,70	2,14	4,86			
	3.Sınıf	80	3,32	,75	1,71	5,00			
	4.Sınıf	104	3,26	,68	1,71	5,00			
Zaman Harcattırıcılar	1.Sınıf	49	3,40	1,16	1,25	4,75	29,112	0,001*	1-4
	2.Sınıf	55	3,71	,71	2,25	4,75			
	3.Sınıf	80	3,33	,92	1,00	5,00			
	4.Sınıf	104	2,86	,98	1,00	4,75			
Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)	1.Sınıf	49	3,12	,82	1,81	4,59	5,042	0,169	-
	2.Sınıf	55	3,19	,63	1,93	4,59			
	3.Sınıf	80	3,37	,72	1,89	4,74			
	4.Sınıf	104	3,20	,64	1,63	4,93			

Tablo 33’de görüldüğü gibi “Sınıf” değişkenine göre katılımcıların ortalama “Zaman Planlaması”, “Zaman Tutumları”, “Zaman Harcattırıcılar” puanları açısından anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < 0,01$). Ayrıca “Sınıf” değişkenine göre katılımcıların ortalama “Zaman Yönetimi Ölçeği (Toplam)” puanları açısından anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Zaman planlaması puanlarına göre “2.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değer (2,84), “3.sınıfta” ve “4.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değerlerden (3,40 – 3,25) anlamlı derecede düşüktür. Zaman tutumları puanlarına göre 1.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değer (3,02), “2.sınıfta”, “3.sınıfta” ve “4.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değerlerden (3,68 – 3,32 – 3,26) anlamlı derecede düşüktür. Ayrıca “2.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değer (3,68), “3.sınıfta” ve “4.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değerlerden (3,32 – 3,26) anlamlı derecede yüksektir. Zaman harcattırıcılar puanlarına göre “4.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değer (2,86), “1.sınıfta”, “2.sınıfta” ve “3.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değerlerden (3,40 – 3,71 – 3,33) anlamlı derecede düşüktür. Ayrıca “2.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değer (3,71), “3.sınıfta” yer alan katılımcılara ait ortalama değerden (3,33) anlamlı derecede yüksektir.

Tablo 34: Sınıflara göre sınav olmasa da ders çalışma dağılımı

		Sınıf				Kikare	p	
		1.Sınıf	2.Sınıf	3.Sınıf	4.Sınıf			
VAR13	her zaman	n	1	7	5	8	32,368	,001*
		% Satır	4,8%	33,3%	23,8%	38,1%		
		% Sütun	2,0%	12,7%	6,3%	7,7%		
	sık sık	n	7	7	27	13		
		% Satır	13,0%	13,0%	50,0%	24,1%		
		% Sütun	14,3%	12,7%	33,8%	12,5%		
	bazen	n	13	12	18	37		
		% Satır	16,3%	15,0%	22,5%	46,3%		
		% Sütun	26,5%	21,8%	22,5%	35,6%		
	çok az	n	16	25	18	29		
		% Satır	18,2%	28,4%	20,5%	33,0%		
		% Sütun	32,7%	45,5%	22,5%	27,9%		
hiç	n	12	4	12	17			
	% Satır	26,7%	8,9%	26,7%	37,8%			
	% Sütun	24,5%	7,3%	15,0%	16,3%			

Tablo 34’da görüldüğü gibi katılımcıların sınıfları ile “sınav olmasa da ders çalışma” değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < 0,01$). Katılımcıların sınıfları arttıkça bu soruya verilen cevaplar arasında “Her zaman” cevabından “Hiç” cevabına doğru bir artış görülmektedir. Bu durum tüm sınıflarda sınav olmadığı zaman ders için zaman ayırmadıklarını göstermektedir.

