

T. C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE AKADEMİK ERTELEME İLE AKILLI TELEFON
BAĞIMLILIĞI VE ANNE BABA TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ELİF DEMİREL

DANIŞMAN
DOÇ. DR. ÜMİT SAHRANÇ

AĞUSTOS 2024

T. C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE AKADEMİK ERTELEME İLE AKILLI TELEFON
BAĞIMLILIĞI VE ANNE BABA TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ELİF DEMİREL

DANIŞMAN
DOÇ. DR. ÜMİT SAHRANÇ

AĞUSTOS 2024

BİLDİRİM

Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tez-Proje Yazım Kılavuzu'na uygun olarak hazırladığım bu çalışmada:

- Tezde yer verilen tüm bilgi ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi ve sunduğumu,
- Yararlandığım eserlere atıfta bulunduğumu ve kaynak olarak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değiştirmede bulunmadığımı,
- Bu tezin tamamını ya da herhangi bir bölümünü başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı beyan ederim.

Elif DEMİREL

ÖN SÖZ

Erteleme davranışı üzerine yazdığım bu tez, sadece akademik bir çalışma olmanın ötesinde, kişisel gelişim sürecimde önemli bir dönüm noktası oldu. Bu çalışma, ironik bir şekilde, kendi içinde erteleme davranışının somut bir örneğini teşkil etmektedir. Tezimi tamamlama sürecimde, ertelemenin çeşitli yüzleriyle bizzat karşılaşarak, konunun derinliklerini daha iyi kavrama fırsatı buldum. Erteleme ile başa çıkmanın yollarını araştırırken, kendi alışkanlıklarımı ve çalışma yöntemlerimi de yeniden gözden geçirme fırsatı elde etmiş oldum. Bu süreç, bana sadece akademik disiplinin değil, aynı zamanda sabrın ve kararlılığın da önemini öğretti.

Bu zorlu süreçte beni destekleyen ve motive eden birçok değerli insana teşekkür etmek istiyorum. Öncelikle, çalışmam boyunca bana rehberlik eden, bilgi ve deneyimlerini cömertçe paylaşan değerli danışman hocam Sayın Doç. Dr. Ümit SAHRANÇ'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Onun rehberliği olmasaydı, bu tez muhtemelen hiçbir zaman tamamlanamazdı. Akademik bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşan değerli arkadaşlarım Dr. Psk. Dan. Mukadder BÜYÜKESKİL'E ve Dr. Öğr. Ü. Sema Civan GÖKKAYA'ya çok teşekkür ederim. Tez yazım sürecinde desteğini benden esirgemeyen sevgili meslektaşım ve arkadaşım Çağla AYOĞLU'na çok teşekkür ederim.

Ayrıca, her zaman yanımda olan ve beni her adımda destekleyen sevgili aileme ve eşim Salih DEMİREL'e teşekkür ederim. Onların sabrı, anlayışı ve teşviki olmadan bu süreçte ayakta kalmak mümkün olmazdı. Yoğun akademik tempoma ayak uydurmaya çalışan sevgili çocuklarım Ömer Asaf'a ve Yusuf Selim'e de teşekkür etmek istiyorum. Onlar, bana her zaman ilham kaynağı oldular ve beni en zor anlarda bile motive ettiler.

Son olarak, bu çalışmanın, akademik erteleme davranışını daha iyi anlamaya ve bu konuda çözümler geliştirmeye katkıda bulunmasını umuyorum. Tezimi okuyan herkese şimdiden teşekkür eder, çalışmalarında başarılar dilerim.

Saygılarımla,

ÖZET

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE AKADEMİK ERTELEME İLE AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞI VE ANNE BABA TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Elif DEMİREL, Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Doç. Dr. Ümit SAHRANÇ

Sakarya Üniversitesi, 2024.

Bu araştırmada, lise öğrencilerinde akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi ile akıllı telefon bağımlılığının ve anne baba tutumlarının akademik ertelemeyi yordama gücünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada ayrıca akademik ertelemenin cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir.

Araştırma ilişkisel tarama yöntemi ile yapılmıştır. Veriler uygun örnekleme yöntemi ile toplanmıştır. Araştırmanın örneklemi 387 kız 235 erkek lise öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma verilerini toplamak amacıyla sosyodemografik verilerin yer aldığı kişisel bilgi formu; “Akademik Erteleme Ölçeği” (Çakıcı, 2003), Kwon vd., (2013) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Demirci vd. (2014) tarafından yapılan “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği”, Arrindell vd. (1999) tarafından geliştirilen Dirik vd. (2004) tarafından Türkçeye uyarlanan “Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği” kullanılmıştır.

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 27.0 programından faydalanılmıştır. Akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemek amacıyla korelasyon analizi uygulanmıştır. Akademik ertelemeyi akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumlarının yordama gücü de hiyerarşik regresyon analizi ile incelenmiştir. Ayrıca cinsiyet ve sınıf düzeyine göre akademik ertelemenin anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı t- testi ve tek yönlü varyans analizi ile belirlenmiştir.

Korelasyon analizine göre; akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı arasında orta düzeyde pozitif yönde, anne- baba aşırı koruyucu tutum ve anne- baba reddedici tutum ile akademik erteleme arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Akıllı telefon bağımlılığı ile anne-baba aşırı koruyucu ve anne- baba reddedici tutum arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda, lise öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve baba reddedici tutumun akademik ertelemeyi

yordadığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte akademik erteleme cinsiyet ve sınıf düzeyine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı bulunmuştur. Yani, akıllı telefon bağımlılığı yüksek olan ve baba reddedici tutuma sahip olan lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışının daha çok olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyete ve sınıf düzeyine göre lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Akıllı Telefon Bağımlılığı, Akademik Erteleme, Ebeveyn Tutumları.



ABSTRACT

RELATIONSHIPS BETWEEN ACADEMIC PROCRASTINATION AND SMARTPHONE ADDICTION AND PARENTAL ATTITUDES IN HIGH SCHOOL STUDENTS

Elif DEMİREL, Master Thesis

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Ümit SAHRANÇ

Sakarya University, 2024.

This study aimed to examine the relationship between academic procrastination, smartphone addiction and parental attitudes in high school students, and to determine the predictive power of smartphone addiction and parental attitudes on academic procrastination. The study also examined whether academic procrastination differs according to gender and grade level.

The research was conducted with the relational scanning method. Data were collected by convenient sampling method. The sample of the research consists of 387 female and 235 male high school students. Personal information form containing sociodemographic data in order to collect research data; “Academic Procrastination Scale” (Çakıcı, 2003) was developed by Kwon et al., (2013) and its Turkish adaptation was published by Demirci et al. “Smartphone Addiction Scale” by Arrindell et al. (2014). (1999) developed by Dirik et al. "Abbreviated Perceived Parental Attitudes Scale" adapted to Turkish by (2004) was used.

SPSS 27.0 program was used to analyze the data obtained in the research. Correlation analysis was applied to examine whether there is a significant relationship between academic procrastination, smartphone addiction and parental attitudes. The predictive power of smartphone addiction and parental attitudes on academic procrastination was also examined by hierarchical regression analysis. In addition, it was determined by t-test and one-way analysis of variance whether academic procrastination differed significantly according to gender and grade level.

According to correlation analysis; a moderate positive relationship was found between academic procrastination and smartphone addiction, and a low level positive relationship was found between parental overprotective attitude and parental rejecting attitude and academic procrastination. A low-level positive relationship was found between smartphone

addiction and parental overprotective and parental rejecting attitudes. As a result of the regression analysis, it was determined that smartphone addiction and father's rejecting attitude predicted academic procrastination in high school students. However, it was found that academic procrastination did not differ significantly according to gender and grade level. In other words, it has been concluded that high school students with high smartphone addiction and rejecting father attitudes have more academic procrastination behavior. There was no significant difference in academic procrastination behavior of high school students according to gender and grade level.

Keywords: Smartphone Addiction, Academic Procrastination, Parental Attitudes.



İÇİNDEKİLER

BİLDİRİM	i
ÖN SÖZ	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ	x
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1.Problem Durumu.....	3
1.2.Araştırmanın Amacı ve Önemi	5
1.3.Problem Cümlesi.....	7
1.4.Alt Problemler.....	8
1.5. Varsayımlar.....	8
1.6. Sınırlılıklar	8
1.7. Tanımlar	8
1.7.1. Akademik Erteleme	8
1.7.2. Bağımlılık	9
1.7.3. Akıllı Telefon Bağımlılığı	9
1.7.4. Anne-Baba Tutumu	9
BÖLÜM II	10
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	10
2.1. Erteleme.....	10
2.1.1. Erteleme Tanımı.....	10
2.1.2. Erteleme Davranışı.....	11
2.1.3. Erteleme Kuramları	15
2.1.4. Erteleme Davranış Nedenleri	19

2.2. Akademik Erteleme.....	20
2.2.1. Akademik Erteleme Nedenleri.....	22
2.2.2. Akademik Erteleme Sonuçları.....	24
2.2.3. Akademik Erteleme Davranışına Yönelik Müdahaleler.....	25
2.2.4. Akademik Erteleme ile İlgili Diğer Bazı Değişkenler	27
2.3. Akıllı Telefon Bağımlılığı	30
2.3.1. Akıllı Telefon.....	30
2.3.2. Bağımlılık	31
2.3.3. Akıllı Telefon Bağımlılığı	32
2.3.4. Akıllı Telefon Bağımlılığı ile İlgili Diğer Bazı Değişkenler	36
2.4. Anne Baba Tutumları	38
2.4.1. Anne-Baba Tutumu Kavramı.....	38
2.4.2. Anne-Baba Tutumları.....	39
2.4.3. Anne-Baba Tutumuna İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar	42
2.4.4. Anne-Baba Tutumları ile İlgili Diğer Bazı Değişkenler	46
BÖLÜM III	48
YÖNTEM	48
3.1. Araştırmanın Modeli	48
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	48
3.3. Veri Toplama Araçları.....	49
3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi.....	50
BÖLÜM IV.....	53
BULGULAR.....	53
4.1. Akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına ilişkin bulgular	53
4.2. Akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları tarafından yordanıp yordanmadığına ilişkin bulgular	54

4.3. Cinsiyet değişkenine göre akademik ertelemenin farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular	56
4.4. Sınıf düzeyi değişkenine göre akademik ertelemenin farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular	56
BÖLÜM V	58
SONUÇ, TARTIşMA VE ÖNERİLER	58
5.1. Sonuç ve Tartışma	58
5.1.1. Akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına ilişkin bulguların tartışılması	58
5.1.2. Akademik ertelemenin akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları tarafından yordanıp yordanmadığına ilişkin bulguların tartışılması	60
5.1.3. Cinsiyet değişkenine göre akademik ertelemenin farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması	62
5.1.4. Sınıf düzeyi değişkenine göre akademik ertelemenin farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması	63
5.2. neriler	64
5.2.1. Araştırma sonuçlarına dayalı neriler	64
5.2.2. Gelecek araştırmalara yönelik neriler	65
KAYNAKÇA	67

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Baumrind'in Anne-Baba Tutumuna İlişkin Sınıflaması..	44
Tablo 2. Maccoby ve Martin'in İki Boyutlu Bakış Açısı Modeli	45
Tablo 3. Araştırmanın Geçerlik ve Güvenirliği.....	51
Tablo 4. Araştırmanın Normallik Analizi..	52
Tablo 5. Akademik Erteleme İle Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki.	53
Tablo 6. Akademik Ertelemenin Anne Baba Tutumları ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Tarafından Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi.....	55
Tablo 7. Akademik Ertelemenin Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular.	56
Tablo 8. Akademik Ertelemenin Sınıf Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular.....	57

BÖLÜM I

GİRİŞ

Modern toplumlarda teknolojinin yaygınlaşmasıyla birlikte erteleme davranışı, bir tür çağdaş hastalık olarak nitelendirilmiştir (Milgram, 1991). Ancak ertelemenin sanayi öncesi toplumlarda da var olduğuna dair kanıtlar bulunmaktadır (Ferrari, Johnson ve McCown, 1995). Tarih boyunca, eski Mısırlılar da dahil olmak üzere birçok kültürde erteleme davranışıyla ilgili kavramlar ortaya çıkmıştır. İlk başta hoş görülse de, erteleme davranışının sonuçları başarısızlık ve kaygı gibi olumsuz duygulara yol açabilir (Aydoğan, 2008). Erteleme, geçerli bir mazeret olmaksızın bir eylemi başka bir zamana erteleme olarak tanımlanabilir ve bu davranış, geçici bahaneler üretme ve kendini haklı çıkarma biçiminde kendini gösterebilir (Kandemir, 2010).

Ertelemenin bir türü olan akademik erteleme, öğrenciler arasında yaygın bir davranış biçimi olarak kabul edilmektedir ve birçok çalışmada bu davranışın sıklığı vurgulanmıştır. Öğrencilerin, ödev ve projeleri son dakikaya bırakma eğilimleri, akademik performanslarını olumsuz yönde etkileyebilir. Çeşitli araştırmalar, akademik ertelemenin, öğrenciler arasında oldukça yaygın olduğunu ve bu durumun akademik başarıyı önemli ölçüde etkileyebileceğini göstermektedir. Örneğin, Solomon ve Rothblum (1984), öğrencilerin akademik görevlerini düzenli olarak ertelediklerini ve bu ertelemenin genellikle yüksek düzeyde kaygı ile ilişkilendirildiğini belirtmişlerdir. Benzer şekilde, Steel (2007), akademik ertelemenin oldukça yaygın bir davranış olduğunu ve bu davranışın genellikle düşük motivasyon ve zaman yönetimi becerileri ile bağlantılı olduğunu ifade etmektedir. Bu bulgular, akademik ertelemenin öğrenciler arasında ne kadar yaygın olduğunu ve bu durumun etkilerini daha iyi anlamak için daha fazla araştırma yapılması gerektiğini göstermektedir.

Günümüzde akademik erteleme davranışının birçok faktörden kaynaklanabileceği düşünülmektedir; bu faktörler arasında akıllı telefon bağımlılığı ve anne-baba tutumları önemli bir yer tutmaktadır. Akıllı telefonların günümüz toplumundaki artan kullanımı, bu cihazların bağımlılık yapıcı etkilerini de beraberinde getirmiştir. Akıllı telefon bağımlılığı, kullanıcıların günlük yaşamlarını ve akademik performanslarını

olumsuz yönde etkileyebilir. Araştırmalar, akıllı telefon kullanımının akademik erteleme ile anlamlı bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir (Erdoğan, Pamuk ve Yürük ve Pamuk, 2013; Im ve Jang, 2017; Yan, Asbury ve Griffiths, 2018). Özellikle akıllı telefonların sunduğu sosyal medya, oyunlar ve diğer uygulamalar, öğrencilerin dikkatini dağıtarak erteleme davranışlarını tetikleyebilir.

Teknolojik gelişmeler, özellikle bilişim ve iletişim alanındaki ilerlemeler, bireylerin yaşam tarzlarında köklü değişikliklere yol açmıştır. 1990'lı yılların başlarında sınırlı özelliklere sahip olan cep telefonları, zamanla akıllı telefonlara dönüşerek hayatımızda önemli bir yer edinmiştir. Günümüzde akıllı telefonlar, görüntülü konuşma, internet erişimi, video ve fotoğraf çekme, sosyal medya kullanımı gibi birçok işlevi bünyesinde barındırarak günlük yaşamı kolaylaştırıcı bir rol oynamaktadır (Ada ve Tatlı, 2013). Ancak, bu cihazların sunduğu geniş uygulama yelpazesi ve eğlence olanakları, bireylerin yaşamının ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Akıllı telefonların sağladığı bu kolaylıklar ve eğlence seçenekleri, bireylerin günlük işlerini ertelemesine ve bu durumun erteleme davranışlarını pekiştirmesine neden olabilir.

Erteleme davranışının çok yönlü ve karmaşık doğası göz önüne alındığında, tek bir neden veya boyuta dayalı açıklamaların eksik kalabileceği açıktır. Bu bağlamda, erteleme davranışlarını birey ve çevre etkileşimi çerçevesinde değerlendirerek ortam değişkenlerini de göz önünde bulundurmak, hem düşünsel hem de davranışsal esneklik kazanmamıza yardımcı olabilir (Balkıs, Duru ve Duru, 2007). Bireylerin temel davranış kalıplarını oluşturma sürecinde en yoğun etkileşimde bulundukları çevre olan ailelerin, erteleme davranışını anlamada ne denli önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Çocukların ruhsal sağlıkları ve kişilik gelişimleri büyük ölçüde ebeveynlerinin tutumlarına ve ebeveyn-çocuk ilişkilerine bağlıdır. Bir çocuğun yaşamdan keyif alması, yeteneklerini geliştirmesi ve mutlu, verimli bir yetişkin olması, onun bedensel, zihinsel, toplumsal ve duygusal ihtiyaçlarının karşılanmasına bağlıdır (Dönmezer, 1999). Bu nedenle anne-baba tutumları da akademik erteleme üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilir. Ülkemizde anne baba tutumları ile akademik erteleme arasındaki ilişkiye yönelik az sayıda çalışma olmasından dolayı bu konunun araştırılması akademik erteleme davranışının daha iyi anlaşılması açısından faydalı olabilir. Çünkü bu çalışmada anne baba tutumlarının akademik erteleme davranışını ne derece

etkilediği araştırılmıştır. Ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri tutumlar, çocukların akademik görevlerini nasıl algıladıkları ve bu görevleri erteleme eğilimlerini nasıl yönettikleri üzerinde belirleyici olabilir. Alan yazın incelendiğinde, erteleme davranışı ile ebeveynlerin yüksek beklentileri ve aşırı eleştirel yaklaşımları arasında pozitif yönde olumlu bir ilişki bulunmuştur (Khalid, Zhang, Wang, Ghaffari ve Pan, 2019). Bununla birlikte Ferrari ve Olivette'nin (1994) yaptığı çalışmanın sonucuna göre, anne veya babanın sıkı denetimi arttıkça erteleme davranışının arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bu bağlamda, bu tez akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne-baba tutumları arasındaki ilişkiyi detaylı bir şekilde incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmanın amacı, akıllı telefon bağımlılığının ve anne-baba tutumlarının akademik erteleme davranışını ne derecede yordadığını araştırmaktır. Aynı zamanda akademik erteleme davranışını cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenine göre incelemektir.

1.1. Problem Durumu

Akademik erteleme, öğrencilerin ödev, proje veya sınav gibi görevleri son dakikaya bırakarak gerçekleştirmesi ve bu durumun başarılarını olumsuz etkilemesi olarak tanımlanan bir davranış biçimidir (Steel, 2007). Tuckman (2002), akademik ertelemeyi, akademik görevlerin son ana kadar ertelenmesi olarak tanımlamakta ve bu davranışın, öğrenciler üzerinde önemli derecede olumsuz etkiler yaratan bir kişilik özelliği olduğunu belirtmektedir. Bu tür erteleme davranışı, genellikle öğrencilerin motivasyon eksiklikleri, zaman yönetiminde yaşadıkları zorluklar ve dikkat dağınıklık gibi faktörlerden kaynaklanabilir. Özellikle lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışının akıllı telefonlarda geçirdikleri zamanın sebep olabileceği düşünülmektedir (Demir, 2024).

Bu bağlamda içerisinde bulunduğumuz yüzyıl, teknolojik açıdan gelişme ve yeniliklerin hızlı bir şekilde geliştiği, toplumun da söz konusu yenilikler ışığında biçimlendiği bir dönem şeklinde nitelendirilmektedir. Teknoloji, iletişim ve bilgi çağı şeklinde isimlendirilen 21. yy'da, iletişim teknolojileri dahilinde önem arz eden gelişme olarak kabul edilen, bireyler arasında iletişimi sağlamakta olan farklı teknolojiler var olmuştur (Gürkan vd., 2022). Akıllı telefonlar, mobil cihazlar,

bilgisayar ve internet söz konusu teknolojik yenilikler arasında önem arz eden konumda yer almaktadırlar. İnternet ve mobil teknolojilerinde meydana gelen yenilikler ile akıllı cihazlar mesajlaşma, video ve oyun benzer işlevlerle beraber bilgiyi işleme hizmeti de vermeleri, söz konusu teknolojilerin gitgide daha yaygınlaşmasına yol açmıştır (Liu vd., 2022).

Çağımızda, dünya genelinde sıklıkla kullanılmakta olan teknoloji şeklinde kabul edilen ve pek çok insan adına da gündelik yaşamın vazgeçilmez iletişim ve bilgi aracı şeklinde algılanan akıllı telefonlar, insan hayatının temel bir gerekliliğine dönüşmüştür. Akıllı telefonların navigasyon, sosyal medya, müzik, oyun, e-posta, internet, video, mesajlaşma ve konuşma benzeri farklı niteliklerinin olması, diğer cihazlara nazaran bilgiyi işleme ve saklama işlevinin kapsam açısından daha geniş olması, bireylerin hayatını kolay bir hale getirmesi gibi nitelikleri, akıllı telefonları daha ilginç bir hale dönüştürmüştür (Akyürek, 2020).

Akıllı telefonların yaygınlaşmasıyla ve teknolojik gelişmelerin her daim hayatımızda olmasıyla birlikte, öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları, zaman yönetimi ve akademik başarıları üzerinde değişiklikler meydana gelmiştir (Hawi ve Samaha, 2016). Bu durum, eğitimcilere ve ebeveynlere yönelik yeni zorluklar ve sorumluluklar getirmektedir. Öğrencilerin akıllı telefonları eğlence, sosyal medya, bilgi arama ve iletişim amacıyla kullanmaları, dikkat dağınıcılığının artmasına ve potansiyel olarak akademik görevlerin ertelenmesine yol açabileceği düşünülmektedir (Demir ve Kutlu, 2017; Denizli ve Eken, 2018; Erdoğan, Pamuk, Yürük ve Pamuk, 2013).

Akıllı telefon kullanımıyla akademik erteleme tutumu arasındaki ilişki, bireyde psikolojik, sosyal ve fiziksel açıdan negatif yönlü ortaya çıkarmaktadır. Söz konusu negatif sonuçlar, bireyin çevresine ve topluma da negatif olarak etkide bulunmaktadır (Güngör ve Koçak, 2020). Bu noktada, ebeveynler internet kullanımı ve iletişimle ilgili sorunları yalnızca internetin veya bilgisayarın bağımlılık yapıcı etkisine ya da ergenlik dönemi zorluklarına bağlamamalıdır (Yiğit, 2015). Liseli öğrencilerin akıllı telefon kullanımı ile akademik erteleme tutumlarının bir araya gelmesiyle beraber bireyde ve toplumda yaşanan olumsuz durumların önüne geçebilmek için ise en önemli bir görev araştırmacılar ve alan uzmanları kadar ebeveynlere de düşmektedir.

Anne babanın akademik ertelemeye neden olabilecek akıllı telefon kullanımı konusundaki tutumlarının, genel ebeveyn tutumlarının bir versiyonu olması durumu söz konusu olabilir. Anne babanın baskıcı bir tutum benimseyerek veya panikleyerek, iletişim ve kişisel ilişkilerde geri dönüşü olmayan zararlara neden olabilirler.

Kuzgun ve Eldeleklioğlu (2005) tarafından yapılan araştırmada, Türkiye'de üç farklı ebeveyn tutumu belirlenmiştir: otoriter, demokratik ve koruyucu-istekçi. Otoriter ebeveyn tutumu, çocuklarına yalnızca itaat ettikleri sürece sevgi gösteren bir yaklaşımı tanımlar. Demokratik ebeveyn tutumu ise çocuklarına hoşgörülle yaklaşan ve herhangi bir koşul olmaksızın gerçek bir sevgi sunan bir tutum olarak tanımlanır. Koruyucu-istekçi ebeveyn tutumu ise, çocuklarının bağımsız olmasını engelleyen, onları ayrı bir birey olarak görmeyen ve doğumdan itibaren çocuklarının her isteğini sorgusuzca yerine getiren bir yaklaşımdır.

Ebeveynlerin benimsedikleri tutumlar, çocuklarının tüm davranışlarını doğrudan etkileyebilmektedir (Bozkurt, 2004; Weiss, 1998). Bu davranışlar arasında, özellikle akademik davranışlar önemli bir yer tutar. Ebeveynlerin, çocuklarının akademik başarılarına sundukları katkı, onların başarılı olmaları için gerekli ön koşullardan biri olarak kabul edilir. Yapılan araştırmalar, olumsuz ebeveyn tutumları ile çocuklarda görülen kararsızlık (Ferrari ve Olivette, 1993) ve kronik kaçınmacı erteleme (Ferrari ve Olivette, 1994; Pychyl, Coplan ve Reid, 2002) arasında anlamlı bir pozitif ilişki olduğunu göstermiştir.