Tablo 35: Cinsiyete göre sigara içme dağılımı

		Cinsiyet		Kikare	p	
		Kadın	Erkek			
VAR26	her zaman	n	16	13	6,975	0,139
		% Satır	55,2%	44,8%		
		% Sütun	10,7%	9,4%		
	sık sık	n	16	22		
		% Satır	42,1%	57,9%		
		% Sütun	10,7%	15,9%		
	bazen	n	14	24		
		% Satır	36,8%	63,2%		
		% Sütun	9,3%	17,4%		
	çok az	n	25	17		
		% Satır	59,5%	40,5%		
		% Sütun	16,7%	12,3%		
hiç	n	79	62			
	% Satır	56,0%	44,0%			
	% Sütun	52,7%	44,9%			

Tablo 35’te görüldüğü gibi katılımcıların cinsiyetleri ile sigara içme değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Tablo 36: Cinsiyete göre son gece sınava çalışma dağılımı

		Cinsiyet		Kikare	p
		Kadın	Erkek		
her zaman	n	31	28		
	% Satır	52,5%	47,5%		
	% Sütun	20,7%	20,3%		
sık sık	n	30	27		
	% Satır	52,6%	47,4%		
	% Sütun	20,0%	19,6%		
VAR27 bazen	n	26	19	3,335	0,508
	% Satır	57,8%	42,2%		
	% Sütun	17,3%	13,8%		
çok az	n	42	34		
	% Satır	55,3%	44,7%		
	% Sütun	28,0%	24,6%		
hiç	n	21	30		
	% Satır	41,2%	58,8%		
	% Sütun	14,0%	21,7%		

Tablo 36'de görüldüğü gibi katılımcıların cinsiyetleri ile son gece sınava çalışma dağılımı değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma sonucunda öğrencilerin, sık sık haftalık plan yaptıkları (Tablo 5) ve sık sık öncelikleri belirlemek için zaman ayırdıkları (Tablo 12), bazen makalelerin gelecekte ihtiyaç olur diye dosyaladıkları (Tablo 11), bazen günlük plan için zaman ayırdıkları (Tablo 6), her hafta için bazen planlama yapmadan işleri yapma eğiliminde oldukları, bazen de her gün yapmak zorundaki işler için liste hazırlamak için zaman ayırdıkları (Tablo 7) görülmüştür. Ayrıca öğrencilerin her zaman çok uğraş gerektiren işler için planlama için zaman ayırdıkları (tablo 8), önemli tarihlerin takvim üzerinde işaretleme için zaman ayırdıkları (tablo 9) ve bir akademik dönem için amaç belirlemek için zaman ayırdıkları (Tablo 10) görülmüştür. Öğrencilerin kısa vade için planlama yaptıkları (Tablo 4) görülen diğer bir sonuçtur.

Öğrencilerin zaman tutumlarına göre ;bazen zamanı yapıcı olarak kullandıkları (Tablo 14), her zaman zamanı planlamak için geliştirmeye ihtiyaç duydukları (Tablo 15), bazen küçük kararları çabuk verebilme eğiliminde oldukları (Tablo 16), çok azının hayır diyememe eğiliminde olduğu da (Tablo 17) görülmüştür.

Öğrencilerin zaman harcama durumlarına göre; bazen fayda sağlamayan alışkanlıklara devam etme eğiliminde olduğu (Tablo 19), günde ortalama bir paket sigara içme eğiliminin hiç olmadığı (Tablo 20) ve çok az önemli ödev tesliminden bir gece önce üzerinde çalışma dağılımı olduğu (Tablo 21) görülmektedir.

Çaprazlama durumlarına göre öğrencilerin cinsiyet ve günlük programlamaya göre planlama eğiliminin kadınlarda ve erkelerde bazen tercih edildiği görülmüştür (Tablo 22). Ayrıca sınıf ve günlük planlamaya göre, 1. sınıf sık sık, 2. Sınıf bazen, 3. sınıf her zaman, 4. sınıf ise bazen planlamayı tercih ettiği de görülmüştür (Tablo 23). Diğer bir bulguda ise cinsiyete göre sınav olmasa bile ders notlarını tekrar etme durumu, kadınların sınavı olmasa bile erkelerden 2,9 kat daha fazla çalışmak için zaman harcadıkları görülmüştür (Tablo 26).

Öğrencilerin sınıflara göre ödev son gece çalışma durumu, 1. sınıftan - 4. sınıfa doğru ilerlerken ödev çalışmalarını son güne bıraktığı (Tablo 27) ve öğrencilerin sınıflara göre sigara içme alışkanlığının, sınıfları ilerledikçe alışkanlığının arttığını görülmüştür (Tablo 28). Ayrıca öğrencilerin tüm sınıflarda sınav olmadığı zaman ders için zaman ayırmadıklarını da görülmüştür (Tablo 34).