Bu bağlamda bu araştırmada, “Lise öğrencilerinde akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne-baba tutumları arasında ilişki var mıdır?” sorusuna cevap aranmış ve sonuçlar incelenmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmada lise öğrencilerinde akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi ve akıllı telefon bağımlılığı ile anne baba tutumlarının akademik ertelemeyi yordama gücünün belirlenmesi amaçlanmaktadır. Bununla birlikte akademik erteleme cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkeni açısından da incelenecektir. Literatürde anne baba tutumları ile akademik

erteleme ve akıllı telefon bağımlılığın dâhil olduğu çok az sayıda araştırma vardır. Erteleme davranışı, günlük hayatımızın önemli bir parçası olmasına rağmen, bu konuya dair yapılan araştırmaların nispeten yeni bir geçmişe sahip olduğu alan yazına bakıldığında anlaşılmaktadır. Aynı zamanda, akademik erteleme ile sosyal medya kullanımı, akıllı telefon kullanımı ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkileri araştıran çalışmalar literatürde yer alsa da bu araştırma, söz konusu ilişkilere anne baba tutumlarını da dahil ederek literatüre yeni bir bakış açısı kazandırmayı hedeflemektedir.

Erteleme, bir eylemin sonucunun olumsuz olacağını bilmesine rağmen, kişinin bu eylemi gerçekleştirmeyi geciktirmesi olarak tanımlanır (Steel, 2007). Bireyler genellikle stresli ya da hoş olmayan görevlerden kaçınarak, daha keyifli aktiviteleri tercih ederler ve bu durum erteleme davranışını tetikler. Bu durum özellikle akademik alanlarda yaygın olarak görülür. Akademik erteleme ise, Solomon ve Rothblum (1984) tarafından, bireylerin akademik görevlerini sürekli olarak veya neredeyse her zaman erteleme eğilimi göstermeleri ve bu ertelemenin sonucunda rahatsız edici düzeyde kaygı yaşamaları olarak tanımlanmıştır. Günümüzde eğitimlerini sürdüren öğrenciler arasında akademik erteleme davranışına sıkça rastlanmaktadır (Rosário, Costa, Núñez, González-Pienda, Solano ve Valle, 2009).

Akademik erteleme davranışı ile birlikte günümüzde özellikle gençler arasında yaygınlaşan akıllı telefon kullanımı her geçen gün artmaktadır. Akıllı telefon kullanımının artması, beraberinde akıllı telefon bağımlılığını da getirmektedir. Bu durum, lise çağındaki gençler üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır (Ada ve Tatlı, 2013). Lise öğrencilerinin akıllı telefonlarını uzun süre kullanmaları, öz yeterliliklerini olumsuz yönde etkileyerek, yapmaları gereken işleri sürekli ertelemelerine yol açmaktadır (Ann, Cassandra, Leonie ve Oliver, 2019).

Akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme davranışının bir arada görülmesi, bireyin fiziksel, sosyal ve psikolojik sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır. Bu olumsuz sonuçlar, sadece bireyin kendisiyle sınırlı kalmayıp, çevresi ve toplum üzerinde de olumsuz etkiler yaratmaktadır (Güngör ve Koçak, 2020). Bu durum, özellikle genç bireylerin gelişiminde önemli bir rol oynayan ebeveyn tutumlarını daha da önemli hale getirebilmektedir. Ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri tutumlar, hem akıllı telefon bağımlılığını hem de akademik erteleme davranışını etkileyebilecek kilit faktörlerden birisi olabilmektedir. Ailelerin çocuklarına yönelik

tutumları, öğrencilerin akademik performansları üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilmektedir. Akıllı telefon bağımlılığı, öğrencilerin ders çalışma alışkanlıklarını olumsuz yönde etkileyebilirken, ebeveynlerin sergilediği farklı tutumlar da öğrencilerin akademik motivasyonlarını ve sorumluluk duygularını şekillendirebilmektedir.

Anne-baba tutumlarıyla ilgili yaklaşımlar, ailenin çocuklar, özellikle ergenler üzerindeki etkisini ve önemini ön plana çıkarmaktadır. Ailenin yapısı, ebeveynlerin tutumları ve aile içindeki ilişkiler, ergenlerin davranışlarını şekillendirmekte, kişilik gelişimlerine yön vermekte ve sosyal gelişimlerinde belirleyici bir rol oynamaktadır (Örgün, 2000).

Bu nedenle bu araştırma ile, akıllı telefon bağımlılığı ve ebeveyn tutumlarının lise öğrencilerindeki akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkileri betimlemek amaçlanmıştır. Akademik erteleme davranışını anlamak, akıllı telefon bağımlılığı ile ebeveyn tutumları arasında bir ilişkinin olup olmadığının belirlenmesiyle daha da zenginleşebilir. Bu da olası müdahale planları geliştirmeyi kolaylaştırabilir. Bu müdahale planları bir yandan uygun ebeveyn tutumlarının geliştirilmesi yoluyla akademik ertelemeyi engellemeye yarayabilir, öte yandan akademik ertelemeye neden olabilecek akıllı telefon bağımlılığıyla baş etmede anahtar rolü oynayabilir. Özellikle lise dönemindeki öğrencilerin akademik erteleme davranışına yönelik bu değişkenler arasındaki ilişkilerin anlaşılması, eğitimciler, ebeveynler ve psikolojik danışmanlar için değerli bilgiler sağlayabilir. Bu doğrultuda, çalışmanın bulguları, hem ailelere hem de eğitim sistemine rehberlik edecek nitelikte olabilir ve öğrencilerin akademik erteleme davranışını azaltmaya yönelik stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunabilir. Bu nedenlerle bu araştırmada akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumu arasındaki ilişkilerin araştırılmasının önemli olduğu düşünülmüştür.

1.3. Problem Cümlesi

Akademik erteleme, akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları tarafından anlamlı bir biçimde yordanmakta mıdır ve akademik erteleme, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenine göre farklılık göstermekte midir?

1.4. Alt Problemler

1. Akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasında ilişki var mıdır?
2. Akademik erteleme akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları tarafından anlamlı bir biçimde yordanmakta mıdır?
3. Akademik erteleme, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?

1.5. Varsayımlar

Araştırmaya katılan lise öğrencileri araştırma için kullanılan ölçek formlarını samimiyetle ve tarafsızlıkla doldurmuşlardır.

1.6. Sınırlılıklar

Bu araştırma, araştırmaya katılan 622 lise öğrencisinin görüşleri ile sınırlıdır. Elde edilen bulgular veri toplama araçları ve araştırmanın yapıldığı zamanı dilimi ile sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

1.7.1. Akademik Erteleme

Solomon ve Rothblum (1984), Akademik Erteleme Eğilimini, öğrencilerin ödevlerini, dönem projelerini veya sınav hazırlıklarını son dakikaya kadar ertelemeleri şeklinde açıklamaktadırlar.

1.7.2. Bağımlılık

Bireylerin belirli bir maddeye veya davranışa karşı tolerans geliştirmesi, bu etkinlikleri gerçekleştiremediklerinde yoksunluk belirtileri yaşamaları ve kendilerini kontrol etmekte zorlanmaları, zamanlarının büyük bir kısmını bu etkinliklere ayırmalarıyla ruhsal ve sosyal işlevselliklerinin bozulması olarak tanımlanmaktadır (World Health Organization [WHO], 2016).

1.7.3. Akıllı Telefon Bağımlılığı

Akıllı telefon bağımlılığı, bireyin telefonunu kontrolsüz bir biçimde kullanarak günlük işlerini ihmal etmesi, akıllı telefonunu kullandığında heyecan hissetmesi ve stres seviyesinin düşmesi, kullanmadığında ise sabırsız, huzursuz ve tahammülsüz hale gelmesi, aklının sürekli telefonunda olması olarak tanımlanabilir (Kwon, Kim ve diğerleri, 2013).

1.7.4. Anne-Baba Tutumu

Ebeveynlerin, çocukların hem sosyal hem de psikolojik gelişimleri üzerinde önemli bir etkiye sahip oldukları, belirli kişiler, nesneler ya da çevrelere karşı gösterdikleri tepkilerle bu gelişimi olumlu ya da olumsuz yönde şekillendirebilecekleri ifade edilmektedir (Yavuzer, 2005).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Erteleme

2.1.1. Erteleme Tanımı

Günümüzde bireyler, belirlenen görevleri yerine getirme, zamanında varılması gereken mekânlara ulaşma ve tamamlanması gereken işlerle karşı karşıya bulunmaktadır. Bu tür yükümlülüklerin gereği olarak, kişilerin bazı fedakârlıklar yapması ve etkili bir planlama yapması gerekmekte ancak, yaş, cinsiyet, meslek ya da sosyal rol gibi kişisel özelliklerden bağımsız olarak, insanlar görevlerini planladıkları gibi zamanında gerçekleştirememesi ve bazı durumlarda hiçbir neden olmaksızın erteleme eğiliminde bulunabilmektedir (Yücel ve Şen, 2019). Erteleme konusunda genel bir mutabakat olmamakla birlikte, bir eylemi gerçekleştirmekten kaçınma durumu olarak açıklanabilmektedir (Dervişoğulları, 2020). “Bir bireyin, üstlenmiş olduğu ve yerine getirmek istediği bir davranışı genellikle bilinçli olarak zamanda daha sonraya erteleme” durumu, erteleme davranışı olarak nitelendirilmektedir (Solomon ve Rothblum, 1984).

Başarısızlık korkusu ve işe olan ilgisizlik, erteleme eğiliminin temel iki faktörü olarak tanımlanmaktadır. Başarısızlık korkusunun temelinde, bir yargıya tabi tutulma endişesi, kusursuzluk arayışı ve kendine güven eksikliği bulunmaktadır. Öte yandan, göreve karşı duyulan hoşnutsuzluk, yapılacak işe karşı bir isteksizliği ve tembelliği ifade etmektedir (Solomon ve Rothblum, 1984; Guzey, 2007). Steel’in 2007 ve 2010 yıllarında gerçekleştirilen çalışmalarına göre erteleme davranışı, olumsuz sonuçları olacağı bilinse dahi, bir eylemin bilinçli olarak ve makul bir neden olmaksızın geciktirilmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Erteleme, bireylerin mantıksız dürtüleri sonucu, herhangi bir iyi neden olmadan işleri sonraya bırakmaları ve bu tür eylemlerin sonuçlarının genellikle tatmin edici olmamasıyla karakterize edilmektedir (Steel, 2007; Steel, 2010; Pinxten vd., 2019). Yapılan araştırmalar, erteleme alışkanlığının artan hayal kırıklığı, düşük akademik performans, uyku kalitesinde

düşüş, sağlık problemleri, anksiyete, psikolojik gerilim ve uyumsuz stres yönetimi gibi olumsuz sonuçlarla bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır (Chowdhury ve Pychyl, 2018; Kim ve Seo, 2015; Pinxten vd., 2019).

2.1.2. Erteleme Davranışı

Gündelik yaşantıda bireylerin üstlenmiş olduğu görevler ve yerine getirmeleri beklenen işler mevcuttur. Bu işlerin zaman zaman bazı nedenlerden dolayı ertelendiği ve son anlara kadar bekletildiği sıklıkla gözlemlenir ya da bu durumla karşılaşılır. Bireyler, erteledikten sonra işlerini bir daha ertelemeyeceklerine dair taahhütte bulunsalar da sık sık erteleme eylemini tekrarladıkları görülür. Bu durum, Burka ve Yuen tarafından *“bireyler erteleme eyleminden rahatsızlık duysalar dahi, çoğu kez kendilerini erteleme döngüsü içinde bulmaktadırlar”* şeklinde ifade edilmiştir. Toplumda bireyler çeşitli roller üstlenmekte ve bu roller çeşitli sorumlulukları beraberinde getirmektedir. Aile içindeki roller, ev işleri, ana-baba ziyaretleri, fatura ödeme, çöp atma, öğrencilik görevi ve ödev teslimi gibi birçok alanda bireyin üstlenmesi gereken yükümlülükler bulunmaktadır. Bu yükümlülüklerin son ana kadar ertelenmesi, erteleme eyleminin temel bir açıklamasını oluşturmaktadır. Son dakikaya bırakma, geciktirme, erteleme işleri son ana kadar bekletme, hangi terimle ifade edilirse edilsin, gerçekleştirilemeyen eylemin sonucunda varılan nokta aynıdır. Erteleme kavramı üzerine bilimsel çalışmalar genellikle son 15-20 yıllık dönemi kapsamaktadır. Bireyin herhangi bir görevi hiç ertelediği ya da son dakikaya bırakmadığı durumu düşünmek neredeyse imkansızdır. Erteleme davranışı, bireylerin ırkı ve inancına göre değişiklik göstermemektedir (Burka ve Yuen, 1983, s.11; Ferrari ve Beck, 1998, s.529).

Son dönemlerde erteleme davranışı üzerine yapılan araştırmaların artmasıyla kavram, araştırma konusu olarak önem kazanmıştır. Ancak araştırmacılar, kavramı tanımlamak konusunda ortak bir görüşe sahip olmamaktadırlar (Ferrari vd., 1995). Farklı tanımlamaların ortak vurgusu, faydalı bir işin geciktirilmesi (Flett vd., 1992; Dryden, 2000), yeni bir ürünün meydana getirilememesi, suçluluk duygusu ve yetersizlik hissi (Binder, 2000; Knaus, 2000) gibi durumlarla ortaya çıkan davranış

biçimidir. Ancak bu kavramları açıklamadan önce, erteleme davranışının bilişsel ve davranışsal süreçlerle nasıl bir döngü oluşturduğunun aşamaları detaylandırılacaktır.

Ertelme Döngüsünün Ortaya Çıkma Aşamaları

Ertelme süreci, bireylerin yapacakları işe başlama noktasında kendilerine özgü bir evrimsel aşama sergilediklerini göstermektedir (Knaus, 2000);

- İlk aşamada, bireyler gelecek bir çalışmaya dair önceden plan yapmanın ve erken bir başlangıç yapmanın mümkün olduğuna inanmaktadırlar. Bu durumda başlangıçta hissedilen çalışma isteksizliği, erken harekete geçme niyetiyle bertaraf edilebileceği düşünülmektedir.
- İkinci aşamada, henüz işe koyulmamış olmanın getirdiği ısrarlı düşünce, başlangıçtaki iyimserliği kaygı ve endişeye yer bırakmaktadır. Bu değişim bireyde yoğun bir baskı duygusu uyandırmaktadır.
- Üçüncü aşamada ise, işe başlama konusunda yaşanan başarısızlık, kişinin kendini suçlu hissetmesine ve bu durumun getireceği olası senaryoları hayal etmesine neden olmaktadır. Özellikle, gerçekleştirilmesi gereken ana görevler yerine önemsiz işlere odaklanmanın getirdiği suçluluk duygusu, ertelme eğilimindeki bireylerin sıklıkla karşılaştığı bir durumdur.
- Dördüncü aşamada, çalışmanın tamamlanması için hâlâ zaman olduğuna dair inanış hakimdir. Bu inanç işin gerçekleştirilmesinin sürekli olarak ertelenmesine yol açmaktadır.
- Beşinci aşamada, birey işe başlayamama durumunun kendi kişisel yetersizliklerinden kaynaklandığını düşünmeye başlar.
- Altıncı aşama, işi tamamlama ya da terk etme kararının verildiği son atılımı içerir. Bu noktada işin zamanında tamamlanamayacağına dair bir algıya kapılan birey ya görevden vazgeçer ya da sınırlı süreye rağmen görevi tamamlamaya karar verir.
- Yedinci ve son aşamada, birey gelecekteki görevlerini ertelememeye dair kararlı bir tutum geliştirir. Ancak ertelme eğilimi gösteren bireylerde bu

döngü tekrar tekrar yaşanır. Knaus tarafından tanımlanan erteleme döngüsü, bireyin gelişimine ve öz yeterliliğine kendi tarafından getirilen sınırları ifade eder. Erteleme eğilimindeki bireyler, son anda işleri yetiştirdiklerinde, bu durumu bir başarı olarak görürler ve bu, erteleme davranışlarını pekiştirir. Knaus bu durumu, özellikle öğrenciler arasında yaygın olan bir zamana karşı yarış olarak tanımlar. Erteleme, bireyin kendini koruma amacı güden duygusal, bilişsel ve davranışsal bir mekanizma olarak değerlendirilebilir.

Ertelemenin Duygusal, Bilişsel, Davranışsal Perspektifleri ve Erteleme Çeşitleri

Erteleme alışkanlığının kökenleri ve bu alışkanlığın üstesinden gelmeye yönelik araştırmalar incelendiğinde, bu eğilimin her bireyde farklı faktörlerle tetiklendiği ve tek bir nedene indirgenemeyeceği anlaşılmaktadır. Bu durum, ertelemenin bilişsel, davranışsal ve duygusal olmak üzere birden fazla boyutta ele alınması gereken kompleks bir olgu olduğunu göstermektedir.

Ertelemenin Duygusal Boyutu kapsamında, kişilerin erteledikleri görevler karşısında yaşadıkları duygular; kendini kabul etmeme, suçluluk, utanç, aldatıcılık ve gerginlik gibi olumsuz duygulardan oluşmaktadır (Binder, 2000). Ayrıca, Knaus (1998) bu boyutta, erteleme eğilimi gösteren bireylerin çaresizlik, öfke ve kendini suçlama gibi duyguları deneyimlediklerini belirtmiştir (Aydoğan, 2008).

Ertelemenin Bilişsel Boyutu; bireyin belirlediği hedeflere yönelik davranışlarının tutarsız olması olarak tanımlanmaktadır (Ferrari, 1994; Çakıcı, 2003; Blunt ve Pychyl, 2000). Burada, bireyin ertelemeyi bilinçli olarak gerçekleştirdiği ve bu davranışının farkında olduğu vurgulanmaktadır (Senecal vd., 1995). Aynı zamanda, zaman yönetimiyle ilgili gerçekçi olmayan inançlar gibi çeşitli bilişsel durumların da erteleme davranışıyla ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Haycock vd., 1998).

Ertelemenin Davranışsal Boyutu ise, bir iş için ayrılan sürenin gereksiz yere tüketilmesi veya işin tamamlanmasının beklenenden daha fazla zaman alması şeklinde açıklanmaktadır (Senecal vd., 1997; Çakıcı, 2003; Rothblum vd., 1986). Araştırmacılar bu boyutu, işin belirlenen süreden geç teslim edilmesi veya hiç tamamlanamaması olarak tanımlamaktadır (Knaus, 1998; Çakıcı, 2003; Tuckman, 1991).

Görüldüğü gibi, ertelemenin duygusal, bilişsel ve davranışsal boyutları birbirinden farklı, ancak birbiriyle ilişkili süreçlerdir. Duygusal boyutta, bireylerin erteledikleri görevler karşısında kendini kabul etmeme, suçluluk, utanç, gerginlik gibi olumsuz duygular yaşadıkları; bilişsel boyutta ise, hedeflere yönelik davranışların tutarsız olduğu ve ertelemenin bilinçli olarak gerçekleştirildiği vurgulanmaktadır. Bireylerin zaman yönetimiyle ilgili gerçekçi olmayan inançları da bu süreçte etkili olabilir. Davranışsal boyutta ise, işlerin gereksiz yere uzatılması ya da belirlenen sürede tamamlanamaması gibi durumlar öne çıkmaktadır. Bu üç boyut, erteleme davranışının karmaşık doğasını anlamamıza ve bireylerin bu davranışı neden sergilediklerine dair daha kapsamlı bir perspektif sunmaktadır.

Chun ve Choi (2005) tarafından yapılan bir çalışmada, erteleme davranışı etken ve edilgen olmak üzere iki ana başlık altında incelenmektedir. Edilgen erteleme, karar verme yetisindeki eksiklikler sebebiyle bir görevin tamamlanamaması durumunu ifade ederken; etken erteleme, karar verme sorunu olmaksızın, sıkça erteleme eğilimi gösterilmesini tanımlamaktadır. Etken erteleme sergileyen bireyler, işleri son ana kadar ertelemelerine rağmen, bu süre zarfında görevleri tamamlama eğilimi gösterirler. McCown ve Johnson (1995) tarafından kronik erteleme, yaşamın birçok alanında işleri zamanında tamamlayamama sorunu olarak ifade edilmektedir. Durumsal erteleme ise, kişinin belirli bir yaşam alanında gösterdiği erteleme eğilimini belirtir ve bu, akademik ve genel olmak üzere iki alt kategoriye ayrılır. Akademik erteleme, eğitim yaşamında belirli bir sürede tamamlanması gereken işlerin ertelenmesi, genel erteleme ise günlük yaşamda süresi belirli işlerin zamanında yapılmaması durumlarını kapsar. Literatürde, birçok bireyin kronik ve durumsal erteleme arasında bir yerde olduğu kabul edilmektedir (Dryden, 2000; Milgram vd., 1998).

Erteleme ile ilgili yapılan tanımlara dikkat edildiğinde, bu davranışın birden fazla boyutu olduğu ve farklı disiplinlerden araştırmacılar tarafından incelendiği görülmektedir. Ortak noktalar arasında, erteleme davranışının bireyin üstlenmiş olduğu ve yerine getirmek istediği bir davranışı bilinçli olarak daha sonraya bırakması durumu ön plana çıkmaktadır. Bu hem akademik hem de günlük yaşamda görev ve sorumlulukların yerine getirilmesini geciktirme eğilimini içermekte ve bireyin bu eylemi genellikle makul bir neden olmaksızın gerçekleştirdiği vurgulanmaktadır. Ertelemenin temel sebepleri arasında başarısızlık korkusu, işe

olan ilgisizlik ve hoşnutsuzluk gibi duygusal faktörler yer alırken, bilişsel ve davranışsal süreçlerle de yakından ilişkilendirilmektedir. Erteleme davranışı, olumsuz sonuçları bilinse dahi gerçekleştirilmekte ve genellikle tatmin edici olmayan sonuçlarla sonuçlanmaktadır. Araştırmalar, erteleme alışkanlığının düşük akademik performans, artan hayal kırıklığı, sağlık problemleri gibi olumsuz sonuçlarla bağlantılı olduğunu göstermektedir (Ferrari, Johnson & McCown, 1995; Steel, 2007; Tice & Baumeister, 1997).

2.1.3. Erteleme Kuramları

Erteleme ile ilgili literatürde ağırlıklı olarak psikodinamik kuramlar, bilişsel ve davranışçı kuramlar, davranışçı kuramlardan ve varoluşçu kuramdan söz edilmektedir. Burada kısaca bu kuramların erteleme davranışını nasıl ele aldığı sunulmaktadır.

Psikoanalitik ve Psikodinamik Kuram

Freud ve psikanalitik teoriyi benimseyenler, bireylerin belli başlı görevleri ertelemeleri veya bu görevlerden sakınmaları olgusunu önemli bir konu olarak ele almaktadırlar. Psikanalitik kurama göre, ego kişilik yapısının gerçekçi bir şekilde dış dünyayı algılayan ve bireyin karşılaştığı durumları yöneten bir parçasıdır. Freud'un vurguladığı üzere ego, bireyin karar verme süreçlerini mantıklı bir şekilde yönlendirir ve problem çözme yeteneği ile gerçekçi bir perspektiften olayları değerlendirir (İnanç ve Yerlikaya, 2009). Tehlike ve tehdit olarak algılanan durumlar, bastırılmış içerikler olarak bireyin bilincinde kaygı olarak belirir ve ego bu kaygı ile harekete geçer. Böylece bireyler savunma mekanizmalarını devreye sokarak bu kaygı ile başa çıkmaya çalışır. Örneğin, bir öğrencinin eğitimine yurt içinde mi yoksa yurt dışında mı devam edeceği konusunda karar vermesi gerektiğinde, bu kararın kaygı yaratması durumunda öğrenci karar verme sürecinden kaçınabilir ya da kararı erteleyebilir. Eğer istenmeyen bir karar alınmışsa, öğrenci kaygı duymaya devam eder ve aldığı kararı mantık çerçevesinde açıklamaya çalışarak savunma

mekanizmalarına başvurabilir. Psikanalitik kuramın perspektifinden bakıldığında, ertelemek, egonun kaygı durumunda kendini koruma yoludur (Ferrari, Johnson ve McCown, 1995).