Öğrencilerin zaman yönetimi konusunda, Sezen (2013) çalışması ile farklı yönde olduğunu ve katılımcıların iyi ya da kötü gibi uç noktalarda olmadıkları, orta düzeyde bulduklarını göstermektedir. Oysa çalışmada, katılımcıların yapacak bir şey olmadan uzun süre zaman harcadıkları görülmüştür (Tablo 18).

Andıç (2009) yılında yaptığı “Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri ile Akademik Başarıları arasındaki ilişki” adlı çalışmasında zaman yönetimi puanı ortalaması erkekler 3.13 kadınlar ise 3.11 ve genel ortalaması 3.12 olarak belirlenmiştir. Çalışma ile benzer özellikleri gösterdiği görülmüştür (Tablo 30).

Erdul’un (2005) yılında yapmış olduğu buna benzer bir çalışmada “Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri İle Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkisi” Hacettepe Üniversitesi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi, Uludağ Üniversitesi, Süleyman Demirel Üniversitesi’nde incelediğinde, elden edilen veriler kadınların daha planlı olduğu sonucuna göstermiştir. Çalışma bu çalışma ile farklılık gösterirken Kaya’nın (2017) yılında yapmış olduğu “Etkili Zaman Yönetiminin Hizmet Sektöründe Verimlilik Algısına Pozitif Katkısı Üzerine Görgül Bir Araştırma: ‘Bir Hastane Örneği’” adlı çalışmada işletmede çalışan erkek ve kadınların zaman yönetim becerileri benzer nitelikte olduğunu belirttiği çalışma ile benzerlik göstermektedir. Ayrıca Andıç’ın (2009) yılında yaptığı çalışmada da zaman yönetimi becerileri puan ortalamaları ile cinsiyetleri arasındaki toplam ortalaması arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirttiği çalışma ile de benzerlik gösterdiği görülmektedir (Tablo 31).

Bu çalışmaya katılan öğrencilerin günlük plan için zaman ayırma dağılımı incelendiğinde %34.7 olumlu %36.8 “bazen” sık sık ve 28.4 olumsuz olduğu gözlenmektedir (Tablo 18). Bu durum Sevim’in (2015) yılında yaptığı “Zaman Yönetimi ve Zamanı Etkin Kullanma” adlı çalışmasıyla aynı yönde olduğu görülmektedir. Buna göre katılımcıların

yarısından fazlasının sınırlı olan zaman içerisinde tüm işlerini yetiştirmek ve zamanlarını etkin kullanmak için günlük plan hazırladıkları görülmektedir. Aynı zamanda çalışmaya katılanların, önceliklerin belirleme dağılımı incelendiğinde %49.3 olumlu %39,9 bazen %17.7 olumsuz oldukları gözlenmektedir (Tablo18). Sevim'in (2015) yılında yaptığı buna benzer bir çalışma ile benzer sonuçlar elde edilmiştir. Bu da katılımcıların önceliklerin belirlenmesi ilkesine uygun olduğunu gösterdiği görülmüştür.

Çalışmaya katılan öğrencilerin hayır diyememe dağılımı incelendiğinde (Tablo: 19) %35.1 olumlu, %20,5 bazen ve %44.3 olumsuz oldukları gözlenmektedir. Bu durum katılımcıların, insanlara hayır diyemediklerini göstermiştir. Vatan ve ark (2002) yaptığı "Zaman Yönetimi" adlı çalışmada bu durumu destekleyen bir çalışma olduğu görülmektedir. Çünkü Vatan ve ark (2002) yaptığı "Zaman Yönetimi" adlı çalışmada, bir işe konsantre olmuşken, hiç ilgisi olmayan bir konu üzerinde konuşmak üzere birisinin odaya dalması ya da telefon etmesi bir kesintidir. Bu tür durumlarda çevreye karşı "hayır" denemiyor ise birçok işin bu yüzden aksadığını belirterek, çalışma ile benzer verileri ortaya koyduğu görülmektedir.

Birinci sınıfın yaş ortalaması düşük, dördüncü sınıfın yaş ortalaması büyük olarak düşünülürse sınıf ve yaş ilerledikçe zaman planlama ve zaman tutumları ortalamasında iyileşme görülmekte ve katılımcıların yaş ilerledikçe daha planlı ve tutumlu oldukları çalışma bulgularında görülmüştür. Aynı zamanda yaş ve sınıf ilerlerken zaman harcattırıcılar ortalamasının düşüğünü göstermektedir. Bu durumda zaman harcattırıcılardan sigara alışkanlığının yaş ilerlemesi ile birlikte arttığı görülmüştür (Tablo 28). Sezen (2013) yaptığı benzer çalışmada elde ettiği bulgularına göre zaman planlaması ile yaş, sınıf, zaman tutumları ve zaman harcattırıcıları değişkenleri ve ayrıca zaman yönetimi envanterinden alınan toplam puan arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Başak ve arkadaşlarının (2008), yaptıkları "Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri" adlı çalışmalarında da yaş ile zaman yönetimi davranışları arasında anlamlı farklılık gösterdiğini belirtmişlerdir. Bu da çalışma ile uyumlu olduğunu göstermektedir (Tablo 33).

Sugötüren ve arkadaşlarının (2011) yılında spor bilimleri öğrencilerini kapsayan çalışmada, sınıflara göre zaman tutumları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğunu belirtmişleridir [F (3-189)=4.32, p<.05]. Öğrencilerin yaşlarına göre yapılan çalışmada, ZYE puanları 21-23 yaş grubunda olan öğrencilerin 17-20 yaş grubuna göre daha iyi zaman yönetimi yaptıklarını belirtilmiştir. Bu çalışma Tablo 33 ile benzerlik göstermektedir.

ÖNERİLER

Ardahan (1998) yılında yaptığı çalışmada “Zamanı daha etkin kullanmak veya daha iyi yönetmek için, zamanın nerede nasıl ve ne şekilde harcandığını gösteren bir zaman tutanağının hazırlanması gerektiğini” belirtmiştir. Ayrıca Hurston (1987) “Zaman tutanaklarının en büyük yararı zamanın nasıl kullanıldığını açıkça göstermektedir” diyerek zaman yönetiminde zamanın nasıl, ne şekilde kullanılacağını göster çizelgelerin hazırlanması ve kullanılması ilk verilecek öneri olarak görülmüştür.

Ulusoy (1995) yılında yaptığı çalışmada yöneticilerin zaman kayıplarını önlemek için bir zaman çizelgesi tutulmalı ve kayıtları değerlendirmeleri gerektiğini vurgulamaktadır. Günlük zaman çizelgesini düzenlerken gelişigüzel aktivitelerle günlük amaçları öncelikleri ve zaman kestirimlerini dikkate alınmalıdır. Yöneticilerin sadece kendilerini değil çalışanlarını ve işi de planlamaları gerekliliğine vurgu yapılmaktadır. Ulusoy’un çalışması göz önünde tutulduğunda, katılımcıların “Zaman Yönetimi Ölçeği” ortalaması 3,23’tür. Bu sonuç öğrencilerin zaman yönetimi konusunda iyi ya da kötü gibi uç noktalarda olmadıklarını göstermektedir. Bu durumda öğrencilere zamanı daha iyi ve verimli kullanabilmeleri için zaman tutanağı hazırlamaları önerilebilir.

Tektaş ve arkadaşları (2010) yüksek öğretim aşamasındaki öğrenciler zamanlarını iyi yönetmesi, kişisel gelişim ve akademik performansı başta olmak üzere pek çok açıdan önemli olacağını düşünmektedir. Ulusoy’a göre (1995) yöneticiler zamanın diğer kaynaklara göre ne kadar önemli olduğunu kavramalı, işletmenin ve kendilerinin başarıları için zamanı etkili ve verimli kullanmanın bilincine varmayı önermektedir. Tüm bu farkındalıklar eğitim, seminer, kurum içi eğitimler ve etkinliklerle verilmelidir.