Davranışçı Kuram

Davranışsal perspektif, bireysel eylemlerin gözlemlenebilir nitelikleri üzerinden bilimsel analizlerle açıklanması gerektiğini öne sürer, böylece bireyin iç dünyasına yönelik varsayımlar yerine dışa vurulan davranışların incelenmesini vurgular. Bu yaklaşımı takip eden uzmanlar, erteleme eylemini ceza, ödül, pekiştirme ve motivasyon gibi temel kavramlar çerçevesinde değerlendirir (Akkaya, 2007). Davranışsal kuram kapsamında öğrenme süreçleri, bir uyaran ile sonuç arasındaki bağlantıya dayanarak gelişir. Eylemler pekiştirildiğinde tekrarlanma şansı yükselirken, cezalandırıldığında bu olasılık düşer. Erteleme davranışının altında yatan sebepleri klasik öğrenme teorilerine dayandırarak inceleyen Ferrari, Johnson ve McCown (1995), ödül ve cezanın önemini belirtmiştir. Bireyler, erteleme davranışları sonucunda ya ödüllendirilmişlerdir ya da gerekli cezayı almamış oldukları için bu davranışı sergilemeye meyilli hale gelmişlerdir.

Motivasyon, erteleme davranışını açıklamaya yönelik başka bir önemli davranışsal kavramdır. Senecal, Koestner ve Vallerand (1995), akademik erteleme davranışını sadece zaman yönetimi eksikliği ya da tembellik olarak görmekten ziyade, daha geniş bir motivasyon problemi olarak tanımlamışlardır. Yeterli motivasyona sahip olmayan öğrenciler, akademik görevlere odaklanmak yerine diğer etkinliklere yönelmeyi tercih edebilirler (McCown ve Johnson, 1991; Solomon ve Rothblum, 1984).

Bilişsel Davranışçı Kuram

Ellis ve Knaus'un (1977) belirlemiş olduğu bilişsel davranışçı kuram, çevresel faktörlerin bireysel duygular ve davranışlar üzerindeki etkilerini, bu süreçte inançların da önemli bir aracılık görevi üstlendiğini ortaya koymaktadır. Bireylerin

deneyimlerden bağımsız olarak belirli durumlara ilişkin bilişsel yorumları, davranış ve duyguların şekillenmesinde etkili olabilmektedir. İrrasyonel inançların, özellikle erteleme eğilimleri üzerindeki belirleyici rolüne dikkat çekilmektedir.

Bilişsel davranışçı yaklaşım, bireylerin dünya ve kendileri hakkındaki tutum, düşünce, inanç ve davranışların birbiriyle tutarlılık gösterdiğini savunmaktadır. Bu tutum ve inançların bir kısmı adaptasyon sürecini kolaylaştırırken, diğerleri ise adaptasyonu zorlaştıran etkilere sahip olabilmektedir. Ellis ve Knaus'a (1977) göre, mantıksız inançlar, bir görevi başlatma ve tamamlama süreçlerini ertelemek için bir motivasyon kaynağı işlevi görmektedir. Aynı çalışmada, ertelemenin kronik bir sorun olarak ele alındığı ve bu durumun on bir temel adımdan oluştuğu belirtilmektedir. Bu adımlar;

- Görevi tamamlama arzusu,
- Karar verme,
- Gereksiz yere geciktirme,
- Görevi yerine getirmemenin dezavantajlarını göz ardı etme,
- Erteleme eğilimini sürdürme,
- Kendine kızgınlık,
- Erteleme davranışını devam ettirme,
- Son ana kadar bekletme ya da tamamlayamama,
- Rahatsızlık hissi,
- Tekrar erteleme yapmama güvencesi kısa bir süre sonra tekrar ertelemenin gerçekleşmesi şeklinde sıralanmaktadır.

Ellis ve Knaus (1977), ertelemenin eşlik eden duygusal durumları olarak kaygı, umutsuzluk ve depresyon duygularını işaret etmişlerdir. Ayrıca, düşük benlik saygısı ve değersizlik hissi gibi duyguların tekrar tekrar yaşandığına dikkat çekilmiştir. Knaus, ertelemeyi rasyonel duygusal bakış açısıyla incelemekte ve erteleyicilerin genellikle kendilerini yetersiz buldukları, dünyayı ise aşırı zor ve talepkâr olarak algıladıkları iki mantıksız inancı sahip olduklarını vurgulamaktadır.

Akademik erteleme davranışını açıklayan çeşitli kuramlar, bu davranışın farklı yönlerini vurgulamaktadır. Psikoanalitik kuram, ertelemeyi egonun kaygı durumunda

kendini koruma mekanizması olarak görürken, davranışçı kuram erteleme ödül ve ceza sistemleriyle pekiştirildiğini belirtir. Bu yaklaşıma göre, erteleme davranışı genellikle cezalandırılmadığı veya ödüllendirildiği için tekrarlanır. Bilişsel davranışçı kuram ise, bireylerin irrasyonel inançlarının ve olumsuz bilişsel yapılarının, erteleme eğilimlerini tetiklediğini savunur. Bu kuram, erteleme davranışını sadece dışa vurulan bir alışkanlık olarak değil, aynı zamanda bilişsel ve duygusal süreçlerin bir ürünü olarak ele alır. Tüm bu yaklaşımlar, erteleme karmaşık ve çok boyutlu bir olgu olduğunu ve bireylerin bu davranışı sergilerken farklı içsel ve dışsal faktörlerin etkisi altında kaldığını öne sürer.

Varoluşçu Kuram

Varoluşçu yaklaşımı benimseyen kuramcılara göre, her bireyin eyleme geçme ya da eylemsizlikte bulunma potansiyeli vardır ve eylemsizlik de bir tercih olarak görülür. Kendi eylemlerimizi seçme özgürlüğümüz bulunur ve bu özgürlük, kaderimizi kısmen belirleme yeteneğimizi ifade eder. Sartre'a göre, var olmanın getirdiği sorumlulukları kabul etmeyip eylemsizlikte bulunmak, aslında bir tercih yapmamaktır (Corey, 2007).

Varoluşçu yaklaşım çerçevesinde, erteleme davranışının öz-farkındalık, özgürlük ve sorumluluk kavramlarıyla yakından ilişkili olduğu gözlemlenmektedir. Öz-farkındalığı yeterince geliştirmemiş bir birey, davranışlarının sorumluluğunu üstlenmeyecektir, bu da erteleme eğilimini artıracaktır. Bu durum, bireyin yapılması gereken görevleri sürekli olarak geciktirmesine ve dolayısıyla kendi özgürlüğünü de kısıtlamasına neden olabilir. Erteleme, bireyin hem sorumluluklarını yerine getirmede başarısız olmasına hem de özgürlüğünü kısıtlamasına yol açar (Aydoğan, 2008)

Öz-farkındalığı olmayan bir birey, mevcut anın farkında değildir ve “şimdi ve burada” kavramını deneyimleyemez. Bu kavram, kişinin o anı yaşamasını, geçmiş ya da gelecekte değil, mevcut anda bulunmasını ifade eder. Varoluşçu yaklaşıma göre, bireyde değişim sağlanabilmesi için, kişinin davranışlarının sorumluluğunu kabul etmesi gerekir. Bu, kişinin kendi davranışlarını sahiplenmesi ve geçmişiyile barışık olması anlamına gelir. Kişinin kendisiyle uyumlu olması, özgün ve gerçek bir benlik

hissini yaşamasına bağlıdır. Bireyin erteleme davranışı varoluşçuluk içinde yer alan şimdi ve burada ile sorumluluk kavramları arasındaki dengeyi bozabilir. Çünkü şimdi ve burada içinde yer alan sorumlulukların birey tarafından yerine getirilmemesi, bireyin otantik varoluşunu, otantik benliğini oluşturmaya engel olması da söz konusu olabilir.

2.1.4. Erteleme Davranış Nedenleri

Çalışmalar, bireysel erteleme eğiliminin çok yönlü nedenlerine ışık tutmaktadır. Bunlar arasında, zaman yönetimindeki yetersizlik, sorumluluk algısının düşük olması, odaklanma sorunları, gerçekçi olmayan beklentiler, başarısızlık korkusu, mükemmeliyetçilik ve yanlış bilişsel değerlendirmeler gibi psikolojik faktörler ön plana çıkmaktadır (Balkıs, 2006). Crowder'ın araştırması, ödev yükünün, hoşnutsuzluk ve tembellik hissi gibi faktörlerle birlikte erteleme davranışının önemli bir nedeni olduğunu göstermektedir (Crowder, 2008). Öğrenciler arasında yapılan bir diğer çalışma ise, risk alma, başarısızlık korkusu, kontrol edilmeye direnç ve tembellik gibi sebeplerin erteleme davranışında belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır (Uzun Özer ve Topkaya, 2011).

Erteleme davranışından kaçınma, bireyin dayanıklılık seviyesi ile yakından ilişkilidir. Düşük dayanıklılığa sahip bireyler baskı altında daha fazla zorlanırken, yüksek dayanıklılığa sahip olanlar, zorluklar karşısında daha etkin çözüm yolları bulma ve kendilerini kontrol altında tutma yeteneğine sahiptirler. Bu durum, sağlıklı bir yaşam sürdürme ve zorlukların üstesinden gelme motivasyonu ile ilişkilendirilir (Fadardi vd., 2010; Madjid vd., 2021).

Ayrıca, bireylerin büyüme ve gelişim sürecinde çevrelerinden aldıkları rol modellerin başarısını aşma isteği, başarısızlıkla sonuçlandığında erteleme davranışına yol açabilir (Kaplan, 2017). Bu durum, özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde sıkça gözlemlenebilir. Bireyler, ebeveynleri, öğretmenleri veya akranları gibi önemli rol modellerin başarılarını aşma hedefi belirlediklerinde, bu hedeflerin altında ezilme veya yetersizlik hissine kapılabilirler. Kaplan (2017) bu durumu, bireylerin başaramama korkusu nedeniyle görevlerini bilinçli veya bilinçsiz olarak ertelemeleriyle ilişkilendirmektedir. Başarıya ulaşamama endişesi, bireyin

özgüvenini zedeleyerek, erteleme davranışını bir savunma mekanizması olarak devreye sokabilir. Sonuç olarak, bu tür beklentilerin ve korkuların birikimi, bireyin sürekli olarak görevlerini ertelemesine ve bu durumun kronik bir sorun haline gelmesine yol açabilir.

Buna göre, erteleme davranışı, birçok psikolojik ve çevresel faktörün bir araya gelmesiyle oluşan karmaşık bir süreçtir. Zaman yönetimi eksikliği, düşük sorumluluk algısı, odaklanma problemleri, mükemmeliyetçilik, başarısızlık korkusu ve yanlış bilişsel değerlendirmeler gibi bireysel faktörler, erteleme eğilimini tetikleyen başlıca etkenlerdir. Ayrıca, rol modellerin başarılarını aşma arzusu gibi çevresel faktörler, özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde bireylerin erteleme davranışına yönelmesine yol açabilir. Sonuç olarak, erteleme davranışını anlamak ve önlemek için bu çok yönlü nedenlerin dikkate alınması gerekmektedir.

2.2. Akademik Erteleme

Erteleme, belirlenmiş süre içerisinde tamamlanması gereken işlerin yerine getirilmemesi ve bunun yerine diğer etkinliklere yönelmesi şeklinde tanımlanabilir. Akademik erteleme ise özellikle sınavlara hazırlanma, ödev teslimi gibi akademik yükümlülüklerin ertelenmesi veya ertelemenin planlanması sürecidir (Solomon ve Rothblum, 1984; Steel, 2007). Akademik erteleme eğilimindeki öğrenciler genellikle akademik sorumluluklarını yerine getirmek yerine, akıllı telefonlarında vakit geçirmek gibi cazip fakat az verimli etkinliklere yoğun zaman harcamaktadırlar. Bu eğilim, uzun vadeli ve daha verimli işlerin gerçekleştirilmesini ertelemekte ve olumsuz sonuçlar doğuracağı öngörülse de akademik yükümlülüklerin bilinçli olarak ertelenmesine neden olmaktadır (Klassen vd., 2008). Öğrenciler, akademik erteleme sonucunda ortaya çıkacak olumsuzlukların farkında olmalarına rağmen akademik görevlerini ertelemeyi tercih etmektedirler (Steel ve Klingsieck, 2016).

Bireyler, yaşamlarının pek çok aşamasında çeşitli sorumluluklar üstlenmektedirler. Bu sorumlulukların başarı ile tamamlanması, günlük yaşam, akademik başarı ve iş için oldukça önem taşımaktadır. Öğrenciler, akademik yaşamları boyunca çok sayıda sorumlulukla karşılaşmaktadırlar. Bu sorumlulukların bazıları başarılı bir şekilde yerine getirilirken, diğerleri ya geç tamamlanmakta ya da hiç tamamlanamamaktadır

(Kaya ve Odacı, 2019). Schouwenburg (1995) akademik ertelemeyi dört farklı biçimde açıklamaktadır. Bunlar;

- Birey, çalışmaya başlama zamanını planlamayı arzu eder ancak bu planlamayı ertelemektedir.
- Birey, planladığı çalışma zamanını ertelemektedir.
- Birey, çalışmaya başlama niyetinde bulunur, fakat harekete geçmek konusunda tutarsızlık yaşamaktadır.
- Birey çalışmaya oturur, ancak görevi dışında farklı faaliyetlerle meşgul olmaktadır.

Akademik erteleme, çalışma ya da öğrenme ile ilgili görev ve sorumlulukların kısıtlı bir süre için geciktirilmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Genel anlamda kişinin, daha kötü sonuçlar beklendiği halde, akademik sorumluluklarını bilinçli olarak ertelemesi olarak ifade edilmektedir (Steel ve Klingsieck, 2016).

Akademik erteleme, sadece derslere geç çalışma ve teslim tarihlerini kaçırma biçiminde değil, aynı zamanda düşük ders ve dönem notlarıyla sonuçlanan bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Bu eğilimin sadece davranışsal bir boyutu olmayıp, bilişsel ve duygusal kişilik bileşenlerini de içerdiği belirtilmektedir (Ferrari vd., 1992). Ellis ve Knaus'un çalışmaları, birçok bireyin ertelemeyi bilmesine rağmen bu davranışı durduramadığını ve bu durumun öğrenciler üzerinde olumsuz duygusal etkiler yarattığını ortaya koymaktadır (Schouwenburg, 1995). Bu durumun öğrencilerin kendilerini kötü hissetmelerine ve akademik başarısızlıklar yaşamalarına neden olduğu gözlenmektedir (Akbay ve Gizir, 2010).

Birçok öğrenci akademik görevlerini belirli bir seviyede ertelemektedir. Ayrıca yaklaşık dörtte bir öğrenci, bu ertelemenin kendilerini bir miktar stres altına soktuğunu ve akademik performanslarının düşmesine yol açtığını ifade etmektedir (Ferrari vd., 1995; Hill, Hill, Chabot ve Barrall, 1978; Solomon ve Rothblum, 1984). Solomon ve Rothblum (1984)'un yaptığı araştırmada, katılımcıların %46'sının neredeyse her zaman dönem ödevlerini, %27,6'sının sınavlara çalışmayı ve %30,1'inin haftalık okuma görevlerini erteledikleri tespit edilmektedir.

Görüldüğü gibi, akademik erteleme ile ilgili araştırmalarda çeşitli nedenler ve sonuçlar ortaya konmuştur. Akademik erteleme, genellikle öğrencilerin akademik sorumluluklarını bilinçli olarak geciktirmesi ve bu süreçte alternatif, ancak daha az

verimli etkinliklere yönelmesi olarak tanımlanmaktadır (Solomon ve Rothblum, 1984; Steel, 2007). Bu erteleme eğilimi, akıllı telefon kullanımının yaygınlaşması ve öğrenci motivasyonunun azalması gibi faktörlerle ilişkilendirilmiştir (Klassen vd., 2008). Ayrıca, Schouwenburg (1995) akademik ertelemeyi dört farklı biçimde açıklamış ve bu davranışın çeşitli nedenlerle ortaya çıkabileceğini belirtmiştir. Araştırmalar, erteleme davranışının, düşük akademik performans, stres ve olumsuz duygusal etkilerle ilişkilendirildiğini göstermektedir (Ferrari vd., 1992; Ellis ve Knaus, 1995). Bu bulgular, akademik erteleme ile ilgili çeşitli faktörlerin ve etkilerin göz önünde bulundurulmasının önemini vurgulamaktadır. Dolayısıyla, akademik erteleme eğilimini anlamak ve yönetmek için bu faktörlerin daha derinlemesine incelenmesi ve öğrencilerin bu süreçte yaşadıkları zorlukların ele alınması gerekmektedir.

2.2.1. Akademik Erteleme Nedenleri

Yapılan araştırmalar, ilkokuldan üniversiteye kadar her eğitim kademesinde akademik erteleme sorununun varlığını ortaya koymaktadır (Damacela vd., 2000, s.225). Solomon ve Rothblum'un (1984) araştırmasına göre, öğrencilerin akademik görevleri yerine getiremeyeceği düşüncesi, başarısızlık korkusuna yol açmakta ve bu da öğrencilerin başarısızlıkla yüzleşmemek için görevlerden kaçınmasına neden olmaktadır. Hussain ve Sultan (2010) ise eleştirilme kaygısı taşıyan öğrencilerin, akademik görevlere başlama veya bu görevleri yerine getirme konusunda tereddüt yaşamalarının akademik erteleme davranışını tetiklediğini belirtmektedir. Bu faktörler, akademik ertelemeyi anlamada önemli değişkenler olarak değerlendirilmektedir.

Sosyotelizm (Parmaksız, 2022), akılcı olmayan inançlar (Ariöz, 2022), düşük öz yeterlilik ve duygusal zekâya (Chow, 2011) sahip olunması; zayıf akademik öz yeterlilik ve akademik motivasyon eksikliği (Akbay ve Gizir, 2010), öğrenmeye yönelik olumsuz tutumlar ve zaman yönetimindeki başarısızlık (Balkis vd., 2006); öz kontrol yetisinin sınırlı olması (Ceyhan ve Çetin, 2017); aşırı koruyucu ebeveyn davranışları, sorumluluk almaktan kaçınma, başarısızlık korkusu, tembellik (Özer ve

Altun, 2011; Haghbin vd., 2012) ve uygun olmayan çalışma ortamları (Lay vd., 1992) akademik erteleme davranışının temellerini oluşturmaktadır.

Schraw ve diğerleri (2007), üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışını etkileyen altı faktörü belirtmektedir.

- *Asgari Zaman:* Üniversite öğrencileri, sosyal aktiviteler, iş yükümlülükleri veya diğer akademik sorumluluklar nedeniyle kısıtlı zamanlara sahiptirler. Öğrenciler, kişisel ve sosyal faaliyetlere ağırlık vererek bu alanlara daha fazla zaman ayırma çabası içinde olduklarından, akademik görevlere daha az zaman ayırmak zorunda kalmaktadırlar.
- *Verimliliği Arttırmak:* Üniversite öğrencileri, genellikle dönem sonuna doğru akademik görevlerini yoğun bir şekilde tamamlama eğiliminde bulunmaktadır. Öğrenciler, bu yoğun çabanın yaratıcılığı ve iş kalitesini artırdığına ve aynı zamanda çalışmanın başlangıcında olası boşa geçen süreleri minimize ettiğine inanmaktadırlar.
- *Duygusal Zirveler:* Öğrenciler, akademik görevlerin tamamlanması için son teslim tarihlerine yaklaşıldıkça çalışma motivasyonlarının yükseldiğini ve dikkat dağınıcılık etmenlerin cazibesinin azaldığını belirtmektedirler. Bu durum, genellikle sıkıcı olarak algılanan akademik görevleri daha ilgi çekici hale getirmektedir.
- *Eğitmen Tutumu:* Esnek davranan ve görevlerin sıkı takibini yapmayan öğretmenler, öğrencilerin erteleme eğilimini artırmaktadır. Böylece, öğretmenlerin tutumları, öğrencilerin erteleme davranışlarını etkilemektedir.
- *Ertelemeyi Güçlendiren Stratejiler:* Akademik görevleri erteleyen bireyler, fiziksel yorgunluk, psikolojik olumsuzluk ve suçluluk hislerinden korunmak amacıyla psikolojik savunma stratejileri geliştirmektedir. Bu bireyler, kendilerini kötü bir davranış sergiliyor olarak gördükleri için performans beklentilerini düşürmektedir. Ayrıca sınırlı çalışma süresi nedeniyle akademik görevlerin kritik noktalarına odaklanmak yerine daha az önemli detayları göz ardı etmektedirler.
- *Ödüllendirme:* Akademik görevlerde ödüllendirilen öğrenciler, bu olumlu geri bildirimlerin erteleme davranışlarını pekiştirdiğini gözlemlemektedir. Dolayısıyla öğrenciler görevleri yerine getirdiklerinde aldıkları olumlu dönütler, erteleme eğilimlerini güçlendirmektedir.

Görüldüğü gibi akademik erteleme nedenlerini gruplamak zor olsa da, Schraw ve arkadaşlarının (2007) belirttiği altı faktör bu davranışın çeşitli yönlerini anlamamıza yardımcı olabilir. Üniversite öğrencilerinin sınırlı zamanları, genellikle sosyal ve akademik yükümlülüklerle bölündüğünden, akademik görevlere yeterince zaman ayıramamaları bir neden olarak öne çıkmaktadır. Ayrıca, öğrenciler dönem sonunda görevlerini tamamlamayı tercih edebilirler çünkü bu süreç yaratıcılığı artırabilir ve başlangıçtaki boşa geçen süreleri minimize edebilir. Son teslim tarihlerine yaklaşıldıkça motivasyonun artması ve dikkat dağıtıcı unsurların azalması da bir diğer etken olarak görülmektedir. Öğitmenlerin esnek tutumları ve sıkı takip eksiklikleri, öğrencilerin erteleme eğilimlerini artırabilir. Ayrıca, ertelemeyi güçlendiren psikolojik savunma stratejileri ve sınırlı çalışma süresi nedeniyle detaylara odaklanmama, bu davranışı pekiştirebilir. Son olarak, akademik görevlerde ödüllendirme, olumlu geri bildirimlerin erteleme davranışını güçlendirdiğini göstermektedir. Bu faktörlerin hepsi, akademik erteleme karmaşıklığını ve çeşitli boyutlarını gözler önüne sermektedir.

2.2.2. Akademik Erteleme Sonuçları

Çalışmalar, akademik erteleme öğrencilere zararlı içsel ve dışsal sonuçlar doğurduğunu belirtmektedir (Steel ve Klingsieck, 2016; Ashraf ve diğerleri, 2023). İçsel sonuçlar arasında kendini kınama, pişmanlık, üzüntü, stres, hayal kırıklığı, depresyon ve kaygı yer almaktadır (Sirois, 2014). Dışsal sonuçlar ise akademik ve iş hayatındaki performans düşüklüğü, gergin ilişkiler, kaçırılan fırsatlar, sosyal çevre yoksunluğu, düşük ağırlıklı not ortalaması, başkalarından alınan olumsuz tepkiler, finansal maliyetler ve kariyer planlamalarının aksaması şeklinde sıralanmaktadır (Klassen vd., 2008; Steel ve Klingsieck, 2016).

Akademik erteleme sağlık üzerindeki etkileri incelendiğinde, bu davranışın zihinsel stres, fiziksel tepki olarak stres, yorgunluk, hastalıklara karşı daha yüksek bir duyarlılık yaratma ve uyku sorunları gibi olumsuz sonuçlar doğurduğu belirlenmiştir (Patrzek vd., 2012; Rothblum vd., 1986; Tice ve Baumeister, 1997). Ek olarak, doktora öğrencileri arasında yapılan bir araştırma, bu öğrencilerin tezlerini ve araştırmalarını yarıda bırakma eğiliminde olduklarını göstermektedir. Bu durum

ertelemenin akademik başarı üzerindeki olumsuz etkisini kanıtlamaktadır (Hidayah ve Muawanah, 2020). Ayrıca erteleme davranışı sergileyen öğrenciler benlik algılarının zarar gördüğünü ve hayal kırıklığına uğradıklarını ifade etmektedirler (Shaked ve Altarac, 2022).

Kısa vadeli sonuçlar ele alındığında ise akademik ertelemenin kişi üzerinde farklı bir etki bıraktığı gözlemlenmektedir. Bu davranış, duygusal durumu olumlu yönde etkileyerek kısa vadede stresi azaltmaktadır. Akademik ertelemenin bu olumlu kısa vadeli etkileri, negatif uzun vadeli sonuçlarını göz ardı ederek, bireylerin bu davranışı tekrar seçmelerine neden olmaktadır. Ayrıca erteleme davranışı, diğer arzulanacak faaliyetlere yer açarak bir pekiştirici olarak işlev görmektedir (Svartdal ve Lokke, 2022). Bir başka deyişle akademik erteleme, kısa vadede stresi azaltarak duygusal rahatlama sağlasa da, bu geçici rahatlama, bireylerin uzun vadede karşılaşacakları olumsuz sonuçları göz ardı etmelerine ve erteleme davranışını pekiştirerek tekrar etmelerine yol açmaktadır. Ancak bu durumun birey için işlevsel olup olmadığı belirsizdir.

2.2.3. Akademik Erteleme Davranışına Yönelik Müdahaleler

Akademik erteleme davranışlarına yönelik yapılan çalışmaların incelenmesi, çoğunluğunun randomize kontrollü deneysel bir yapıya sahip olmamasından ötürü yetersiz kaldığına işaret etmektedir ve etkin müdahale örneklerinin sınırlı olduğu belirlenmektedir (Rozenal ve Carlbring, 2014). Bu davranışı azaltma amacı güden yaklaşımlar, literatürde büyük ölçüde üç ana grupta sınıflandırılmaktadır; bunlar terapötik tedavi, terapötik önleyici tedbir ve eğitmen/öğretmen müdahalesidir. İlk iki grup arasındaki temel fark, terapötik müdahalenin uygulanma zamanının farklı olmasıdır (Zacks ve Hen, 2018). Terapötik tedavi yöntemleri, öğrencinin erteleme davranışını sergiledikten sonra müdahale etmeyi amaçlamakta, terapötik önlemler ise bu davranışın meydana gelmesini engellemeyi hedeflemektedir (Uzun Özer vd., 2013). Öğretmen müdahalesi ise, öğrencinin ders aldığı eğitmen tarafından yapılan terapötik olmayan müdahalelerle akademik erteleme davranışını azaltmayı amaçlamaktadır (Zacks ve Hen, 2018).

Son zamanlarda yapılan çalışmalar, akademik ertelemeyi azaltmaya yönelik terapötik müdahalelerin, özellikle grup ortamında gerçekleştirilen davranışçı ve bilişsel davranışsal terapi programlarının etkili olduğunu göstermektedir (Uzun zer vd., 2013; Tuckman ve Schouwenburg, 2004; Scent ve Boes, 2014). Öğretmenlerin tasarladığı müdahale yöntemleri, öğrencilerin daha önceki erteleme alışkanlıklarından bağımsız olarak uygulaması pratik ve etkili olacak şekilde düzenlenmiştir. Bu müdahaleler arasında önceden haber verilmeyen haftalık kısa sınavlar, SMS ile hatırlatmalar ve eğitmenle yapılan dev gecikmelerini tartışma toplantıları yer almaktadır (Tuckman, 1998; Isbell ve Cote, 2009; Davis ve Abbitt, 2013; Rasheed vd., 2020). Bununla birlikte, Steel ve Klingsieck (2016) sorumluluk kişilik özelliğinin erteleme davranışının temelinde yattığını belirlemişler ve bu davranışa yönelik müdahalelerin bireysel özelliklere göre uyarlanması gerektiğini önermektedir.

Diğer yaklaşımlar genellikle anlık motivasyon üzerine kurulu öz yönetim ve öz düzenleme stratejilerini benimsemekte, ayrıca dikkat dağıtıcı unsurları elimine etme ve zaman yönetimi teknikleri ile motivasyonu güçlendirme önermektedir (Klingsieck, 2013; Rozental vd., 2018). Bununla birlikte, mantıksız görünen ve hedef davranışların yerini alan erteleme eylemlerinin neden tercih edildiğini inceleyen işlevsel analizler, akademik ertelemenin önlenmesi ve azaltılmasında etkili olmaktadır (Svartdal ve Lokke, 2022). Davranışsal zincir analizi olan ABC modelinin de erteleme sorunlarına yönelik müdahalelerde uygulanabilir olduğu kanıtlanmaktadır (Stein vd., 2021). Ayrıca, duygularla adaptif başa çıkma modelini (Berking ve Whitley, 2014) kullanan Schuenemann ve diğerleri (2022), duygu düzenleme becerilerini geliştirme üzerine odaklanan bir müdahalenin ertelemeyi azaltabileceğini göstermektedir. Ek olarak, kendinelik müdahalelerinin, kişinin rahatsız edici duygularla başa çıkma çalışmaktan kaçınarak can sıkıcı görevlerden kaçınmasını engellemekte ve böylece erteleme davranışını azaltmada yardımcı olduğuna dikkat çekilmektedir (Rad vd., 2023). Kendinelik müdahalelerini içeren grup çalışmalarında bu etki akademik erteleme davranışını azaltmaya yönelik olarak da kanıtlanmaktadır (Blouin-Hudon ve Pychyl, 2017; Johnstone vd., 2020; Rad vd., 2023).

Yukarıda belirtilen tüm terapötik müdahalelerin sonuçlarına göre, kendilik ve davranışsal ilkeleri kapsayan bilişsel davranışçı terapiler kategorisinde yer alan

ACT'nin etkilerinin daha kalıcı olduğu düşünülmektedir. Ayrıca yapılan karşılaştırmalı çalışmalar bu farklılığı desteklemektedir (Hayes vd., 1999). Özellikle Wang ve diğerleri (2017) tarafından yürütülen çalışmada, 8 hafta süren BDT ve ACT grup müdahalelerinin akademik erteleme davranışını azaltma üzerine etkileri karşılaştırılmıştır. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, her iki grup da kontrol grubuna göre akademik erteleme davranışında anlamlı bir azalma göstermiş, ancak bu etkinin üç ay sonraki izlem testlerinde sadece ACT grubunda sürdüğü belirlenmiştir. Dolayısıyla akademik erteleme davranışını azaltmada uzun vadeli etkisi gösterildiği için ACT tabanlı terapi yöntemlerinin kullanılması önerilmektedir (Kohli vd., 2022,).

Özetle, akademik erteleme davranışını azaltmaya yönelik müdahaleler, genellikle terapötik tedavi, terapötik önleyici tedbir ve öğretmen müdahalesi olarak sınıflandırılmaktadır. Bu müdahaleler arasında özellikle bilişsel davranışçı terapi (BDT) ve kabul ve kararlılık terapisi (ACT) öne çıkmakta, ACT'nin uzun vadeli etkilerinin daha kalıcı olduğu belirtilmektedir. Özellikle grup ortamında uygulanan bu terapilerin, erteleme davranışını azaltmada etkili olduğu kanıtlanmıştır.

2.2.4. Akademik Erteleme ile İlgili Diğer Bazı Değişkenler

Akademik erteleme ile ilgili araştırmalar incelendiğinde, benlik saygısı (Aydoğan, 2008; Tanrıku, 2013; Akyol, 2018; Kaya, 2020), akademik öz yeterlik (Akbay, 2009; Uzun Özer, 2010; Demir, 2024; Çayır, 2024; Kaplan, 2017; Seo, 2008; Klassen, Krawchuk ve Rajani, 2007; Steel, 2007; Wolters, 2003; Haycock, McCarthy ve Skay, 1998; Ferrari, Parker ve Ware, 1992; Tuckman, 1991), sosyal destek algısı (Yıldırım, 2011), anababa tutumları (Ulukaya, 2012; Yatgın, 2014), sosyal medya kullanım sıklığı (Günay, 2019), facebook tutumu (Akkuş, 2018), internet bağımlılığı (Can, 2018; Demir, 2017), kaygı düzeyleri (Güner, 2008), akıllı telefon bağımlılığı (Demir, 2024; Güngör ve Koçak, 2020; Çam, 2021), düşünme ve karar verme tarzı (Balkıs, 2006) ve bazı demografik değişkenlere göre yoğunlaştığı söylenebilir.

Benlik saygısı ile akademik erteleme davranışı arasındaki ilişki üzerine yapılan araştırmalar, benlik saygısının düşük olmasının erteleme eğilimini artırdığını göstermektedir. Aydoğan (2008) ve Akyol (2018), benlik saygısı düşük olan öğrencilerin, akademik görevlerini erteleme eğiliminde olduklarını tespit etmişlerdir.

Bu bulgu, Tanrıkulu'nun (2013) çalışmasıyla da uyumlu olup, benlik saygısının artmasının erteleme davranışını azalttığını göstermektedir. Kaya (2020) ise benlik saygısı yüksek olan öğrencilerin, daha az erteleme eğiliminde olduklarını belirtmiştir.

Akademik öz yeterlik, erteleme davranışını önemli ölçüde etkileyen bir diğer faktördür. Akbay (2009) ve Uzun Özer (2010), akademik öz yeterlik düzeyinin düşük olmasının, öğrencilerin görevlerini erteleme eğilimini artırdığını göstermiştir. Kaplan (2017) ve Seo (2008) de benzer şekilde, akademik öz yeterlik arttıkça, erteleme davranışının azaldığını belirtmişlerdir. Benzer şekilde bu araştırma sonuçları da, akademik öz yeterlik eksikliğinin, öğrencilerin erteleme eğilimlerini artırdığına işaret etmektedir (Tuckman, 1991; Haycock, McCarthy ve Skay 1998; Ferrari, Parker ve Ware,1992; Klassen, Krawchuk ve Rajani ,2007; Steel, 2007; Wolters, 2003).

Sosyal destek algısı ile akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkiyi inceleyen Yıldırım (2011), sosyal destek algısı yüksek olan öğrencilerin, erteleme davranışına daha az eğilim gösterdiklerini tespit etmiştir. Bu durum, öğrencilerin çevresel destek unsurlarının, akademik sorumluluklarını yerine getirmede önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Anne-baba tutumlarının, öğrencilerin erteleme davranışları üzerindeki etkisi, çeşitli araştırmalarda incelenmiştir. Ulukaya (2012) baskıcı anne-baba tutumlarının erteleme davranışını artırdığını belirtirken, Yatgın (2014) ise destekleyici anne-baba tutumlarının, erteleme davranışını azalttığını ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, aile ortamının ve ebeveyn tutumlarının, öğrencilerin akademik sorumluluklarını nasıl algıladıklarını ve yerine getirdiklerini etkilediğini göstermektedir.

Güney (2019), sosyal medya kullanım sıklığının artmasının, akademik erteleme davranışını da artırdığını tespit etmiştir. Bu bulgu, sosyal medya kullanımının, öğrencilerin akademik görevlerinden uzaklaşmalarına ve erteleme eğilimlerinin artmasına neden olabileceğini göstermektedir.

Facebook kullanımı üzerine yapılan araştırmalarda, Akkuş (2018) Facebook kullanımının yoğunluğunun, öğrencilerin akademik erteleme davranışlarını artırdığını belirtmiştir. Bu durum, sosyal medya platformlarının, öğrencilerin dikkatlerini dağıtarak akademik sorumluluklarını yerine getirmelerini engelleyebileceğini ortaya koymaktadır.

İnternet bağımlılığı, akademik erteleme davranışını olumsuz etkileyen faktörlerden biridir. Can (2018) ve Demir (2017), internet bağımlılığı ile erteleme davranışı arasında pozitif bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Bu bulgular, internet bağımlılığının, öğrencilerin akademik sorumluluklarını ertelemelerine yol açtığını göstermektedir.

Kaygı düzeylerinin akademik erteleme üzerindeki etkisi, Güner (2008) tarafından incelenmiş ve kaygı düzeyi yüksek olan öğrencilerin, akademik görevlerini erteleme eğiliminde oldukları gözlemlenmiştir. Bu sonuç, kaygının, öğrencilerin akademik performansını olumsuz etkileyen bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır.

Demir (2024) ve Çam (2021), akıllı telefon bağımlılığının, öğrencilerin akademik erteleme davranışını olumsuz yönde etkilediğini belirtmişlerdir. Güngör ve Koçak (2020) da benzer şekilde, akıllı telefon bağımlılığının, öğrencilerin akademik sorumluluklarını erteleme eğilimlerini artırdığını tespit etmiştir. Bu bulgular, akıllı telefon kullanımının, öğrencilerin dikkatlerini dağıtarak akademik görevlerini yerine getirmelerini engellediğini göstermektedir.

Düşünme ve karar verme tarzları, erteleme davranışını etkileyen önemli faktörlerden biridir. Balkıs (2006), impulsif karar verme tarzlarının, erteleme eğilimlerini artırdığını belirtmiştir. Bu bulgu, öğrencilerin düşünme ve karar verme süreçlerinin, akademik sorumluluklarını yerine getirmede nasıl bir rol oynadığını göstermektedir.

Cinsiyet değişkenine göre akademik erteleme davranışı ile ilgili araştırmalara bakıldığında;, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla erteleme davranışı sergilediği bulgusuna ulaşan araştırma sonuçları varken (Uzun Özer, Demir ve Ferrari, 2009; Balkıs, 2006; Solomon ve Rothblum, 1984; Çelik, 2014; Kandemir, 2010) cinsiyetin akademik erteleme üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı (Steel, 2007; Çakıcı, 2003; Effert ve Ferrari, 1989; Çavdar, 2020; Oran, 2016; Kutlu ve Demir, 2016) araştırma sonuçları da mevcuttur. Bununla birlikte kızların erkeklere göre daha çok erteleme davranışı sergilediği sonucuna ulaşan araştırma sonuçları da vardır (Demir ve Ferrari, 2009, Haycock, McCarthy ve Skay, 1998).

2.3. Akıllı Telefon Bağımlılığı

2.3.1. Akıllı Telefon

Akıllı telefon teknolojisinin sürekli gelişimi, günümüzde birçok insanın bu cihazlara erişimini önemli ölçüde arttırmaktadır. İstatistiki verileri sunan bir internet sitesine göre, Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan insanların yüzde 85'i akıllı telefon kullanıcısıdır. Aynı sitede yayınlanan 2022 tarihli verilere göre ise dünya genelinde yaklaşık 6,65 milyar insan akıllı telefon kullanmaktadır (Zippia, 2022). Yayınlanan bu veriler, akıllı telefonların ne kadar yaygın tercih edildiğini ve yaşamımızın bir parçası haline geldiğini göstermektedir.

Geçmişte yalnızca iletişim amaçlı kullanılan mobil telefonların aksine, günümüzdeki akıllı telefonlar çok çeşitli işlevler sunmaktadır. Bu imkânların genişlemesi, bireylerin akıllı telefonlara olan ilgisini arttırmaktadır. Artan bu ilgi, akıllı telefonların insanı anlama çabalarında kilit bir rol oynamasına neden olmaktadır. Akıllı telefonların insan hayatına olan etkileri hem olumlu hem de olumsuz yönleriyle binlerce akademik çalışmanın konusu olmuştur.

Akıllı telefonların insan yaşamına etkisi çeşitli sektörlerde kendini göstermektedir. İş dünyasında, mobil uygulamaların katkısıyla reklamcılık alanında bir canlanma yaşanmaktadır. Ayrıca bu cihazlar aracılığıyla internete hızlı erişim sağlanması, bilgiye ulaşımı önemli ölçüde kolaylaştırmaktadır. Akıllı telefonlar sayesinde öğrenciler bilgi araştırma ve erişim süreçlerini daha rahat yürütebilmektedir. Bununla birlikte eğitim alanında akıllı telefonların getirdiği bazı riskler de bulunmaktadır. Örneğin, yapılan bir araştırmaya göre bireyler, herhangi bir gereksinim olmaksızın günlük olarak telefonlarını ortalama 34 kez kontrol etmektedir (Cohen, 2011). Bu durum özellikle eğitim çağındaki çocuklara erken yaşta telefon kullanımı izni veren ebeveynler açısından endişe verici olabilmektedir. Çocuklarda sosyal etkileşimden uzaklaşma, göz sağlığının bozulması ve çevrimiçi oyunlara bağımlılık gibi ciddi sorunlara yol açabilmektedir.

2.3.2. Bağımlılık

Bağımlılık kavramı, Latince kökenli “*addicere*” kelimesinden türemiş olup, “*adamak*” anlamına gelmektedir (Harper, 2022). Karim ve Chaudhri (2012) tarafından bağımlılık; durdurulması zor bir dürtü ile tetiklenen, tekrarlanan eylemler neticesinde bireyin kaçış, gerginlik, sakinleşme ve kaygılarının hafiflemesine yol açan bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Bu süreç, bireylerin kendilerini bir ilişkiye kaptırdıkları durumlarda belirginleşir ve öylesine olumsuz sonuçlar doğurur ki, zararlı bu etkinlikler kayda değer bulunmaktadır (Peele, 2000). Herhangi bir maddeye veya deneyime karşı kontrol edilemeyen arzu, bağımlılık olarak nitelendirilmektedir. Bu durumlar gereksinim olarak görülen deneyimlerin tekrarlanmasına ve bireylerin normal işlevselliklerinin ve yaşam kalitelerinin olumsuz yönde etkilenmesine sebep olmaktadır. Goodman (1990) tarafından önerilen bağımlılık bozukluğu tanı kriterleri şunlardır;

- a. Belli bir davranışı gerçekleştirmeye yönelik dürtülere direnmede sürekli başarısızlık yaşanmaktadır.
- b. Davranış başlamadan önce artan bir gerginlik duygusu yaşanmaktadır.
- c. Davranış gerçekleştirildiğinde zevk veya rahatlama hissi alınmaktadır.
- d. Davranış sürerken kontrol eksikliği hissedilmektedir.
- e. Aşağıdaki özelliklerden en az beşi mevcut olmaktadır:
 - Davranış veya bu davranışa hazırlık niteliğindeki etkinliklerle sık sık meşgul olunmaktadır.
 - Davranış, niyetlenilenden daha geniş bir kapsamda veya daha uzun süre boyunca sık sık gerçekleştirilmektedir.
 - Davranışı azaltma, kontrol etme veya durdurma yönünde tekrarlanan çabalar gösterilmektedir.
 - Davranış için gerekli olan faaliyetlere, davranışa girişmeye veya etkilerinden kurtulmaya çok fazla zaman harcanmaktadır.
 - Mesleki, akademik, ev içi veya sosyal yükümlülüklerin yerine getirilmesi gerektiğinde bu davranış sıklıkla sergilenmektedir.
 - Davranış nedeniyle önemli sosyal, eğlence ve meslek etkinliklerinin durdurulması veya azaltılması yaşanmaktadır.

- Davranışın neden olduğu veya daha da kötüleştirdiği, kalıcı veya tekrarlayan sosyal, mali, psikolojik veya fiziksel sorunlar olduğu bilinmesine rağmen davranış sürdürülmektedir.
- Tolerans, istenilen etkiyi elde etmek veya aynı yoğunlukta davranışı sürdürerek azalan etkiyi elde etmek için davranışın yoğunluğunu veya sıklığını artırma ihtiyacı duyulmaktadır.
- Davranış gerçekleştirilemediğinde huzursuzluk veya sinirlilik hissedilmektedir.
- f) Bozukluğun bazı belirtileri en az 1 ay süreyle veya daha uzun bir süre boyunca tekrar tekrar ortaya çıkmaktadır.

Bağımlılık, bireyin sağlık risklerini artırabilen ve kişisel ile sosyal sorunlara yol açabilen, tekrar eden bir alışkanlık örüntüsü olarak tanımlanmaktadır. Bu davranış biçimleri, bireyler tarafından genellikle kontrol kaybı olarak algılanmakta ve istemli olarak engelleme veya sınırlı kullanım çabalarına karşın devam etmektedir. Bu tür alışkanlık örüntüleri, genellikle anlık doyum sağlama ve sıklıkla uzun vadeli zararlı sonuçlar ile karakterize edilmektedir (Griffiths, 2009). Bağımlılık ister davranışsal ister kimyasal olsun, genellikle ilk maruziyet ve ardından gelen tekrarlanan uyarıcı dizisi ile tanımlanmaktadır. Böylece bağımlılık oluşmaktadır (Warden vd., 2004,). Kontrol dışı gerçekleşen bu davranışlar, aynı davranışın tekrar meydana gelmesi ve sürmesi anlamına gelmektedir. Kaygı, depresyon, kompulsif davranışlar, saldırganlık, dürtüsellik ve dikkat bozuklukları gibi birlikte görülen durumlar göz önünde bulundurulduğunda, dürtü ve psikiyatrik bozuklukların incelenmesi, temel sorunları aydınlatmada faydalı olabilmektedir (Martin ve Petry, 2004). Bağımlılık, psikolojik, fiziksel veya davranışsal biçimlerde ortaya çıkabilmektedir. Özellikle ele alınan akıllı telefon bağımlılığı, davranışsal bağımlılık kategorisinde yer almaktadır.

2.3.3. Akıllı Telefon Bağımlılığı

Akıllı telefonlar hem bilgisayar hem de telefon işlevlerini bir arada sunan dokunmatik ekranlı cihazlardır. Bu cihazlar, internet ve sosyal medya platformlarına hızlı erişim sağlayarak mesajlaşmayı ve iletişimi kolaylaştırmaktadır (Ting ve Chen, 2020, s.215). Ayrıca oyunlar, fotoğraf albümleri, elektronik kitaplara erişim ve

multimedya oynatıcılar gibi çeşitli eğlence imkanları da sunmaktadır. Akıllı telefonlar, Küresel Konumlandırma Sistemi (GPS), kayıt cihazları, kamera, saat, tercüman, radyo, el feneri, uzaktan kumanda, hesap makinesi ve sağlık izleyicileri gibi temel araçları da içermektedir (Ting ve Chen, 2020). Bunların yanı sıra, fatura ödeme, bankacılık, sağlık ve eğitim hizmetleri gibi gündelik hayatı kolaylaştıran üretken faaliyetlere erişim de giderek yaygınlaşmaktadır (Tossel, vd., 2015). Günümüzde akıllı telefonlar, sadece cep telefonlarının fonksiyonlarını üstlenmekle kalmayıp, kişisel bilgisayarlar ve diğer birçok cihazın yerini de almaktadır (Samaha ve Hawi, 2016).

Akıllı telefon kullanımının yaygınlaşmasıyla birlikte bu cihazların aşırı kullanımı ciddi bir toplumsal mesele haline gelmiştir. Sürekli erişim ve sık sık alınan bildirimler, kullanıcıları bu cihazlara daha fazla bağlanmaya itmektedir. Bu durum, “*akıllı telefon bağımlılığı*” olarak tanımlanan, teknolojiye dayalı bağımlılıklar kategorisine girmektedir (Lin, vd., 2014). Lin ve arkadaşlarının belirttiği üzere, akıllı telefon bağımlılığı, teknolojik bağımlılıkların özgün bir türü olarak değerlendirilmektedir. Griffiths’a (1996) göre ise, bu tür bağımlılıklar, kimyasal temelli olmayan, makine ve insan arasındaki etkileşime dayanan davranışsal bağımlılıklar olarak sınıflandırılmaktadır. Akıllı telefon kullanımının aşırılığı, henüz DSM-5’te veya ICD-10’da resmi bir “*klinik bozukluk*” olarak tanınmasa da bağımlılıkla ilişkili davranışsal özellikler göstermektedir. Şu ana kadar DSM-5, kumar bozukluğunu davranışsal bağımlılık olarak tanıırken, egzersiz, alışveriş ve internet oyunları gibi diğer bağımlılık türleri dürtü bozuklukları arasında yer almaktadır (APA vd., 2020).

Akıllı telefonların yoğun kullanımı ve bunun bireyler üzerindeki etkileri, modern çağda önemli bir araştırma konusu haline gelmiştir. Panova ve Carbonell’in 2018 yılında yaptıkları çalışmada, bireylerin akıllı telefonlarından uzak kaldıklarında ayrılık kaygısı yaşadıkları belirlenmiştir (Panova ve Carbonell, 2018). Bu durum, genellikle bir çocuğun ebeveyninden ayrıldığında hissettiği duygularla benzerlik göstermektedir ve telefonların yaşamımızdaki olumsuz rolü hakkında çarpıcı bilgiler sunmaktadır.