Kumar ve arkadaşları (2013) yılında yaptıkları benzer bir çalışmaya göre zaman yönetimi beceriksizliği strese neden olabilir ve uzun süreli stresin, sağlık için negatif etkisi olabildiğini belirtmişlerdir. Bu nedenle stres yönetimi için zaman yönetimi ile paralel yürütülmesi için uzman desteğinin alınması önerilebilir.

Farklı meslek gruplarında öğrenim gören öğrenciler için çalışmanın genişletilerek uygulanması ve bulguların değerlendirilerek yüksek lisans ve doktora öğrencileri için bir çalışma alanı oluşturulması önerilebilir.

Zaman harcatıcılara sosyal medya kullanım süresi ve diğer dijital faktörler eklenerek ölçeğin güncellenmesi önerilebilir.

Ayrıca coğrafi ve kültürel farklılıkların gelişmekte olan ülkelerde etkisinin incelenerek ölçeğin geliştirilmesi önerilir. Geliştirilen bu ölçek ile yeni çalışmaların yapılması araştırmacılar için yeni çalışma alanlarının oluşturulmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Adair, J. (2006). Etkili zaman yönetimi. *Babıali Kültür Yayıncılığı*.
- Adair, J. (2003). Etkili karar vermek. Çev. Salih Fatih Güneş). *İstanbul: Babıali Kültür Yayıncılık*.
- Akatay, A. (2003). Örgütlerde zaman yönetimi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (10), 281-300*.
- Alay, S., & Kocak, S. (2002). Validity and reliability of time management questionnaire. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22(22)*.
- Andıç, H. (2009). Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile akademik başarıları arasındaki ilişki (Master's thesis, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Ardahan, F. (2003). Küçük ve Orta Boy İşletme Yöneticileri İçin Zaman Yönetimi, *Akdeniz Üniversitesi Yayın No:59, Antalya*.
- Ardahan, F. (1998). Toplam Kalite Düşüncesi İle Zaman Yönetimi, *Standart Dergisi, Ankara*.
- Asuman, U. (2000). "Çalışma Hayatında Zaman Yönetimi", *Anahtar Dergisi, MPM Yayını, Yıl: 12, Sayı: 143*.
- Başak, T., Uzun, Ş., & Arslan, F. (2008). Hemşirelik yüksek okulu öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri. *TAF Preventive Medicine Bulletin, 7(5), 429-434*.
- Britton, B.K. & Tesser, A. (1991), "Effects of Time Management Practices On College Grades", *Journal of Educational Psychology 83, s.405-410*.
- Cooper, J. D. (1999). Zamanı Kullanma Sanatı, Çev. Alp E. Aslan, *Emre Yayınları*.
- Çağlıyan, V., & Güral, R. (2009). Zaman yönetimi becerileri: Meslek yüksek okulu öğrencileri üzerine bir değerlendirme. *Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Sosyal Ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 2009(2), 174-189*.
- Çil, A. Ü. (2011). Kur'an'da Zaman Kavramı. *Kelam Araştırmaları Dergisi; Cilt 9, Sayı 1 (2011); 335-364*.
- Demirtaş, H., & Özer, N. (2007). Öğretmen adaylarının zaman yönetimi becerileri ile akademik başarıları arasındaki ilişkisi. *Eğitimde Politika Analizleri ve Stratejik Araştırmalar Dergisi, 2(1), 34-47*.
- Elias, N. (2000). Zaman üzerine. *Ayrıntı yayınevi*.
- Erdem, R ve , Kaya, S. (1998). "Zaman Yönetimi", *Çağdaş Yerel Yönetimler Dergisi, Cilt: 7, Sayı: 2, Todaie Yayınları, Ankara*.
- Erdul, G. (2005) Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri İle Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki yüksek lisans tezi, *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı*.
- Eroğlu, F ve Bayrak, S. (1994). "Örgüt Faaliyetleri Açısından Zaman Yönetimi", *Atatürk Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Cilt: 10, Sayı: 34, Erzurum*.
- Francis-Smythe, J. A., & Robertson, I. T. (1999). On The Relationship Between Time Management And Time Estimation. *British Journal of Psychology, 90(3), 333-347*.
- Gürbüz, M., Aydın, A. H. (2012). Zaman kavramı ve yönetimi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 9(2), 1-20*.
- Haynes, Marion E. (1999) Kişisel Zaman Yönetimi, (Çev: Yaşar Bülbül), *Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul*.
- Hurston, Clifford Jr. (1987) "How To Improve Your Timing", *The Management Of Time, Kend, USA*.
- Kaya, Ç. (2017) Etkili Zaman Yönetiminin Hizmet Sektöründe Verimlilik Algısına Pozitif Katkısı Üzerine Görgül Bir Araştırma: Bir Hastane Örneği, yüksek lisans tezi, *Çağ Üniversitesi Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Anabilim dalı*.
- Koch, R. (1998). The 80/20 Principle: The Secret Of Achieving More With Less, *Bantam Doubleday Dell Publishing Group, New York*.