Telefon bağımlılığı, problemlı telefon kullanımı ve kompulsif telefon kullanımı gibi terimler, bireylerin diğer yaşam alanlarını ihmal eder derecede telefonlarına dalmalarını ifade etmek için kullanılmaktadır (Al-Barashdi vd., 2014). Akıllı telefon

kullanımının bağımlılıkla olan ilişkisi üzerine yapılan çalışmalar, hala belirgin bir sonuca ulaşmamıştır. Bağımlılık kavramı, geleneksel olarak alkol ve madde kullanımını içermekteyken, son yıllarda video oyunları, akıllı telefonlar ve internet gibi yeni bağımlılık türleri davranışsal bağımlılıklar kategorisinde değerlendirilmeye başlanmıştır. Psikiyatrik bozukluklar tanı kitabı DSM-5, davranışsal bağımlılıklar için yeni bir bölüm açmış ve bu bölüme şu an için sadece kumar bağımlılığı dahil edilmiştir (Güleç vd., 2015). Bununla birlikte akıllı telefon bağımlılığı kavramı, alanındaki önemini korumaktadır.

Literatürde akıllı telefon bağımlılığını tanımlamak üzere bir fikir birliği oluşmamıştır. Akıllı telefon kullanımı ile ilişkili belirtilerin çeşitliliği, yeni işlevlerin sürekli eklenmesi ve bağımlılıkla ilişkili çeşitli olumsuz sonuçlar, bu alanda bir uzlaşma oluşturulmasını engellemektedir (Takao vd., 2009). Her gün geliştirilen yeni uygulamalar ve kullanım şekillerinin sürekli değişmesi, tanı konulmasını zorlaştırmaktadır. Çünkü her güncelleme yeni araştırmalar gerektirmektedir. Ayrıca bireylerin doğrudan akıllı telefona mı yoksa oynadıkları oyunlara mı bağımlı oldukları konusu tartışılmaktadır. Bu dinamizm, literatürde fikir ayrılıklarına neden olmaktadır.

Akıllı telefon bağımlılığı, kişinin akıllı telefonunu sürekli ve aşırı bir şekilde kullanma eğilimini ifade eden bir durumdur. Bu bağımlılık, bireyin telefon kullanımının sosyal, akademik ve günlük yaşam üzerindeki olumsuz etkilerini göz ardı etmesine yol açar. Akıllı telefon bağımlılığı, genellikle sosyal medya, oyun ve mesajlaşma gibi çeşitli uygulamaların aşırı kullanımıyla karakterize edilir ve kişinin işlevselliğini olumsuz yönde etkileyebilir.

Akıllı telefon kullanımı, bireylerin sosyal açıdan kabul gören pek çok etkinliği gerçekleştirmelerine imkân tanımaktadır. Ancak bu aktivitelerin sağlığa uygunluğunu belirlemek bilim insanları için zorlayıcı bir süreç haline gelmektedir. Yapılan literatür incelemeleri, akıllı telefon bağımlılığını belirleyen birtakım kriterleri ortaya koymaktadır. Bu kriterler şu şekilde sıralanmaktadır;

- Kişinin, telefonundan uzak kaldığı zamanlarda bile telefon kullanımının artması,
- Sürekli olarak mobil telefon kullanma düşüncesinin akılda bulunması,
- Telefon kapatılması gerektiğinde agresif tavırların sergilenmesi,

- Telefon kullanımının gereksiz yere diğer önemli işlerin ertelenmesine neden olması,
- Telefon kullanımının bireyin üretkenliğini ve performansını olumsuz yönde etkilemesi ya da azaltması,
- Kişisel ve sosyal ilişkilerin telefon aracılığıyla kurulması ve bu durumun gerçek hayat ilişkilerini göz ardı etmesi,
- Uzun süreli telefon kullanımlarının derin uyku eksikliğine yol açması,
- Duygusal zorlanmalar ve yalnızlık anlarında telefonun bir rahatlama kaynağı olarak aranması,
- Telefon kullanımını azaltma yönündeki tekrarlayan çabalara rağmen başarısızlıkla sonuçlanması,
- Telefon kullanımıyla zaman algısının kaybolması,
- Mesajların ve bildirimlerin sürekli kontrol edilme ihtiyacı duyulması,
- Yüz yüze iletişimi ihmal etme ve insanlarla iletişim kurmak için ekranları tercih etme,
- Telefon kullanılmadığı zamanlarda gerginlik, dengesizlik ve kaygı hissetme,
- Araç kullanırken ya da yaya olarak karşıdan karşıya geçerken tekrarlayan bir şekilde mobil telefon kullanma dürtüsü,
- Uygunsuz ortamlarda bile aramalara ve mesajlara cevap verme isteği (Naik vd., 2019).

Araştırmalar, bireylerin belirtilen semptomları göstermeleri durumunda akıllı telefon bağımlısı oldukları yönünde işaretler sunmaktadır. Naik ve arkadaşlarının 2019 yılındaki çalışmalarına göre, akıllı telefon kullanıcılarının %62'si bağımlılık belirtileri göstermektedir. Bu, hemen hemen her iki kişiden birinin bahsedilen semptomlardan çoğunu sergilediği anlamına gelmektedir (Naik vd., 2019).

Akıllı telefon kullanımının uzun süreleri, bireyler üzerinde fiziksel etkiler oluşturabilmektedir. Uzun süreli kullanım sonucunda bel, baş ve boyun ağrısı gibi fiziksel şikayetler yaygın olarak rapor edilmektedir. Bunun yanı sıra, genel yorgunluk, göz yorgunluğu, kulak ağrısı, parmak ile eklemlerde ağrı ve vücut ağrıları da sıkça karşılaşılan diğer şikayetler arasında yer almaktadır. Ayrıca uykusuzluk da aşırı ve kötüye kullanımın belirgin semptomlarından biri olarak kaydedilmektedir. Bu tür fizyolojik belirtiler, psikolojik belirtiler kadar önemli olup, akıllı telefonların kötüye kullanımının ciddi bir problem oluşturabileceği konusunda

uyarıcı niteliktedir. Shambere ve arkadaşları, cep telefonu bağımlılığını son yüzyılın en büyük bağımlılığı olarak değerlendirmektedir (Shambere vd., 2012).

Akıllı telefon kullanımı günümüzde sürekli artmaktadır ve bu durum akıllı telefon bağımlılığı üzerine yapılan akademik çalışmaların sayısını da artırmaktadır. Cep telefonları, hayatı kolaylaştıran araçlar olarak algılansa da bu cihazlar fark edilmeden ilerleyen ve ciddi bağımlılık tehlikeleri içermektedir. Ayrıca Dünya Sağlık Örgütü'nün 2015 yılında yaptığı bir açıklamaya göre, cep telefonları bir bağımlılık yaratan sağlık sorunu olarak kabul edilmekte ve bu risklerin araştırılmasının önemi vurgulanmaktadır.

Bu nedenle, akıllı telefon kullanımının yaygınlaşması ve bağılı olarak artan bağımlılık belirtileri, bu sorunun ciddiyetini vurgulamaktadır. Akıllı telefon bağımlılığı, hem fiziksel hem de psikolojik sağlık üzerinde çeşitli olumsuz etkiler yarattığından, bu alandaki akademik çalışmaların artması önem arz etmektedir. Akıllı telefonların sürekli güncellenen işlevleri ve kullanıcı alışkanlıklarındaki değişimler, bağımlılık tanımlarının ve değerlendirme yöntemlerinin de dinamik bir şekilde ele alınmasını gerektirmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün 2015'teki açıklaması, cep telefonlarının bağımlılık yapıcı etkilerini resmi olarak tanımış ve bu risklerin araştırılmasının önemini belirtmiştir. Bu bağlamda, akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili literatürdeki mevcut araştırmaların incelenmesi ve etkili müdahale stratejilerinin geliştirilmesi, bu sorunun çözümüne katkıda bulunabilir.

2.3.4. Akıllı Telefon Bağımlılığı ile İlgili Diğer Bazı Değişkenler

Akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili araştırmalar, çeşitli değişkenler üzerine yoğunlaşmıştır. Bu araştırmalar genellikle demografik özellikler (Kumcağız ve Gündüz, 2016; Yücelten, 2016; Doğan ve Tosun, 2016; Çakır ve Oğuz, 2017), psikolojik faktörler (özgüven, stres, sosyal kaygı) (Dirik, 2016; Doğan ve Tosun, 2016; Cho, Kim ve Park, 2017), sosyal medya kullanımı ve internet bağımlılığı (Baykut, 2014; Elmas, Kete, Hızlısoy ve Kumral, 2015), ve akademik başarı ile yalnızlık gibi sosyal değişkenler (Çakır ve Oğuz, 2017; Darcin, Noyan, Nurmedov, Yılmaz ve Dilbaz, 2015) üzerine odaklanmıştır. Bu değişkenlerin her biri, akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkilerini anlamak için detaylı olarak incelenmiştir.

Demografik değişkenlerle ilgili araştırmalara bakıldığında, akıllı telefon bağımlılığı üzerinde bu değişkenlerin önemli bir etkisi olduğu görölmektedir. Örneğin, cinsiyet açısından, kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek bağımlılık düzeyine sahip oldukları sıklıkla rapor edilmiştir (Doğan ve Tosun, 2016; akır ve Oğuz, 2017). Doğan ve Tosun (2016) kız öğrencilerin erkeklerden daha yüksek problemlı akıllı telefon kullanımına sahip olduğunu belirtmiş ve bu durumun sosyal kaygı ile ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Kumcağız ve Gündüz (2016) tarafından yürütölen araştırmada özellikle, genç yaş grubundaki öğrencilerin daha yüksek düzeyde akıllı telefon bağımlılığı gösterdiği ve kadın öğrencilerin erkeklere göre daha yüksek bağımlılık seviyelerine sahip olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Yücelten (2016) tarafından yürütölen araştırmada da kadın öğrencilerin, erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek bağımlılık düzeylerine sahip oldukları ve özellikle kaygılı bağlanma stillerine sahip olan öğrencilerin daha yüksek bağımlılık gösterdiği tespit edilmiştir. Ayrıca, yaş ilerledikçe akıllı telefon bağımlılığının azaldığı gözlemlenmiştir.

Psikolojik faktörler açısından, stres ve sosyal kaygı gibi duyguların, akıllı telefon bağımlılığını artırdığı saptanmıştır (Cho, Kim ve Park, 2017; Darcin ve ark., 2015). Cho, Kim ve Park (2017), stresin akıllı telefon bağımlılığı üzerinde belirgin bir etkisi olduğunu ve özdenetimin bu ilişkiyi hafifletici bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Stresin, özdenetimi azaltarak bağımlılık riskini artırdığı sonucuna varılmıştır. Dirik (2016) ise, ergenlerin özgüven düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasında anlamlı bir bağlantı bulmamıştır. Darcin, Noyan, Nurmedov, Yılmaz ve Dilbaz (2015) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın sonuçlarına göre hem erkek hem de kadın öğrencilerde sosyal fobi düzeyi ile akıllı telefon bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki saptanmış, özellikle kadın öğrencilerde yalnızlık duygusu ile bu bağımlılık arasında güçlü bir bağlantı bulunmuştur. Ayrıca, erken yaşta cep telefonuna sahip olmanın ve akıllı telefonları sosyal medya siteleri ile etkileşimde bulunmak amacıyla kullanmanın bağımlılık eğilimini artırdığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Sosyal medya kullanımı ve internet bağımlılığı değişkenleri açısından, sosyal medya ve internet kullanımının artması, akıllı telefon bağımlılığını pekiştiren önemli etkenler arasında yer almıştır (Baykut, 2014; Yücelten, 2016). Bu bulgular, akıllı

telefon bağımlılığının çok boyutlu bir problem olduğunu ve bireylerin sosyal ve psikolojik durumlarından büyük ölçüde etkilendiğini göstermektedir.

Çakır ve Oğuz (2017) araştırmalarında, akıllı telefon bağımlılığı ile yalnızlık arasında pozitif bir ilişki olduğunu ve bu bağımlılığın öğrencilerin akademik başarılarını olumsuz etkilediğini bulmuşlardır. Darcin ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında da sosyal kaygı ve yalnızlık duygularının, özellikle kadın öğrencilerde akıllı telefon bağımlılığı ile güçlü bir bağlantı gösterdiği saptanmıştır. Bu bulgular, akıllı telefon bağımlılığının gençlerin sosyal ve akademik yaşamlarını nasıl şekillendirdiğini göstermektedir.

2.4. Anne Baba Tutumları

2.4.1. Anne-Baba Tutumu Kavramı

Tutum, bireylerin konulara, nesnelere veya diğer insanlara yönelik olumlu veya olumsuz duyguları olarak nitelendirilmektedir (Petty ve Cacioppo, 1996). Anne ve babaların, çocuk yetiştirme sürecinde çocuklarına karşı gösterdikleri olumlu veya olumsuz davranış ve tutumlar gözlenmektedir. Bu davranış ve tutumların toplamı, anne-baba tutumu olarak adlandırılmaktadır. Edebiyata göre, Darling ve Steinberg (1993) anne-baba ve çocuk arasındaki etkileşimin temelini oluşturan anne-baba tutumunu, ebeveynin çocuğa karşı gösterdiği davranış, uygulama ve sözlü/sözsüz ifadelerin bütünü olarak tanımlamaktadır. Baumrind (1966) ise, anne-baba tutumlarını kategorilendirmenin, ebeveynlerin çocuklarını sosyal olarak geliştirmek ve kontrol altında tutmak amacıyla verdikleri çabanın çeşitliliğini belirginleştirmek için kullanıldığını belirtmektedir.

Baumrind'in (1971) teorik yaklaşımı, anne-baba tutumlarına ilişkin yapılan çalışmalar için bir temel oluşturmuş ve bu alanda öncü bir rol üstlenmiştir. Bu yaklaşıma göre, ebeveynler çocuk yetiştirme sürecinde demokratik, izin verici ve otoriter olmak üzere üç ana tutumdan birini benimsemekte ve bu tutumlar doğrultusunda çocukları ile iletişim kurmaktadır. Maccoby ve Martin (1983) ise, Baumrind'in sınıflamalarını genişleterek anne-baba tutumlarını talepkârlık/denetleme ve duyarlılık olarak iki

boyutta değerlendirmiştir. Bu iki boyutun kesişim noktasında, izin verici-ihmkâr, demokratik, izin verici-hoşgörülü ve otoriter olmak üzere dört farklı tutum tanımlanmaktadır. Maccoby ve Martin, Baumrid'in izin verici tutumunu daha detaylı ikiye ayırarak, farklı anne-baba tutumlarının çocukların gelişim ve davranışları üzerindeki etkilerini vurgulamaktadırlar. Otoriter ebeveynler, kabul ve ilgide düşükken, talep ve denetlemede yüksek bir profil sergilemektedirler. Demokratik ebeveynler ise hem kabul ve ilgide hem de denetleme ve talepte yüksek seviyelerde bulunmaktadır. İzin verici-ihmkâr ebeveynler hem denetleme ve talepte hem de kabul ve ilgide düşük seviyeler göstermektedirler. İzin verici-hoşgörülü ebeveynler ise, kontrol ve talep boyutlarında düşük, kabul ve ilgide ise yüksek seviyelerde yer almaktadırlar. Bu durum, izin verici tutuma sahip ebeveynler arasında çocuklarına karşı gösterilen ilginin farklılık göstermesine yol açmaktadır. Özellikle izin verici-hoşgörülü anne-babalar, çocuklarının davranışlarına sınırlar koymamakta ve onlara karşı anlayışlı bir tutum sergilemektedirler. Buna karşın, izin verici-ihmkâr anne-babalar, çocuklarının davranışlarına herhangi bir sınır koymamakta, onları denetlememekte, ilgilenmemekte ve sevgilerini göstermemektedirler (Yılmaz, 2000).

Lamborn ve arkadaşları (1991) tarafından geliştirilen Anne-Baba Tutum Ölçeği, üç ana boyuttan oluşmaktadır. Bunlar kabul/ilgi, denetleme/kontrol ve psikolojik özerklik olarak sıralanmaktadır. Kabul/ilgi boyutu, ebeveynin çocuğa yönelik sıcaklık, ilgi, sevgi ve katılım düzeyini yansıtmakta, çocuğun bu tutumları nasıl algıladığını belirtmektedir. Kontrol boyutu, ebeveynlerin denetleyici davranışlarının çocuklar tarafından nasıl değerlendirildiğini ortaya koymaktadır. Psikolojik özerklik boyutu ise, ebeveynlerin çocuklarının bireyselliğini destekleme düzeyini ve bu tutumların çocuklar tarafından ne kadar demokratik olarak algılandığını ifade etmektedir (Yılmaz, 2000).

2.4.2. Anne-Baba Tutumları

2.4.2.1. Demokratik Anne-Baba Tutumu

Ebeveynlerin demokratik tutum benimsemesi, çocukların kişilik gelişimine katkıda bulunan en etkili yöntemlerden biri olarak kabul edilmektedir. Demokratik bir

ortamda yetişen çocuklar, yetişkin otoritesine karşı korku duymaksızın, özgüveni yüksek, sosyal açıdan mutlu ve sorumluluk sahibi bireyler olarak gelişmektedirler (Kulaksızoğlu, 2011). Demokratik yaklaşıma sahip anne ve babalar, çocuklarının görüşlerine değer vermekte, onlara karşı sabırlı ve anlayışlı bir tutum sergilemektedirler. Bu ebeveynler, çocuklarının beklentileri karşılayıp karşılamadıklarına bakmaksızın onlara sürekli sıcak ve samimi bir şekilde yaklaşmaktadırlar. Aile içinde alınacak kararlar söz konusu olduğunda, çocukları bu sürece dahil ederek onların fikirlerini almakta ve böylece çocukların özgüveninin artmasına katkı sağlamaktadırlar. Ayrıca bu tutuma sahip anne-babalar, çocuklarının başarılarını ödüllendirerek, memnuniyetlerini açıkça ifade etmekte ve çocukların hatalarını yapıcı bir yaklaşımla eleştirerek doğru davranışları teşvik etmektedirler (Çağdaş, 2002).

Ebeveynler, demokratik bir tutum benimseyerek çocuklarının davranışlarını sınırlar içinde serbest bırakmakta ve bu şekilde hem onların ihtiyaçlarını karşılamalarını sağlamak hem de sorumluluk bilincinin gelişimine katkıda bulunmaktadır. Bu yöntem çocukların bireysel özelliklerinin, ilgilerinin ve yeteneklerinin farkında olduğunu göstermektedir. Anne-babalar, çocuklarına uygun ortamlar sunarak ve onların yeteneklerini sergileyebilmeleri için fırsatlar tanıyarak özgürce gelişmelerine ve kendilerini gerçekleştirmelerine olanak tanımaktadır (Baumrind, 1966).

2.4.2.2. Otoriter Anne-Baba Tutumu

Ebeveynlerin otoriter yaklaşımları, kuralların katı bir biçimde uygulanmasını gerektirir. Kuralların ihlal edilmesi halinde cezalandırma yöntemleri devreye girer. Bu tür bir yaklaşım, çocukların davranışlarını ödülle pekiştirilerek belirlenmekte, ancak sevgi ve kabul ancak kurallara uyulduğunda gösterilmektedir (Çağdaş, 2002). Otoriter ebeveynlerin çocuklarıyla ilişkileri, duygusal sıcaklık ve yakınlıktan ziyade ebeveyn kontrolü ve egemenliği altında şekillenmektedir. Bu durum çocukların ebeveynleriyle olan iletişimlerinde katılım düzeylerini sınırlı tutmakta ve ifade özgürlüklerini kısıtlamaktadır.

Otoriter ebeveynler, kuralların sürekli kontrolü ve uygulanmasıyla çocuklarının hayatlarını belirgin sınırlar içinde tutmaya çalışırlar. Bu kesin ve baskıcı tutum,

çocukların sürekli olarak baskı altında yaşamalarına neden olmakta, bu da ev içerisinde ifade özgürlüklerinin kısıtlanmasına ve içe kapanık kişiliklerin oluşmasına yol açmaktadır. Bu tür bir yetiştirilme tarzı çocuklarda öfke ve agresif tavırların ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır. Çocukları birey olarak değil, belirli bir kalıba sokulması gereken varlıklar olarak gören otoriter ebeveynler, çocukların kendilerini sıkışmış hissetmelerine neden olmaktadır (Yavuzer, 2004).

2.4.2.3. Koruyucu/İstekçi Anne-Baba Tutumu

Ebeveyn tutumları arasında koruyucu ve istekçi davranışlar sergileyenler, çocuklarının kendi başlarına etkinlikler gerçekleştirmelerine olanak sağlamamaktadır. Bu anne-babalar, çocuklarının yerine birçok işi kendileri yaparak, onlara aşırı koruma ve kontrol uygulamaktadır. Çocukların bağımsız hareket etme şanslarını kısıtlayarak, onların yaparak ve yaşayarak öğrenme fırsatlarını engellemektedirler (Baumrind, 1996).

Bu tür bir tutum, çocukların kendi başlarına karar verme ve harekete geçme yetilerini sınırlamaktadır. Ebeveynler, çocukları bir iş yapmak istediklerinde üzerlerine kötü bir şey geleceği endişesiyle bu girişimleri engellemektedirler. Çocuklarının her talebini yerine getirerek, onların bencil duygular geliştirmesine ve sonunda yaptıkları işlerden memnun olmayan, mutsuz bireyler olarak büyümelerine yol açmaktadır. Bu şekilde yetiştirilen çocuklar, her ihtiyaçlarının anne-baba tarafından karşılanması sonucunda sorumluluk almak konusunda tereddüt etmekte ve özgüven eksikliği yaşamaktadır (Maccoby, 1983).

2.4.2.4. İhmalkâr Anne-Baba Tutumu

Bu tür ebeveynler, çocuklarının hem maddi hem de manevi ihtiyaçlarını göz ardı eden, onlara yeterli ilgi ve sevgi sunmayan kişilerdir. Çocuklarının davranışları üzerinde sınırlamalar koymaksızın, genellikle onları kendi başlarına bırakırlar. Disiplin konusunda gevşek bir tutum sergileyerek, çocukları üzerinde etkili bir kontrol kurmamaktadırlar. Bu tür bir aile ortamında yetişen çocuklar, ilgi ve sevgi

eksikliği çekmektedirler. Kişilik gelişimini olumsuz yönde etkileyen bu ihmalkâr ve reddedici ebeveyn tutumu, çocukların kişilik üzerinde derin olumsuz etkiler bırakmaktadır (Kaya, 1997). İhmalkâr ve reddedici ebeveyn tutumuna sahip çocuklar, diğerlerine göre özgüven eksikliği, davranış bozuklukları ve duygusal doyumsuzluk gösterme eğilimindedir (Baumrind, 1991).

2.4.2.5. Tutarsız/Kararsız Anne-Baba Tutumu

Ebeveynler arasındaki tutarsız tutumlar, çeşitli durumlara karşı çelişkili davranışlar sergilenmesi şeklinde kendini gösterir. Örneğin, annenin itiraz ettiği bir davranışa babanın onay vermesi, bir gün önce göz ardı edilen bir davranışa ertesi gün sert bir tepkiyle ceza uygulanması ve anne ile babanın çocukla ilgili kararlar konusunda ortak bir görüşe varamaması bu duruma örnek olarak verilebilir (Yörükoğlu, 2004). Bu tip bir tutum içinde olan ebeveynler, çocuklarının bir davranış hakkında bir ebeveynin eleştirel bir yaklaşım sergilerken, diğerinin onu desteklemesi gibi durumlarla karşılaşmaktadır (Yavuzer, 1994).

Bu tür bir tutum sergileyen anne ve baba arasındaki bu uyumsuzluk, çocuğun hangi davranışın kabul edilebilir olduğunu anlamasını güçleştirmekte ve çocuğu bir ikilem içinde bırakmaktadır. Sonuç olarak bu durum, çocuğu içsel bir çatışma yaşamaya ve dengesizlik hissetmeye sürüklemektedir (Yavuzer, 1993).

2.4.3. Anne-Baba Tutumuna İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

Çalışmalar, anne-baba tutumlarının çocukla olan iletişimdeki genel davranışları kapsadığını göstermektedir. Bu tutumlar, çeşitli teorik çerçeveler altında incelenmiştir. Bunlar;

- Psikodinamik Model,
- Davranışçı Yaklaşım,
- Baumrind'in Sınıflandırması,
- Maccoby ile Martin'in Modeli (Yılmaz, 2000).

Psikodinamik Model; araştırmacıların aile içi duygusal bağların çocuğun psikososyal ve psikoseksüel gelişimi üzerindeki etkilerini incelediği bir perspektif sunmaktadır. Bu model, gelişimin biyolojik kökenlere dayandığını ve anne-baba ile toplumun beklentileri arasında yaşanan çatışmaların kaçınılmaz olduğunu öne sürmektedir. Çocuğun kişisel özelliklerinin tanımlanmasında, doğuştan gelen libidinal gereksinimler ile aile ortamı arasındaki etkileşimin önemli olduğu belirtilmektedir. Ayrıca, her ailenin, anne-baba ve çocuk arasındaki duygusal ilişkilerinin özgünlüğü, tutum farklılıklarını açıklamaktadır (Darling ve Steinberg, 1993).

Davranışçı Model; Davranışçılar, çocukların davranışlarının şekillenmesinde çevresel pekiştireçlerin rolünü vurgulayarak ebeveynlerin çocuklarına yönelik tepkilerini davranışsal olarak analiz etmişlerdir. Anne-baba tutumlarının çocuklar üzerindeki etkilerini inceleyerek, davranışın tutumdan daha belirleyici olduğunu savunmuşlardır. Çocukların kişilik özellikleri, bulundukları çevrenin bir sonucu olarak görülürken, ebeveyn tutumları ise bu çevreyi şekillendiren davranış örüntülerini yansıtmaktadır. Hem psikodinamik hem de behaviorist modeller, anne-babanın inançlarının çocuğun sosyal gelişimi üzerindeki temel belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda çocuğun doğal özelliklerinin de ebeveyn davranışlarını etkileyen başlıca faktör olduğu kabul edilmektedir (Darling ve Steinberg, 1993).

Baumrind'in Sınıflaması: Baumrind'in öncülük ettiği kuramsal yaklaşım, laboratuvar ortamında gerçekleştirilen anne-baba ve çocuk etkileşimi gözlemlerine dayanmaktadır. Baumrind'in yürüttüğü araştırmalar, ebeveyn tutumlarının dört temel boyutunu; bakım ve destek, kontrol, olgunluk ve açıklık beklentisi olarak belirlemiştir. Kontrol boyutu, ebeveynler tarafından konulan kurallara çocukların uyum düzeyini belirtmektedir. Bakım ve destek boyutu, ebeveynlerin çocuklarıyla olan etkileşimlerinde ne kadar samimi ve sevgi dolu olduklarını göstermektedir. Açıklık boyutu, ebeveynlerin çocukların kararlara katılımını ve ifadelerini ne kadar desteklediğini, çocuğun görüşlerine ne ölçüde saygı gösterildiğini ifade etmektedir. Olgunluk beklentisi boyutu ise ebeveynlerin çocuklarını sosyal, zihinsel ve duygusal açıdan başarılı olmaya ne derecede teşvik ettiklerini açıklamaktadır. Bu dört boyutun birleşiminden, Baumrid üç temel ebeveyn tutumunu; demokratik, izin verici ve otoriter olarak tanımlamıştır. Baumrid'in çalışmalarına ilişkin detaylar Tablo 1'de sunulmuştur (Baumrind, 1971).

Tablo 1

Baumrind'in Anne-Baba Tutumuna İlişkin Sınıflaması

	Kontrol		Açık İletişim		Olgunluk Beklentisi		Bakım
	Yüksek	Düşük	Yüksek	Düşük	Yüksek	Düşük	Yüksek
Otoriter	*			*	*		
Demokratik	*		*		*		*
İzin verici		*	*			*	*

Kaynak: Yılmaz, 2000

Tablo 1’de belirtilen bilgilere göre, Baumrid’in sınıflandırmasına uygun olarak, dört boyutun tümünde yüksek niteliklere sahip olan ebeveynler demokratik anne-baba olarak tanımlanmaktadır. Açık iletişim ve bakım boyutlarında düşük; kontrol ve olgunluk beklentisi boyutlarında yüksek değerler gösteren anne-babalar otoriter olarak adlandırılmaktadır. Aynı zamanda, bakım ve açık iletişim boyutlarında yüksek, kontrol ve olgunluk beklentisi boyutlarında düşük olan anne-babalar ise izin verici olarak nitelendirilmektedir (Yılmaz, 2000).

Demokratik ebeveynler, çocuklarına karşı anlayışlı bir tutum sergilemektedirler. Çocuklarının davranışlarını mantıklı bir biçimde değerlendirmektedirler. Aile kararlarında çocuğun görüşünü dikkate alarak onun da katkısını istemektedirler. Duruma bağlı olarak çocuklardan kurallara uyum sağlamalarını beklemektedirler. Bu anne-babalar çocuklarına karşı ilgili ve yakın bir tutum içinde olup, onlarla sıcak ve samimi bir iletişim kurmaktadır. Öte yandan, otoriter anne-babalar, çocuklarından koşulsuz itaat beklemekte ve emirlerin çocuklar tarafından sorgulanmaksızın yerine getirilmesini talep etmektedirler. Kuralları belirgin olup, bu kurallara uymayan çocuklarına ceza uygulamaktadırlar. Çocuklarıyla olan ilişkilerinde mesafeli davranmakta ve nadiren yakın ilişkiler kurmaktadır. İzin verici anne-babalar ise, çocukları üzerinde neredeyse hiç kontrol uygulamamakta ve onlara karar alma konusunda özgürlük tanımaktadırlar (Yılmaz, 2000a).

Maccoby ve Martin'in (1983) geliştirdiği İki Boyutlu Bakış Açışı Modeli, ebeveyn davranışlarını değerlendirirken “talepkârlık/kontrol” ve “duyarlılık” olmak üzere iki ana ölçüt üzerinden ele almaktadır. Bu modelde, talepkârlık ve duyarlılık boyutlarının kesişimiyle, otoriter, demokratik, izin verici-ihmalkâr ve izin verici-müşamahakâr gibi dört farklı ebeveyn tutumunun ortaya çıktığı belirtilmektedir. Maccoby ve Martin'in (1983) bu teorik çerçevesi, ebeveynlik stillerinin sınıflandırılmasında önemli bir yere sahiptir ve bu sınıflandırma Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2

Maccoby ve Martin'in İki Boyutlu Bakış Açışı Modeli

		Kabul/İlgi/Duyarlılık	
Talepkar/Kontrol	Yüksek	Yüksek	Düşük
		Demokratik	Otoriter
	Düşük	İzin Verici	İzin Verici
		Müşamahakar	İhmalkar

Kaynak: Yılmaz, 2000a

Tablo 2 incelendiğinde, otoriter ebeveynlerin yüksek derecede talepkâr ve kontrol sahibi oldukları, ancak duyarlılık ve kabul gösterme boyutlarının düşük seviyede olduğu belirlenmektedir. Demokratik yaklaşıma sahip ebeveynlerde ise, hem talepkârlık/kontrol hem de duyarlılık/kabul gösterme boyutları yüksek düzeyde bulunmaktadır. İzin verici-müşamahakâr ebeveynlerde duyarlılık/kabul gösterme boyutu yüksek iken talepkârlık/kontrol seviyesi düşük kalmaktadır. İzin verici-ihmalkâr ebeveynlerdeyse, her iki boyut da düşük seviyelerde gözlemlenmektedir.

2.4.4. Anne-Baba Tutumları ile İlgili Diğer Bazı Değişkenler

Anne baba tutumları ile ilgili araştırmalar incelendiğinde; anne baba tutumları ile çocukların akademik erteleme eğilimlerini (Ulukaya, 2012; Yatgın, 2014), demografik değişkenleri (Sezer ve Yıldırım, 2018; Dokuyan, 2016), dil gelişimi, özgüven ve depresyon gibi çeşitli psikolojik ve sosyal parametreleri (Tokol, 1996; Demir, 2006; Günalp, 2007; Niaraki ve Rahimi, 2013) konu alan araştırmalar görülmüştür.

Anne baba tutumları ile akademik ertelemeyi inceleyen Ulukaya (2012) araştırmasında annenin otoriter tutumunun erkek öğrencilerin akademik erteleme eğilimlerini orta seviyede etkilediği, kız öğrencilerde ise annenin otoriter tutumunun daha az etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Araştırma sonuçlarına göre erkek öğrenciler, otoriter olarak algıladıkları annelerine sahip olduklarında daha az akademik erteleme eğilimine sahiptir. Kız öğrencilerde ise baba tutumu düşük seviyede etkili olmuş, otoriter baba tutumunu algılayan kızlar daha az erteleme eğilimi göstermiştir. Yatgın (2014)'ın araştırmasında anne baba tutumlarını koruyucu- istekçi ve otoriter algılama ile akademik erteleme arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Yani anne ve babasını koruyucu ve otoriter algılayan lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışının daha çok olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Sezer ve Yıldırım (2018) araştırmasında, erkek öğrencilerin ebeveynlerini daha çok aşırı koruyucu olarak algıladığını, kadın öğrencilerin ise daha demokratik tutumlar algıladığını ortaya koymuştur. Dokuyan (2016) ise ergen erkeklerin ebeveynlerini daha izin verici, kızların ise daha aşırı koruyucu olarak algıladıklarını saptamıştır.

Tokol (1996) ve Demir (2006) araştırmasında demokratik ebeveyn tutumlarının, çocukların dil gelişimi ve yetenek düzeylerini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşırken, otoriter ebeveyn tutumlarının çocukların dil gelişimi ve yetenek düzeylerinde negatif etki yaptığı sonucuna ulaşmıştır.

Güenalp (2007), ebeveyn tutumlarının çocukların özgüven gelişimi üzerindeki etkilerini inceleyerek, demokratik tutumların özgüveni olumlu yönde etkilediğini, otoriter ve ilgisiz tutumların ise olumsuz etkiler yarattığını belirtmiştir. Niaraki ve Rahimi (2013) ise otoriter ebeveyn tutumlarının çocuklarda depresyon riskini

artırdığını, buna karşılık demokratik tutumların depresyon ile negatif bir ilişki sergilediğini tespit etmiştir.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde, araştırmanın modeli, evreni ve örneklem seçimi ile ilgili bilgilerin yanı sıra araştırmada kullanılan veri toplama araçları tanımlanarak, toplanan verilerin nasıl analiz edildiği açıklanmaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma yaklaşımlarından genel tarama modelinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, en az iki değişken arasındaki istatistiksel ilişkileri ve bu ilişkinin gücünü belirlemeye yönelik kullanılan bir araştırma modelidir (Karasar, 2015). Bu yöntem, değişkenler arasındaki bağlantıları inceleyerek, aralarındaki ilişkinin doğası ve derecesi hakkında bilgi sağlar.

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Bu çalışmanın evreni, 2022-2023 yılında Düzce’de bulunan liselerde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise Düzce ilinin merkez ilçesinde öğrenim gören yaşları 14 ile 18 arasında değişen 622 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcıların 387’si kız, 235’i erkektir. Öğrencilerin 226’sı lise 1. Sınıf, 95’i lise 2.sınıf, 185’i lise 3. Sınıf, 116’sı lise 4. Sınıfta öğrenim görmektedir. Örneklem seçilirken seçkisiz olmayan örneklem yöntemlerinden uygun örneklem yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem, araştırmacıya pratiklik sunarak zaman kazandırır ve diğer yöntemlerin uygulanmasının mümkün olmadığı durumlarda tercih edilir (Büyüköztürkve diğerleri, 2013).

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları 4 bölümden meydana gelmektedir. İlk bölümde kişisel bilgi formu yer almaktayken araştırma verileri Çakıcı (2003) tarafından geliştirilen 19 maddelik “Akademik Erteleme Ölçeği”, Kwon vd., (2013) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması Demirci vd. (2014) tarafından yapılan “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği” ve Arrindell vd. (1999) tarafından geliştirilen Dirik vd. (2004) tarafından Türkçeye uyarlanan “Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği” kullanılarak elde edilmiştir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Lisede öğrenim gören öğrencilerin demografik bilgilerini ölçmek üzere 14 sorudan oluşan bir form oluşturulmuştur. Kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, anne baba eğitim düzeyi, aylık gelir, anne baba birliktelik durumu, kardeş sayısı, cep telefonu kullanma süresi, not ortalaması ve devamsızlık durumu gibi sorular yer almaktadır.

3.3.2. Akademik Erteleme Ölçeği

Akademik Erteleme Ölçeği, Çakıcı tarafından, öğrencilerin ders çalışma, proje hazırlama ve sınava hazırlanma gibi sorumluluklarını erteleme düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, toplam 19 sorudan oluşmaktadır. Bu sorulardan 12’si olumsuz, 7’si ise olumludur. Ölçekte yer alan 2, 3, 5, 6, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18 ve 19. maddeler olumsuz, 1, 4, 7, 9, 11, 13 ve 17. maddeler ise olumlu ifadelerden oluşmaktadır. Ölçek, “Hiç Yansıtmıyor” (1), “Az Yansıtıyor” (2), “Biraz Yansıtıyor” (3), “Çoğunlukla Yansıtıyor” (4) ve “Tamamen Yansıtıyor” (5) olmak üzere 5’li likert tipi bir derecelendirme ile yanıtlanmaktadır. Ölçekten alınan ortalama puanın yükselmesi, öğrencinin akademik erteleme davranışının daha yüksek olduğunu göstermektedir (Çakıcı, 2003). Bu çalışma kapsamında, Akademik Erteleme Ölçeği için iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach’s alpha değeri .77 olarak tespit edilmiştir.

3.3.3.Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

Türkçeye uyarlaması Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve Sert (2014) tarafından yapılan bu ölçek, 33 maddeden oluşan ve 6 dereceli Likert tipi bir yanıtlama sistemi kullanılmaktadır(Demirci, Orhan, Demirdas, Akpınar, & Sert, 2014). Ölçekten alınan puanın yüksek olması, akıllı telefon bağımlılığı riskinin arttığını gösterir. Bu çalışma kapsamında, ölçeğin güvenirlik katsayısı .93 olarak bulunmuştur.

3.3.4.Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutum Ölçeği

Bireyin anne ve babasından gördüğü davranış ve tutumları ölçmeyi amaçlayan bu ölçek, 23 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin orijinal versiyonu 81 madde olarak hazırlanmış, ardından Arrindell ve arkadaşları tarafından kısa formu geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması ise Dirik ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Her bir maddenin puanlaması, anne ve baba için ayrı ayrı yapılmaktadır. Bu ölçek, anne ve baba için ayrı ayrı değerlendirme yapan 3 alt boyuta sahiptir: duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk. Duygusal sıcaklık boyutu, ebeveynlerin kabul edici, destekleyici ve değer veren davranışlarını yansıtırken; aşırı koruyuculuk boyutu, çocukların güvenliği konusunda aşırı endişeli yaklaşımlarını ifade eder. Reddedicilik boyutu ise eleştirel ve yargılayıcı tutumları temsil eden maddeleri içermektedir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015). Ölçeğin alt boyutlarına ait Cronbach alfa güvenirlik katsayıları sırasıyla .75, .76, .78, .75, .77, .74 olarak bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

622 lise öğrencisinden elde edilen verilerin tamamı analize dahil edilmiştir. Araştırmanın analizleri SPSS 27.0 programı ile yapılmıştır. Verilerin analizi ölçek puanlarının ortalamaları alınarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada akademik erteleme

ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Akıllı telefon bağımlılığı ile anne baba tutumlarının akademik ertelemeyi yordama gücü hiyerarşik regresyon analizi ile incelenmiştir. Ayrıca cinsiyet ve sınıf düzeyine göre akademik ertelemenin anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı t-testi ve tek yönlü varyans analizi ile belirlenmiştir.

Ölçeklerin geçerlilik ve güvenirliğini belirlemek için Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçeklerin Cronbach alfa katsayıları .74 ile .93 arasında çıkmıştır. Cronbach alfa katsayısına göre bir ölçeğin güvenilir olarak kabul edilmesi için Cronbach alfa değerinin .70 ve üstü değerlerde olması gerekmektedir (Tavşancıl, 2002). Elde edilen kat sayı değerinin .70'ten büyük olması bu araştırmada kullanılan ölçeğin yüksek güvenirlikte bir ölçek olduğunu gösterir. Aşağıda yer alan Tablo 3'te söz konusu ölçeklerin güvenirlik analizleri sonucuna yer verilmiştir.

Tablo 3

Araştırmanın Geçerlik ve Güvenirliği

	Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayıları
Akademik Erteleme Ölçeği	.77
Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği	.93
Anne Duygusal Sıcaklık	.75
Baba Duygusal Sıcaklık	.76
Anne Aşırı Koruyuculuk	.78
Baba Aşırı Koruyuculuk	.75
Anne Reddedicilik	.77
Baba Reddedicilik	.74

Bu noktada parametrik veya parametrik olmayan analiz yöntemleri arasında uygun seçimi belirlemek için veriler üzerinde normallik testi yapılması zorunludur. Ölçek

puanlarının normal dağılıma uygunluğunu değerlendirmenin temel prosedürü çarpıklık ve basıklık istatistiklerinin hesaplanması içerir. Normal dağılımın yeterliliği çoğunlukla +3 ile -3 aralığında olması beklenen ölçek puanlarından elde edilen basıklık ve çarpıklık değerlerinin değerlendirilmesiyle belirlenmektedir (Sposito & ark., 1983). Sonuç olarak ölçek puanlarının normal dağılıma sahip olduğu kabul edilmiştir.

Tablo 4

Araştırmanın Normallik Analizi

	Ortalama	Std. Sapma	Çarpıklık	Basıklık
Akademik Erteleme Ölçeği	57,1186	7,18860	,072	-,018
Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği	92,4066	25,18966	,570	1,124
Anne Duygusal Sıcaklık	20,3802	4,81421	-,692	,003
Baba Duygusal Sıcaklık	19,1360	5,19896	-,428	-,562
Anne Aşırı Koruyuculuk	19,2420	5,39862	,434	-,299
Baba Aşırı Koruyuculuk	17,7957	5,09427	,711	,180
Anne Reddedicilik	10,6445	4,23427	1,543	2,018
Baba Reddedicilik	10,1409	4,06037	1,893	1,748

BÖLÜM IV

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde araştırmadan elde edilen bulgulara ve bu bulguların değerlendirmelerine yer verilmiştir.

4.1. Akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına ilişkin bulgular

Lise öğrencilerinde akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmış ve elde edilen bulgular Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5

Akademik Erteleme ile Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Akademik Erteleme Ölçeği	1							
2.Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği	,327**	1						
3.Anne Duygusal Sıcaklık	,076	-,060	1					
4.Baba Duygusal Sıcaklık	-,008	-,077	,699**	1				
5.Anne Aşırı Koruyuculuk	,171**	,248**	-,114**	-,078	1			
6.Baba Aşırı Koruyuculuk	,209**	,266**	-,077	-,109**	,775**	1		
7.Anne Reddedicilik	,117**	,196**	-,423**	-,286**	,590**	,475**	1	
8.Baba Reddedicilik	,197**	,181**	-,228**	-,415**	,448**	,556**	,699**	1

**Korelasyon $p < 0,01$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 5 incelendiğinde akademik erteleme ile; akıllı telefon bağımlılığı ölçeği arasında pozitif yönde orta düzeyde ($p<0,01$; $r= 0,327$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Akademik erteleme ile; anne aşırı koruyuculuk, baba aşırı koruyuculuk, anne reddedicilik ve baba reddedicilik ile pozitif yönde zayıf düzeyde ($p<0,01$; $r_1=0,171$, $r_2=0,209$, $r_3=0,117$, $r_4=0,197$) ilişki olduğu görülmüştür.

Akıllı telefon bağımlılığı ile; anne aşırı koruyucu ve baba aşırı koruyucu tutum ile zayıf düzeyde ($p<0,01$; $r_1=0,248$, $r_2=0,266$) ilişki tespit edilmiştir. Akıllı telefon bağımlılığı ile; anne reddedici ve baba reddedici tutum arasında zayıf düzeyde ($p<0,01$; $r_1=0,196$, $r_2=0,181$) ilişki bulunmuştur.

4.2. Akademik ertelemenin akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları tarafından yordanıp yordanmadığına ilişkin bulgular

Anne baba tutumları ve akıllı telefon kullanımının, akademik erteleme üzerindeki yordayıcı etkilerini anlamak için hiyerarşik regresyon yöntemi kullanılmıştır. Hiyerarşik regresyon yöntemini işletmeden önce regresyon analizi varsayımlarını test etmek amacıyla Durbin-Watson testi, Tolerans değeri (TV) ve Varyans artış faktörleri (VIF) değerlerine bakılmıştır. Değişkenler arasında otokorelasyon problemi olmaması açısından Durbin Watson değerinin 2 civarında olması beklenmektedir (Nerlove ve Wallis, 1966). Bu çalışmada yer alan hiyerarşik regresyon analizlerine ilişkin Durbin Watson değerinin 1.834 şeklinde olduğu görüldüğünden, otokorelasyona ilişkin herhangi bir problem olmadığı görülmektedir. Çoklu bağlantı probleminin bulunmaması için Tolerans değeri .1'den küçük olmamalı ve varyans artış faktörleri (VIF) değeri 10'dan büyük olmaması gerekmektedir (Miles, 2014). Bu çalışmada ilgili değişkenlere ilişkin Tolerans (TV) ve Varyans artış faktörleri (VIF) değerlerine tablo 13'te yer verilmiş çoklu bağlantı problemi olmadığı görülmüştür.

Tablo 6

Akademik Ertelemenin Anne Baba Tutumları ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Tarafından Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Model	Değişkenler	B	S.E.	β	T	P	TV	VIF
I	Sabit	48,497	1,037		46,751	0.000		
	Akıllı Telefon Bağımlılığı	,093	,011	,327	8,614	0.000*	1,000	1,000
Model I: R=.327, R²=.107								
II	Sabit	45,829	1,289		35,563	0.000*		
	Akıllı Telefon Bağımlılığı	,083	,011	,292	7,484	0.000*	,921	1,085
	Anne Aşırı Koruyuculuk	,062	,090	,047	,692	,489	,310	3,228
	Baba Aşırı Koruyuculuk	,075	,094	,053	,806	,421	,319	3,131
	Anne Reddedicilik	-,192	,102	-,113	-1,883	,060	,388	2,575
	Baba Reddedicilik	,305	,103	,173	2,957	0.003*	,412	2,425
Model II: R=.368, R²=.135								

Durbin- Watson: 1.834,*p<.01

Model I: R=.327, R²= .107, ΔR^2 = .107, $F_{(1-620)} = 74.201$, p<.001, R² değişimi : .107

Model II: R= .368 R²= .135, ΔR^2 = .028, $F_{(4-616)} = 5.067$, p<.001, R² değişimi: .028

Tablo 6’da görüldüğü üzere analiz 2 aşamada tamamlanmıştır. 1. aşamada Akıllı Telefon Bağımlılığı değişkeni modele eklenmiştir. 1. Model ışığında R² .107 değerini almıştır (R=.327, R²= .107, ΔR^2 = .107, $F_{(1-620)} = 74.201$, p<.001). 2. aşamada ise Anne Aşırı Koruyuculuk, Baba Koruyuculuk, Anne Reddedicilik ve Baba Reddedicilik modele eklenmiş ve bu işlemten sonra .028’lik bir artışla R² .135 değerini almıştır. (R= .368 R²= .135, ΔR^2 = .028, $F_{(4-616)} = 5.067$, p<.001).İlgili beta

değerlerine bakıldığında en güçlü yordayıcı değişkenin akıllı telefon bağımlılığı olduğu ($\beta = .327$, $p < .001$) görülmektedir. Baba Reddedicilik ($\beta = .173$, $p < .01$) değişkeni de yordayıcı değişken olarak bulunmuştur. Model bağımlı değişkene ilişkin toplam varyansın yaklaşık % 14'ünü açıklamaktadır.

4.3. Cinsiyet değişkenine göre akademik erteleme farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular

Tablo 7

Akademik Erteleme Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

	Cinsiyet	N	Ortalama	SS	t	p
Akademik Erteleme Ölçeği	Kız	387	57,1727	7,36727	,241	,810
	Erkek	235	57,0296	6,89885		

Lise öğrencilerinin akademik erteleme ölçeğinden alınan puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmama durumuna ilişkin yapılan t testi analizi sonuçları Tablo 7’de verilmiştir. Tablo 7’den elde edilen bulgulara göre; akademik erteleme puan ortalamalarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir ($t = .241$, $p > .05$)

4.4. Sınıf düzeyi değişkenine göre akademik erteleme farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular

Lise öğrencilerinde akademik erteleme sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (anova) yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8

Akademik Ertelemenin Sınıf Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

		N	Ortalama	SS	F	p
Akademik Erteleme Ölçeği	Lise 1	226	56,1601	6,76291	2,532	,056
	Lise 2	95	57,9288	7,43773		
	Lise 3	185	57,2448	7,42611		
	Lise 4	116	58,1213	7,26114		
	Toplam	622	57,1186	7,18860		

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, araştırmaya katılan öğrencilerin akademik erteleme puanları sınıf düzeyine göre, %5 anlamlılık düzeyinde, anlamlı bir fark oluşturmadığı belirlenmiştir ($F= 2,532$, $p>.05$).