- Kul, N. (2012) Etik Eğitici - *QMS Auditor / Lead Auditor Ankara 2012*.
- Kumar, S., & Bhukar, J. P. (2013). Stress Level And Coping Strategies Of College Students. *Journal of Physical Education and Sport Management*, 4(1), 5-11.
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (1990). College Students' Time Management: Correlations With Academic Performance And Stress. *Journal Of Educationa Lpsychology*, 82(4), 760.
- Macan, T. H. (1996). Time-management training: Effects On Time Behaviors, Attitudes, And Job Performance. *The Journal Of Psychology*, 130(3), 229-236.
- Öktem, M. (1993). "Zaman Yönetimi: Örgütsel Etkililiği Artırmada Zaman Faktöründen Yararlanılması", *Amme İdaresi Dergisi, Todaie Yayınları, Cilt: 26, Sayı:1*.
- Pippin, A. (2000). "Time... Time... Not Enough Time", *Hispanic Times Magazine, Vol: 21, Marapr*.
- Sabuncuoğlu, Zeyyat ve Melek, Tüz. (1996). Örgütsel Psikoloji, 2. Baskı, *Ezgi Kitapevi Yayınları, Bursa*.
- Sezen, A. (2013). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 38, 1-18.
- Sevim Kılıç, S. (2015). Zaman Yönetimi ve Zamanı Etkin Kullanma (Rize Aile Hekimliği Çalışanları Örneği). *İstanbul Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi*.
- Smith, H. (1998). Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası. (Çelbiş. A çev.). *İstanbul: Sistem Yayıncılık*.
- Smith, H. W. (2008). 10 Natural Laws of Successful Time and Life Management. Business Plus.
- Stevenson, W. J., Hojati, M., & Cao, J. (2007). Operations Management (Vol. 8). *Boston: McGraw-Hill/Irwin*.
- Sugötüren, M., Ballı, Ö. M., & Gökçe, H. (2011). Spor bilimleri ve teknolojisi yüksek okulunda öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi davranışları. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(3), 91-96.
- Tektas, M., & Tektas, N. (2010). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi ve Akademik Başarıları Arasındaki ilişki/ The Relationship Between Vocational School Student's Academic Success and Time Management. *Selcuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (23), 221.
- Türkel, S. (1996). "Kişisel Verimin Artırılması ve Zaman Yönetimi", *Standart Dergisi, Cilt: 5, Sayı: 420*.
- Türkmen, İ. (1999). Yönetimsel Zaman ve Yetki Devri Açısından Yönetimde Verimlilik, *MPM Yayınları, 3. Baskı, No: 519, Ankara*.
- Ulusoy, T. (1995) Zaman Yönetimi ve Yönetici Açısından Zamanın Araştırılması Doktora tezi, *İstanbul üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Fakültesi Organizasyon ve İşletme Politikası Doktora Programı*.
- Ünal Çil, A (2011) "The Concept of Time in the Holy Qur'an" *Kelam Araştırmaları 9:1 (2011), Ss.335-364*.
- Vatan, F, Altuğ Özsoy, S (2002) "Zaman Yönetimi", *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi 18 (1-3) : 89-104*.
- Venilla, A. (2008). "Time Management Is Life Management" *International Journal of Trend in Scientific Research and Development Volume – 2 Issue*.
- Wallhead, T. L., & Ntoumanis, N. (2004). Effects of a sport education intervention on students' Motivational responses in physical education. *Journal of teaching in physical education*, 23(1), 4-18.