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç ve Tartışma

Çalışmanın bu bölümünde, araştırma bulguları, ilgili alanyazın çerçevesinde ele alınarak tartışılmıştır. Elde edilen sonuçlar, mevcut literatürle karşılaştırılarak değerlendirildiğinde, araştırmanın bulgularının, bazı önceki çalışmalarla uyumlu olduğu, ancak bazılarıyla da farklılık gösterdiği görülmüştür. Bu tartışma, bulguların literatürdeki yerini belirlemeye ve bu alandaki bilgi birikimine katkı sağlamaya yönelik bir değerlendirme sunmaktadır.

5.1.1. Akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Araştırmadan elde edilen sonuca göre, akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Başka bir ifadeyle, akıllı telefon bağımlılığı yüksek olan öğrencilerin akademik erteleme davranışlarının yüksek olduğu, akıllı telefon bağımlılığı düşük düzeyde olan öğrencilerin de akademik erteleme davranışının düşük düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Lise öğrencileri ile gerçekleştirilen bir araştırmada Demir (2024) akıllı telefon bağımlılığı ile akademik erteleme davranışları arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Bu çalışmanın sonuçları araştırmamızla paralellik göstermektedir. Benzer şekilde Güngör ve Koçak (2020) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada akıllı telefon bağımlılığının akademik ertelemeyi artırdığı bulgusuna ulaşmışlardır. Literatürde benzer şekilde akıllı telefon bağımlılığının akademik ertelemeyi artırdığı sonucuna ulaşan araştırmalar mevcuttur. Yalnız araştırmaların büyük çoğunluğu üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir (Agostini ve Petrucco, 2023; Albursan ve diğerleri, 2022; Liu ve diğerleri, 2022; Baykan, Güneş ve Akşehirli Seyfeli, 2021; Boyalı, 2020). Ortaokul öğrencileri ile

yapılan çalışmada Saad (2020), akıllı telefon kullanımını sınırlandıramayan öğrencilerin akademik ertelemesinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşarak, akademik erteleme ile akıllı telefon bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki bulmuştur. Hem üniversite hem lise ve ortaokul öğrencileri ile yapılan araştırmalar, araştırma sonuçlarıyla benzer nitelikte olup, araştırma sonuçlarını desteklemektedir.

Akıllı telefon bağımlılığı ile anne- baba aşırı koruyucu ve anne- baba reddedici tutumları arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki bulunmuştur. Taneri ve Tiryakioğlu (2015) tarafından gerçekleştirilen araştırmada ortaokul öğrencilerinin sorunlu internet kullanımı ile anne baba tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda koruyucu anne baba tutumları ile otoriter anne baba tutumları arttığında internetin olumsuz sonuçlarının ve aşırı kullanımının artması bulgusu çalışmamızın sonuçlarını destekler niteliktedir. Ayas ve Horzum (2013) da anne baba tutumlarının çocukların sorunlu internet kullanımında anlamlı bir rolü olduğunu vurgulamıştır. Bu çalışmada koruyucu ve otoriter anne baba tutumları arttığında problemli internet kullanımında artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bir diğer araştırma da, çocukların ailelerini otoriter algıladıkları durumlarda çocukların internette geçirdikleri zamanın da daha çok arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Silva ve Gutierrez, 2014).

Bununla birlikte, Çetinkaya (2019) anne baba tutumlarının ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkisini incelemeye yönelik olarak yaptığı araştırma sonucunda algılanan anne baba tutumlarının katılımcıların akıllı telefon bağımlılığı ile istatistiksel olarak düşük düzeyde ilişkisi olduğunu ama bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamsız olduğunu tespit etmiştir.

Özetle bu araştırmada, lise öğrencilerinin anne ve babalarını aşırı koruyucu ve reddedici olarak algılamaları ile akıllı telefon bağımlılığı arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre, ebeveynlerini aşırı koruyucu veya reddedici olarak algılayan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ortalamaları da yüksek çıkmıştır. Bu durum, ebeveynlerin baskıcı veya korumacı tutumlarının, öğrencilerin akıllı telefonlara yönelme eğilimlerini artırabileceğini göstermektedir. Ancak, literatürde bu konuya dair farklı sonuçlara ulaşılmış araştırmalar da mevcuttur; bazı çalışmalarda, anne-baba tutumları ile akıllı telefon bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki varken, bazılarında anlamlı bir

ilişki olmadığı belirtilmiştir. Bu farklılıkların, çalışma gruplarının özellikleri, kültürel faktörler ve kullanılan yöntemler gibi değişkenlerden kaynaklanabileceği düşünülebilir. Bu bulgular, ebeveyn tutumlarının gençlerin akıllı telefon ve internet kullanımı üzerinde önemli bir etkisi olabileceğini göstermekte, ancak bu etkinin her zaman tek yönlü ve istikrarlı olmadığına da işaret etmektedir.

5.1.2. Akademik erteleme akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları tarafından yordayıp yordanmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Bu çalışmada lise öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumlarının akademik erteleme için yordayıcı olup olmadığı incelenmiştir. Akıllı telefon bağımlılığının ve baba reddedici tutumun akademik ertelemeyi anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Bu bulgudan hareketle; akıllı telefon bağımlılığı ve baba reddedici tutuma sahip olmanın akademik erteleme üzerinde etkili bağımsız değişkenler olduğu söylenebilir.

Yüksek düzeyde akıllı telefon kullanımının, öğrencilerin ders çalışma sürelerini kısalttığı ve dikkat dağınıklıklarına yol açtığı açıktır. Bu durum, akademik görevlerin ertelenmesiyle sonuçlanmakta ve öğrencilerin akademik performansları üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır. Bu bulgular, Solomon ve Rothblum (1984) tarafından tanımlanan akademik erteleme eğilimlerini destekler niteliktedir

Akıllı telefon bağımlılığının akademik ertelemeyi yordadığı bulgusundan hareketle, Demir (2024) çalışmasında benzer şekilde öğrencilerin akıllı telefon bağımlılıkları arttıkça akademik erteleme davranışlarının arttığı, akıllı telefon bağımlılıkları azaldıkça akademik erteleme davranışlarının azaldığı bulgusuna ulaşmıştır. Bu durum akıllı telefon bağımlılığının, bireylerin akademik erteleme düzeylerini etkilediğini göstermektedir. Bu sonuç, literatürdeki bazı çalışmalarla uyumlu bir şekilde, akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme arasındaki ilişkiye işaret eden bulgularla desteklenmektedir (Demir ve Kutlu, 2017; Denizli ve Eken, 2018; Erdoğan ve diğerleri, 2013; Qaisar ve diğerleri, 2017). Çam (2021) yaptığı araştırmasında, teknolojik cihaz kullanma ile akademik erteleme arasında anlamlı bir ilişki bulmuş olup, teknolojik cihaz kullanımının artmasıyla akademik erteleme arttığı ve akademik başarının azaldığı sonucuna ulaşmıştır.

Benzer şekilde Boyalı (2020) da üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmasında, öğrencilerin akademik sorumluluklarını ertelemesine akıllı telefon bağımlılığının neden olabileceği bulgusuna ulaşmıştır. Araştırmasında üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığını, akademik yaşamlarında sorumluluklarını erteleme davranışına neden olan bir faktör olarak değerlendirmiştir.

Baba reddedici tutumun akademik ertelemeyi yordaması bulgusundan hareketle literatür incelendiğinde; bu çalışmanın sonuçları Pychyl ve diğ. (2002) anne-baba otoriterliği ile erteleme eğilimi ile pozitif yönde anlamlı buldukları çalışma sonucuyla paralellik göstermektedir. Yatgın (2014) araştırmasında anne babaların koruyucu – istekçi ve otoriter tutumu arttıkça çocukların akademik erteleme davranışının arttığı sonucuna ulaşmıştır. Bu sonucu, ailelerin çocuklarının her isteğini onların adına yapmasından ötürü çocuklarının bağımsızlık ve sorumluluk geliştirmesini engellemelerine ve benlik saygılarının düşük düzeyde olmasına bağlamıştır. Bu sebeple de çocukların akademik erteleme davranışının artabileceğine değinmiştir.

Aydoğan (2008), benlik saygısı ile akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında benlik saygısının akademik erteleme davranışını açıklayabildiği sonucuna ulaşmıştır. Otoriter tutumla büyütülen çocukların benlik saygısının düşük olmasının akademik erteleme davranışına etkisinin önemini çalışmada vurgulamıştır.

Benzer şekilde başka bir çalışmada ebeveynlerin yüksek beklentileri ve aşırı eleştirici tutumları ile erteleme davranışı arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Yani, ebeveynlerin baskıcı tutumları arttıkça, çocuklarının akademik erteleme davranışlarında da artış gözlemlenmektedir (Khalid, Zhang, Wang, Ghaffari ve Pan, 2019). Ebeveynlerin baskıcı ve aşırı eleştirel yaklaşımları, çocukların özerkliklerini kısıtlayarak seçim yapma becerilerini engelleyerek çocukların akademik erteleme eğilimlerini artırabilir.

Bununla birlikte, Amerika’da Ferrari ve Olivette’nin (1994) yaptığı çalışmanın sonucuna göre, anne veya babanın sıkı denetimi arttıkça erteleme artarken Türkiye’de Ulukaya ve Bilge (2014) tarafından yapılan çalışmada; annenin sıkı kontrolü ve denetimi arttıkça akademik ertelemenin azaldığı bulgusuna ulaşmışlardır.

Bu durum bize kültürler arasında akademik erteleme üzerinde anne baba tutumlarının farklı anlamlar taşıyabileceğini göstermektedir.

Kültürler arasında anne baba tutumları akademik erteleme davranışı üzerinde farklı anlamlar taşıyabileceği gibi, ülkemizde kendi içinde de yetiştirilme şekline göre bu durum farklılaşabilir. Ulukaya ve Bilge (2014)'nin üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmanın sonuçlarına göre annenin sıkı kontrolü ve denetimi akademik ertelemeyi azaltırken, bu çalışmada lise öğrencileri üzerinde baba reddedici tutumun artması akademik ertelemeyi artıran bir faktör olarak değerlendirilmiştir. Bu noktada literatüre farklı bir bakış açısı daha kazandırılmış olup, anne baba tutumlarının okuldan okula, bölgeden bölgeye göre değişebileceği değerlendirilebilir ve akademik erteleme üzerinde daha farklı birçok faktörün etkili olabileceği de söylenebilir.

5.1.3. Cinsiyet değişkenine göre akademik ertelemenin farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Bu çalışmada, lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Literatürde ise bu konuda birbirinden farklı bulgulara ulaşılmıştır. Bazı çalışmalar, çalışmamızla uyumlu olarak, akademik erteleme davranışında cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur (Çakıcı, 2003; Effert ve Ferrari, 1989; Rothblum ve ark., 1986; Gülebağlan, 2003; Uzun-Özer, 2009; Kutlu ve Demir, 2016; Kınık, 2015; Klassen ve Kuzucu, 2009; Onwuegbuzie, 2004; Oran, 2016; Solomon ve Rothblum, 1984; Ulukaya ve Bilge, 2014; Uzun Özer ve Topkaya, 2011; Çavdar, 2020).

Bununla birlikte, bazı araştırmalar akademik ertelemenin cinsiyete göre farklılaştığını vurgulamaktadır. Örneğin, Çelik (2014) ve Kandemir (2010), erkek öğrencilerin akademik erteleme davranışını daha fazla sergilediğini bulmuşlardır. Ayrıca, kızların erkeklerden daha fazla akademik erteleme yaptığına dair bulgular da mevcuttur (Demir ve Ferrari, 2009, Haycock, McCarthy ve Skay, 1998).

Bu araştırmalar, cinsiyete dayalı farklılıkların kültürel ve bireysel faktörlerden etkilenebileceğini göstermektedir. Sonuç olarak, akademik erteleme davranışının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği, kullanılan yöntemler, örneklem

grupları ve kültürel bağlamlara göre değişiklik arz edebilmektedir. Bu çalışmanın bulguları, literatürde cinsiyet farkı olmadığını belirten çalışmalarla tutarlılık gösterirken, cinsiyet farkı olduğunu belirten bazı diğer araştırmalarla uyuşmamaktadır. Bu durum, cinsiyetin akademik erteleme üzerindeki etkisinin karmaşık ve çok boyutlu olduğunu düşündürmektedir.

5.1.4. Sınıf düzeyi değişkenine göre akademik ertelemenin farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Bu araştırmada, lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının sınıf düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Oran (2016) tarafından yapılan araştırmada anadolu lisesinde öğrenim gören öğrencilerin akademik erteleme davranışı sınıf düzeyine göre incelenmiş olup, anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bu noktada araştırma sonuçları benzemektedir. Ataş ve Kumcağız (2020)'ın ergenler ile gerçekleştirdiği araştırmasında sınıf düzeyine göre akademik erteleme düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Benzer şekilde Akdemir (2013) tarafından gerçekleştirilen çalışmada da sınıf düzeyine göre akademik ertelemeye anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde Arslan (2013) tarafından lise öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada sınıf düzeyi değişkenine göre akademik erteleme düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Bununla birlikte Çakıcı (2003) ve Uzun Özer (2009) tarafından yapılan araştırmalarda, eğitim seviyesinin ilerlemesiyle birlikte akademik erteleme davranışlarının arttığı tespit edilmiştir. Bu durum, yaş faktörüyle de ilişkilendirilmiş olup, yaşça büyük bireylerin daha fazla erteleme eğiliminde olduğu ifade edilmektedir. Yayı ve Düşmez (2016)'ın yaptığı çalışmada 12. Sınıf öğrencilerinin diğer sınıf seviyesinde öğrenim gören öğrencilere göre daha fazla erteleme davranışı sergilediği sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda Ekinci (2011)'nin çalışmasında 9. Sınıf öğrencilerinin diğer üst sınıftaki öğrencilere göre daha fazla ertelemeye bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Özetle literatür incelendiğinde; sınıf düzeyine göre akademik erteleme davranışını anlamlı bulan araştırma sonuçları varken, istatistiksel olarak anlamlı çıkmayan araştırma sonuçları da mevcuttur. Bu araştırmada, sınıf düzeyine göre akademik

erteleme davranışında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak, literatürdeki bazı çalışmalar, üst sınıflarda okuyan öğrencilerin daha fazla akademik erteleme davranışı sergilediğini öne sürerken bazı araştırmalarda bunun tersi durum da mevcuttur. Bu durum, eğitim sürecindeki artan sorumlulukların ve akademik baskıların, yeni bir ortama adapte olma gibi süreçlerin öğrencilerin erteleme davranışlarını tetikleyebileceğini düşündürmektedir. Bununla birlikte, bu çalışmanın bulguları, sınıf düzeyine göre akademik erteleme davranışında anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir ve bu da, erteleme davranışının yalnızca sınıf düzeyine değil, bireysel farklılıklara ve diğer faktörlere de bağlı olabileceğini ima etmektedir. Bu bulgular, akademik erteleme davranışının daha geniş bir perspektifte ele alınması gerektiğini ve yalnızca sınıf düzeyine dayalı bir değerlendirme ile sınırlı kalınmaması gerektiğini ortaya koymaktadır.

5.2. Öneriler

Bu bölümde, bulgulara dayalı olarak öneriler sunulmuştur, bu öneriler araştırma sonuçlarına ve gelecek araştırmalara ilişkin iki farklı bölümde sunulmuştur.

5.2.1. Araştırma sonuçlarına dayalı öneriler

Bu araştırmada elde edilen bulgular, lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığının akademik erteleme davranışlarını yordadığını göstermektedir. Ayrıca anne baba tutumlarından baba reddediciliğinin de akademik ertelemeyi artıran bir faktör olduğu görülürken, genel olarak anne baba tutumlarının öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı üzerinde etkisi olduğu görülmüştür. Bu bağlamda ebeveynlerin çocuklarının teknoloji kullanımını dengeleyici ve onları destekleyici yaklaşımlar benimsemeleri, öğrencilerin hem akıllı telefon bağımlılığını hem de erteleme eğilimlerini azaltmakta büyük rol oynamaktadır.

Eğitmciler ve ebeveynler teknoloji kullanımının faydalarını ve zararlarını dengeli bir şekilde öğrencilere aktarmak, akıllı telefon kullanımı konusunda farkındalık yaratıcı programlar ve eğitimler düzenlemelidir. Ayrıca ebeveynlere yönelik olarak,

çocuklarının teknoloji kullanımını yönetme konusunda destekleyici kaynaklar sunulmalı ve bu konuda bilinçlendirme çalışmaları yapılmalıdır.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular dikkate alındığında, ebeveynlerin çocuklarına yönelik tutumlarını gözden geçirmeleri ve duygusal sıcaklık içeren, destekleyici bir ebeveyn yaklaşımını benimsemeleri önerilir. Eğitim programları ile ebeveynlerin aşırı koruyucu ve reddedici tutumlarının olumsuz etkileri hakkında bilgilendirilmeleri sağlanabilir.

Çocuklar için duygusal ve psikolojik destek sağlayan programlar geliştirilmelidir. Bu programlar, çocukların bağımsızlık ve sorumluluk duygularını güçlendirerek, akademik erteleme ve dijital bağımlılık gibi sorunları azaltabilir.

Hem ebeveynler hem de çocuklar için dijital okuryazarlık eğitimleri düzenlenmelidir. Bu eğitimler, dijital teknolojilerin sağlıklı ve dengeli bir şekilde kullanılmasını teşvik edebilir.

Baba reddedicilik tutumunun, akademik ertelemeyi etkilemesinden yola çıkarak, babaların çocuklarıyla daha sağlıklı iletişim kurabilmeleri ve çocuklarına yönelik disiplin uygulamalarında daha pozitif yöntemler kullanabilmeleri için yapılan bilinçlendirme çalışmalarının sayısı artırılabilir.

Sonuç olarak bu çalışma, teknoloji çağında eğitimin ve ebeveynlik uygulamalarının, öğrencilerin akademik ve sosyal gelişimleri üzerindeki önemli etkilerini belirtmektedir. Akıllı telefon kullanımının avantajlarından faydalanırken, potansiyel risklerin farkında olmak ve bu riskleri minimize etmek, çağımızın eğitimcilere ve ebeveynlere düşen en önemli sorumluluklardan biridir.

5.2.2. Gelecek araştırmalara yönelik öneriler

Akademik erteleme, akıllı telefon bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişkilerin daha iyi anlaşılabilmesi için daha fazla araştırma yapılmalıdır. Ayrıca bu konularda uzun vadeli etkileri izlemek için takip çalışmaları önerilir.

Gelecek araştırmalarda, katılımcı havuzunu genişletmek için birkaç farklı okulun dahil edilmesi daha kapsamlı bir çalışma yapılmasını sağlayabilir. Bu da verilerin çeşitliliğini artırarak daha genellemeye uygun hale gelmesine yardımcı olabilir.

Araştırmada, leklerin ve maddelerin fazlalığı, gönüllölük esasına dayanmasına rağmen, katılımcılarda isteksizlik ve bıkkınlık hissi yaratabilir. İlerideki çalışmalarda, ölçeklerin toplam soru sayısına zen gösterilmesi önerilmektedir.

Bu araştırma ilişkisel bir niteliğe sahiptir. Farklı araştırma türleri olan deneysel veya boylamsal çalışmalarla, bu konu daha derinlemesine ve çeşitli açılardan incelenebilir.



KAYNAKÇA

- Ada, S.& Tatlı, H. (2013). Akıllı telefon kullanımını etkileyen faktörler üzerine bir araştırma. Akademik Bilişim 2013 – 15. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, 23-25 Ocak 2013 – Akdeniz Üniversitesi, Antalya, 177-182. https://ab.org.tr/ab13/kitap/ada_tatli_AB13.pdf
- Agostini, D., & Petrucco, C. (2023). Problematic Smartphone Use and University Students' Academic Performance. *Journal of e-Learning and Knowledge Society*, 19(2), 30-38. <https://doi.org/10.20368/1971-8829/1135747>
- Akbay, S. E. (2009). Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: Akademik güdülenme, akademik özyeterlik ve akademik yükleme stillerinin rolü. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin. (Tez no: 253522)
- Akbay, S., and Gizir, C. (2010). Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: akademik güdülenme, akademik özyeterlik ve akademik yükleme stillerinin rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(6), 60-78. <https://doi.org/10.17860/efd.38518>
- Akdemir, N.T. (2013). İlköğretim öğrencilerinin facebook tutumları ile akademik erteleme davranışları ve akademik başarıları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.(Tez no: 349965)
- Akkaya, E. (2007). Eğitim fakültesi öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: Cinsiyet, yaş, akademik başarı, mükemmeliyetçilik ve depresyonun rolü, Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara. (Tez no: 217821)
- Akkuş, R. (2018). 8. sınıf öğrencilerinin Facebook tutumu ile akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Balıkesir ili merkez ilçeler örneği). (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir. (Tez no: 511645)
- Akyol, H. (2018). Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışı ile benlik saygıları ve durumluluk sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. (Tez no: 529759)

- Akyürek, M. İ. (2020). Lise öğrencilerinde akıllı telefon kullanımı ve bağımlılığı. *Turkish Journal of Educational Studies*, 7(2), 42-63. <https://doi.org/10.33907/turkjes.665046>
- Al-Barashdi, H. (2015). Smartphone addiction among university undergraduates: A literature review. *Journal of Scientific Research and Reports*, 4, 210-225. Doi: 10.9734/JSRR/2015/12245
- Albursan, I. S., Al. Qudah, M. F., Al-Barashdi, H. S., Bakhiet, S. F., Darandari, E., Al-Asqah, S. S., & Albursan, H. I. (2022). Smartphone addiction among university students in light of the COVID-19 pandemic: prevalence, relationship to academic procrastination, quality of life, gender and educational stage. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 10439. doi: 10.3390/ijerph191610439
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Ann K., Cassandra G., Leonie S., & Oliver D. (2019). How to Reduce Test Anxiety and Academic Procrastination Through Inquiry of Cognitive Appraisals: A Pilot Study Investigating the Role of Academic Self-Efficacy, *Front Psychol*, 10:1917. doi: 10.3389/fpsyg.2019.01917
- Ariöz, H. (2022). *Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ve akılcı olmayan inançları ile akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi). YÖK Tez Merkezi.(Tez no: 723264)
- Arrindell, W. A., Sanavio, E., Aguilar, G., Sica, C., Hatzichristou, C., Eisemann, M., Recinos, L. A., Gaszner, P., Peter, M., Battagliese, G., Kállai, J., and van der Ende, J. (1999). The development of a short form of the EMBU: Its appraisal with students in Greece, Guatemala, Hungary and Italy. *Personality and Individual Differences*, 27(4), 613–628. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00192-5](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00192-5)
- Arslan, A. (2013). Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının karar verme stilleri ile ilişkisi, Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep. (Tez no: 357656)

- Ashraf, M. A., Sahar, N., Kamran, M., and Alam, J. (2023). Impact of self-efficacy and perfectionism on academic procrastination among university students in Pakistan. *Behavioral Sciences*, 13(7), 537. <https://doi.org/10.3390/bs13070537>
- Ataş, N.& Kumcağız, H. (2020). Ergenlerin Akademik Erteleme Davranışları, Akademik Öz Yeterlik İnançları ve Mükemmeliyetçilik, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education) 35(2), 375-386 [2020] <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1079788>
- Ayas, T. & Horzum, M. B. (2013). İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Aile İnternet Tutumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 46-57. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/200124>
- Aydoğan, D. (2008). *Akademik erteleme davranışının benlik saygısı, durumluluk kaygı ve özyeterlik ile açıklanabilirliği*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara. (Tez no: 218067)
- Bae, S. M. (2015). The relationships between perceived parenting style, learning motivation, friendship satisfaction and the addictive use of smartphones with elementary school students of South Korea: Using Multivariate Latent Growth Modeling. *School Psychology International*. 36(5) 513–531. <https://doi.org/10.1177/0143034315604017>
- Balkıs, M. (2006). *Öğretmen adaylarının davranışlarındaki erteleme eğiliminin, düşünme ve karar verme tarzları ile ilişkisi* (Doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir). (Tez no: 189853)
- Balkıs, M. (2013). Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement: the mediation role of rational beliefs about studying. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 13(1), 57-74. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/236173872_Academic_procrastination_academic_life_satisfaction_and_academic_achievement_The_mediation_role_of_rational_beliefs_about_studying
- Balkıs, M. ve Duru, E., (2010). Akademik erteleme eğilimi, akademik başarı ilişkisinde genel ve performans benlik saygısının rolü. *Pamukkale*

Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 27, 159-170.
<https://hdl.handle.net/11499/41699>

Balkıs, M., Duru, E., Bulu, M., ve Duru, S. (2006). Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme eğiliminin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 7(2), 57-73. <https://hdl.handle.net/11499/25834>

Baumrind, D. (1966). The effects of authoritative parental control on child behaviors. *Child Development*, 37(4), 887-907. <https://doi.org/10.2307/1126611>

Baumrind, D. (1971). Harmonious parents and their preschool children. *Developmental Psychology*, 4(1), 99-102. <https://doi.org/10.1037/h0030373>

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance abuse. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56-95. <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>

Baykan, Z., Güneş, H. ve Akşehirli Seyfeli, M. Y. (2021). Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ile akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişki. *Tıp Eğitimi Dünyası*, 20(61), 119-134. <https://doi.org/10.25282/ted.848495>

Baykut, A. (2014). *Sosyal medya ilgisinin akıllı telefon tüketimine etkisi: Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencileri üzerine bir araştırma* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Tez no: 369169)

Berking, M., ve Whitley, B. (2014). *Affect regulation training: A practitioner's manual*. Springer Science + Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4939-1022-9>

Binder, K. (2000). *The effects of an academic procrastination treatment on student procrastination and subjective well-being* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Carleton University. doi: <https://doi.org/10.22215/etd/2000-04663>

Blouin-Hudon, E.-M. C., ve Pychyl, T. A. (2017). A mental imagery intervention to increase future self-continuity and reduce procrastination. *Applied Psychology: An International Review*, 66(2), 326–352. <https://doi.org/10.1111/apps.12088>

- Blunt, A. ve Pychyl, T. A. (2000). Task aversiveness and procrastination: A multidimensional approach to task aversiveness across stages of personel projects. *Personality and Individual Differences*, 28(1), 153-167. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00091-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00091-4)
- Bozkurt, N. (2004). Bir grup üniversite öğrencisinin depresyon ve kaygı düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiler. *Eğitim ve Bilim*, 29(133), 52–59. <https://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/5095>
- Boyalı, C. (2020). Öz-kontrol ile akademik erteleme arasındaki ilişkide akıllı telefon bağımlılığının aracı rolünün incelenmesi, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul. (Tez no: 620149)
- Burka, J. B. ve Yuen, L. M. (1983). Procrastination: Why you do it, what to do about it. Addison-Wesley. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1810947>
- Büyüköztürk, S., Kılıç Çakmak, E., Akgün, O. E., Karadeniz, S., ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Can, S. (2018). Ergenlerin akademik erteleme davranışları, internet bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçları: Bir model önerisi, Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. (Tez no: 504137)
- Cao, L. (2012). Differences in procrastination and motivation between undergraduate and graduate students. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, Vol. 12, No.2, June 2012, pp. 39-64 <https://doi.org/10.14434/josotl.v12i2.2018>
- Ceyhan, E., ve Çetin, N. (2017). Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının sürekli kaygı, akılcı olmayan inanç, öz düzenleme ve akademik başarı ile ilişkisi. *Hacettepe University Journal of Education*. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2017028261>
- Cho, H. Y., Kim, D. J., ve Park, J. W. (2017). Stress and adult smartphone addiction: Mediation by self-control, neuroticism, and extraversion. *Stress and Health*, 33(5), 624-630. doi: 10.1002/smi.2749
- Chow, H. P. H. (2011). Procrastination among undergraduate students: Effects of emotional intelligence, school life, self-evaluation, and self-efficacy. *Alberta*

Journal of Educational Research, 57(2), 234-240.
<https://doi.org/10.11575/ajer.v57i2.55479>

Chowdhury, S. F., ve Pychyl, T. A. (2018). A critique of the construct validity of active procrastination. *Personality and Individual Differences* 120:7-12.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.016>

Chun Chu, A. H., ve Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: positive effects of ‘active’ procrastination behavior on attitudes and performance. *Journal of Social Psychology* 145(3):245-64. doi: 10.3200/SOCP.145.3.245-264

Corey, D. (2007). Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları. Çev. Tuncay Ergene, Mentis yayıncılık: Ankara.

Corkin, D. M., Yu, S. L. ve Lindt, S. F. (2011). Comparing active delay and procrastination from a self-regulated learning perspective. *Learning and Individual Differences* 21(5). <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2011.07.005>

Crowder, R. (2008). “Academic Procrastination among Graduate vs. Undergraduate Students and Differences in the Experience of Affective and Cognitive Factors” Thesis, Rowan University. <https://rdw.rowan.edu/etd/693>

Çağdaş, A. (2002). *Anne baba çocuk iletişimi*. Ankara: Nobel Yayınları.

Çakıcı, D. Ç. (2003). *Lise ve üniversite öğrencilerinde genel erteleme ve akademik erteleme davranışının incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara: Ankara Üniversitesi.(Tez no: 205276)

Çakır, Ö., ve Oğuz, E. (2017). The correlation between high school students' loneliness levels and smart phone addiction. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 13(1), 418-429.
<https://doi.org/10.17860/mersinefd.290711>

Çam, O. (2021). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin akademik erteleme düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığına yönelik görüşlerinin incelenmesi (Serhat illeri örneği). Iğdır Üniversitesi, Iğdır.
<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/3163037>

Çavdar, A. (2020). 11-14 Yaş Grubu Öğrencilerin Akademik Erteleme Düzeylerinin SosyoDemografik Özellikler Açısından İncelenmesi (Yüksek Lisans Tezi) YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 620997).

- Çayır, E. (2024). Üniversite öğrencilerinin akademik öz yeterlik, üniversite mezuniyeti beklentileri ve akademik erteleme davranışlarının incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir. (Tez no: 860934)
- Çelik, Ç. B., & Odacı, H. (2014). Akademik Erteleme Davranışının Bazı Kişisel ve Psikolojik Değişkenlere Göre Açıklanması Explanation of Academic Procrastination by Some Personal and Psychological Variables. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (HU Journal of Education), 30(3), 31-47. <http://www.efdergi.hacettepe.edu.tr/yonetim/icerik/makaleler/662-published.pdf>
- Çetinkaya, S. (2019). *Algılanan anne baba tutumlarının ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.(Tez no: 537945)
- Damacela-Orellana, L. E., Tindale, R. S., ve Balcazar Suarez, Y. (2000). Decisional and behavioral procrastination: How they relate to self-discrepancies. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 225-238. Erişim adresi: Decisional and Behavioral Procrastination: How They Relate to Self-Discrepancies (luc.edu)
- Darcin, A. E., Noyan, C., Nurmedov, S., Yılmaz, O., ve Dilbaz, N. (2015). Smartphone addiction in relation with social anxiety and loneliness among university students in Turkey. *European Psychiatry*, 30(1), 591-599. doi: 10.1016/S0924-9338(15)30398-9
- Darling, N., ve Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Davis, D., ve Abbitt, J. (2013). An investigation of the impact of an intervention to reduce academic procrastination using short message service (SMS) technology. *Journal of Interactive Online Learning*, 12(3). Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/287304441_An_investigation_of_the_impact_of_an_intervention_to_reduce_academic_procrastination_using_short_message_service_SMS_technology

- Demir, H. N. (2006). 7-9 yaş grubu çocukların genel yetenek ve dil gelişimleri ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon. (Tez no: 210775)
- Demir, Y. (2017). Ergenlerde internet bağımlılığı, akademik güdülenme, akademik erteleme ve okula bağlanma arasındaki ilişkiler, Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya. (Tez no: 495703)
- Demir, S. (2024). Lise öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ile akademik erteleme davranışı ve akademik öz yeterlilik arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa. (Tez no: 864180)
- Demir, Y. & Kutlu, M. (2017). İnternet Bağımlılığı, Akademik Erteleme Ve Akademik Başarı Asındaki İlişkiler. *International Journal of Social Science*, 61, 91-105. doi:http://dx.doi.org/10.9761/JASSS7296.
- Demirci, K., Orhan, H., Demirdaş, A., Akpınar, A., ve Sert, H. (2014), Validity and reliability of the Turkish version of the smartphone addiction scale in younger population, *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 24 (3), 226-234. Doi: 10.5455/bcp.20140710040824
- Deniz, M. E., Traş, Z. ve Aydoğan, D. (2009). Akademik erteleme ve denetim odağının duygusal zekâ açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9 (2), 607 – 632. Erişim adresi: Akademik erteleme ve denetim odağının duygusal zekâ açısından incelenmesi | TRDizin
- Denizli, S. & Eken, E. (2018, April). Investigation of smartphone addiction among university students in terms of academic achievement, academic procrastination, smartphone usage behaviors and some demographic variables. Paper presented at the Conference of 27th International Congress on Educational Sciences, Antalya, Turkey. https://www.researchgate.net/publication/325011412_Investigation_of_Smartphone_Addiction_Among_University_Students_in_Terms_of_Academic_Achievement_Academic_Procrastination_Smartphone_Usage_Behaviors_and_Some_Demographic_Variables

- Dervişoğulları, M. (2020). *Eğitim fakültesi öğretim elemanlarının psikolojik sağlamlıkları, akademik erteleme eğilimleri, işle ilgili akışları ve mesleki yeterlikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul. (Tez no: 640972)
- Dirik, G., Yorulmaz, O., ve Karancı, A. N. (2015). Çocukluk dönemi ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi: Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları-çocuk formu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(2), 123-130. Erişim adresi: <http://www.turkpsikiyatri.com/PDF/C26S2/06.pdf>
- Dirik, K. (2016). *Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile özgüven arasındaki ilişkinin çeşitli değişken açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. (Tez no: 447377)
- Doğan, U., ve Tosun, N. İ. (2016). Lise öğrencilerinde problemli akıllı telefon kullanımının sosyal kaygı ve sosyal ağların kullanımına aracılık etkisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 99-128. <https://doi.org/10.14520/adyusbd.66762>
- Dokuyan, M. (2016). 12. Sınıf öğrencilerinde algılanan anne- baba tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Ahi Evran Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2(2), 1-21. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/aeusbed/issue/25261/282781>
- Dönmezer, İ. (1999). Ailede İletişim Ve Etkileşim Sağlıklı İnsan Sağlıklı Aile. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dryden, W. (2000). Ertelemek yaşamı kaçırmaktır. (G. Günay, Çev.). Rota Yayınları.
- Ekinci, E. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin akademik özyeterlik düzeyleri ve akademik erteleme davranışlarının öğrenilmiş çaresizlik düzeylerini yordama gücü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Tokat. (Tez no : 296469)
- Elizabeth Cohen, 2011, Do you obsessively check your smartphone? Erişim adresi: Do you obsessively check your smartphone? - CNN.com
- Ellis, A. ve Knaus, W. J. (1977). Overcoming procrastination. Signet Books.

- Elmas, O., Kete, S., Hızlı, S. S., ve Kumral, H. N. (2015). Teknolojik cihaz kullanım alışkanlıklarının okul başarısı üzerine etkisi. *SDÜ Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(2), 49-54. Erişim adresi: 196058 (dergipark.org.tr)
- Erdoğan, U., Pamuk, M., Eren-Yürük, S. & Pamuk, K. (2013). Academic procrastination and mobile phone. International Academic Conference on Education, Teaching and Elearning, https://www.academia.edu/22952030/ACADEMIC_PROCRASTINATION_AND_MOBILE_PHONE
- Fadardi, J. S., Azad, H. ve Nemati, A. (2010). “The Relationship between Resilience, Motivational Structure, and Substance Use”. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.07.395
- Ferrari, J. R. ve Beck, B. L. (1998). *Affective responses before and after fraudulent excuses by academic procrastinators*. Education, Summer. 118, 529- 538. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/276354353_Affective_Responses_Before_and_After_Fraudulent_Excuses_by_Academic_Procrastinators
- Ferrari, J. R., ve Effert, B. R. (1989). Decisional Procrastination: Examining Personality Correlates. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/232562755_Decisional_procrastination_Examining_personality_correlates
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L. ve McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York: Plenum Press. doi:10.1007/978-1-4899-0227-6
- Ferrari, J. R. ve Olivette, M. J. (1993). Perception of parental control and the development of indecision among late adolescent females. *Adolescence*, 28(112), 963-970. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8266848/>
- Ferrari, J. R. ve Olivette, M. J. (1994). Parental authority and the development of female dysfunctional procrastination. *Journal of Research in Personality*, 28, 87–100. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1994.1008>
- Ferrari, J.R., Parker, J.T. and Ware, C.B. (1992). Academic procrastination: Personality correlates with Myers-Briggs types, self-efficacy, and academic

- locus of control. *Journal of Social Behavior & Personality*, 7(3), 495-502.
<https://psycnet.apa.org/record/1993-15437-001>
- Flett, G. L., Blankstein, K., Hewitt, P. L. ve Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behaviour and Personality*, 20(2), 85-94. <https://doi.org/10.2224/sbp.1992.20.2.85>
- Goodman, A. (1990). Addiction: Definition and implications. *British Journal of Addiction*, 85(11), 1403-1408. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.1990.tb01620.x>
- Griffiths, M. (1996). Gambling on the internet: A brief note. *Journal of Gambling Studies*, 12, 471-473. doi: 10.1007/BF01539190
- Griffiths, M. (2009). A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197. doi:10.1080/14659890500114359
- Guzey, M. (2007). “Akademik Erteleme: Bir Öğrenci Klasiği”. *Türk Psikoloji Bülteni* 84- 86. Erişim adresi: Bulten_Aralik_07.indd (psikolog.org.tr)
- Gülebağlan, C. (2003). Öğretmenlerin işleri son ana erteleme eğilimlerinin, mesleki yeterlilik algıları, mesleki deneyimleri ve branşları bakımından karşılaştırılmasına yönelik bir araştırma. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara. (Tez no: 205274)
- Güleç, G., Köşger, F., ve Eşsizoglu, A. (2015). DSM-5'te alkol ve madde kullanım bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 448-460. <https://doi.org/10.5455/cap.20150325081809>
- Güenalp, A., (2007). Farklı Anne Baba Tutumlarının Okul Öncesi Eğitim Çağındaki Çocukların Özgüven Duygusunun Gelişimine Etkisi (Aksaray ili örneği). Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Tez no: 217372)
- Günay, K. (2019). Ortaokul 8. Sınıf öğrencilerinde sosyal medya kullanım sıklığı ile akademik erteleme davranışı arasındaki ilişki, Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul. (Tez no: 592237)

- Güner, D. (2008). *İlköğretim okullarında görev yapan sınıf ve branş öğretmenlerinin erteleme eğilimleri ve kaygı düzeyleri*. Yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. (Tez no: 227456)
- Güngör, A. B. ve Koçak, O. (2020). Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 397-419. <https://dergipark.org.tr/pub/etad/issue/58757/716586>
- Gürkan, H., Atabay, E., & Gezgin, D. M. (2022). Lise öğrencileri arasında dijital şiddet: siber zorbalık, akıllı telefon bağımlılığı ve medya okuryazarlık arasındaki ilişki. *Trakya Eğitim Dergisi*, 12(3), 1799-1820. <https://doi.org/10.24315/tred.1115385>
- Hagbini, M., McCaffrey, A., ve Pynch, T. A. (2012). The complexity of the relation between fear of failure and procrastination. *Journal of Rational-emotive and Cognitive-behavior Therapy*, 30(4), 249–263. <https://doi.org/10.1007/s10942-012-0153-9>
- Harper, D. (2022). *Etymology of addict*. Retrieved April 23, 2023, from <https://www.etymonline.com/word/addict>
- Hawi, N. S. & Samaha, M. (2016). To excel or not to excel: Strong evidence on the adverse effect of smartphone addiction on academic performance. *Computers & Education*, 98, 81-89. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2016.03.007>
- Haycock, L. A McCarthy, P. ve Skay, C. L. (1998). Procrastination in college students: The role of self and anxiety. *Journal of Counseling and Development*. 76(3), 317- 325. <http://dx.doi.org/10.1002/j.1556-6676.1998.tb02548.x>
- Hidayah, R., Mu'awanah, E., ve Tulugagung, I. (2020). Psycho-education for doctoral students in coping with procrastination in academics towards strengthening career. *International Journal of Innovation*, 13(8). Erişim adresi: 13875 Hidayah 2020 E.docx (ijicc.net)
- Hill, M. B., Hill, D. A., Chabot, A. E., ve Barrall, J. F. (1978). A survey of college faculty and student procrastination. *College Student Journal*, 12, 256-262.

Erişim adresi: A survey of college faculty and student procrastination.
(apa.org)

Hussain, I., ve Sultan, S. (2010). Analysis of procrastination among university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 1897–1904. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.385>

Isbell, L. M., ve Cote, N. G. (2009). Connecting with struggling students to improve performance in large classes. *Teaching of Psychology*, 36(3), 185-188. <https://doi.org/10.1080/00986280902959960>

İnanç, B. Y., ve Yerlikaya, E. E. (2017). Kişilik Kuramları. Ankara: Pegem Akademi.

Javid, M. A., Malik, M. A., ve Gujjar, A. A. (2011). Mobile phone culture and its psychological impacts on students' learning at the university level. Erişim adresi: Mobile Phone Culture and its Psychological Impacts on Students' Learning at the University Level | Semantic Scholar

Johnstone, J. M., Ribbers, A., Jenkins, D., Atchley, R., Gustafsson, H., Nigg, J. T., ... ve Oken, B. (2020). Classroom-based mindfulness training reduces anxiety in adolescents: Acceptability and effectiveness of a cluster-randomized pilot study. *Journal of Restorative Medicine*, 10(1), Article 0101. <https://doi.org/10.14200/jrm.2020.0101>

Kandemir, M. (2010). *Akademik Erteleme Davranışını Açıklayıcı Bir Model*. Yüksek Lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara. (Tez no: 279441)

Kaplan, M. (2017). “Hemşirelik öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: akademik güdülenme, akademik özyeterlik ve akademik yükleme stillerinin rolü”. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep. (Tez no: 489823)

Karim, R., ve Chaudhri, P. (2012). Behavioral addictions: An overview. *Journal of Psychoactive Drugs*, 44(1), 5-17. doi: 10.1080/02791072.2012.662859

Kaya, M. (1997). Ailede anne-baba tutumlarının çocuğun kişilik ve benlik gelişimindeki rolü. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9(9), 194-204. <https://doi.org/10.17120/omuifd.20359>

- Kaya, Ö. S., ve Odacı, H. (2019). Birey merkezli terapiye dayalı bir psiko-eğitim programı akademik erteleme davranışı üzerinde ne kadar etkili? Bir değerlendirme çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 9(53), 261-295. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/46427/5817497>
- Kaya, A. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin akademik erteleme davranışı ve benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa. (Tez no: 650416)
- Kınık, Ö. (2015). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile fonksiyonel olmayan tutumları, depresyon düzeyleri ve benlik saygıları arasındaki ilişki, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon. (Tez no: 407690)
- Kim, K. R. ve Seo, E.H. (2015). “*The Relationship between Procrastination and Academic Performance: A Meta-Analysis*”. *Personality and Individual Differences* 82:26-33. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.038>
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., ve Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915-931. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2007.07.001>
- Klassen, R. M., & Kuzucu, E. (2009). Academic procrastination and motivation of adolescents in Turkey. *Educational psychology*, 29(1), 69-81. <https://doi.org/10.1080/01443410802478622>
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination: When good things don't come to those who wait. *European Psychologist*, 18(1), 24-34. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000138>
- Knaus, W. J. (1998). Do it now! Break the procrastination habit. John Wiley ve Sons, Inc
- Knaus, W. J. (2000). Procrastination, blame, and change. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15, 153-166. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/285743380_Procrastination_Blame_and_Change

- Kohli, M. A., Maschio, M., Lee, A., Fust, K., Van de Velde, N., Buck, P. O., ve Weinstein, M. C. (2022). The potential clinical impact of implementing different COVID-19 boosters in fall 2022 in the United States. *Journal of Medical Economics*, 25(1), 1127–1139. <https://doi.org/10.1080/13696998.2022.2126127>
- Kulaksızoğlu, A. (2011). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kumcağız, H., ve Gündüz, Y. (2016). Relationship between psychological well-being and smartphone addiction of university students. *International Journal of Higher Education*, 5(4), 144-156. doi:10.5430/ijhe.v5n4p144
- Kutlu, M. & Demir, Y. (2016). Ergenlerdeki akademik erteleme davranışının incelenmesi. 6. Uluslararası Canik Sempozyumu'nda sunulmuş bildiri, Samsun. https://www.researchgate.net/publication/312472800_Ergenlerdeki_Akademik_Erteleme_Davranisinin_Incelenmesi_Investigation_of_Academic_Procrastination_in_Adolescents
- Kuzgun, Y. ve Eldeleklioğlu, J. (2005). Anne-Baba Tutumları Ölçeği (Editör, Yıldız Kuzgun ve Feride Bacanlı, Pdr'de Kullanılan Ölçekler). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kwon, M., Kim, DJ., Cho, H., Yang, S. (2013), The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS One*, 8(12), 1-7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Lay, C. H., Knish, S., ve Zannata, R. (1992). Self-handicappers and procrastinators: A comparison of their practice behavior prior to an evaluation. *Journal of Research in Personality*, 26(3), 242-257. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(92\)90042-3](https://doi.org/10.1016/0092-6566(92)90042-3)
- Lin, Y.-H., Chang, L.-R., Lee, Y.-H., Tseng, H.-W., Kuo, T. B., ve Chen, S.-H. (2014). Development and validation of the smartphone addiction inventory (SPAI). *PLoS ONE*, 9(6). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0098312>
- Liu, S., Lan, Y., Chen, B., He, G., & Jia, Y. (2022). Smartphone Use Time and total screen time among students aged 10–19 and the effects on academic stress:

- a large longitudinal cohort study in Shanghai, China. *Frontiers in Public Health*, 10, 869218. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.869218>
- Maccoby, E. E., ve Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of Child Psychology: Formerly Carmichael's Manual of Child Psychology*. Erişim adresi: <https://www.scrip.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=1468894>
- Madjid, A., Sutoyo, D. A., ve Shodiq, S. F. (2021). “*Academic Procrastination among Students: The Influence of Social Support and Resilience Mediated by Religious Character*”. *Cakrawala Pendidikan*. doi: 10.21831/cp.v40i1.34641
- Martin, P. R., e Petry, N. M. (2005). Are non-substance-related addictions really addictions? *American Journal on Addictions*, 14(1), 1-7. doi: 10.1080/10550490590899808
- McCown, W., ve Johnson, J. (1991). Personality and chronic procrastination by university students during an academic examination period. *Personality and Individual Differences*, 12(5), 413-415. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(91\)90058-J](https://doi.org/10.1016/0191-8869(91)90058-J)
- Miles, M.B., Huberman, A.M. and Saldana, J. (2014) *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. Sage, London. Erişim adresi: Miles, M.B., Huberman, A.M. and Saldana, J. (2014) *Qualitative Data Analysis A Methods Sourcebook*. Sage, London. - References - Scientific Research Publishing (scrip.org)
- Milgram, N. (1991). *Procrastination*. encyclopedia of human biology. 6. New York: Academic Press.
- Milgram, N. N., Mey-Tal, G.ve Levinson, Y. (1998). Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. *Personality and Individual Differences*, 25, 297-316. doi: 10.1016/S0191-8869(98)00044-0
- Musayeva, G. (2015). Gelişen teknoloji sayesinde cep telefon operatörlerinin değişimindeki beklentiler. *İstanbul Aydın Üniversitesi Dergisi*, 28, 53-63. doi: 10.17932/IAU.IAUD.m.13091352.2015.7/28.53-63

- Naik, Reddy, Sk, Kiran ve Js, Sanjana. (2019). Mobile phone addiction: Symptoms, impacts and causes—a review. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/330521664_Mobile_Phone_Addiction_Symptoms_Impacts_and_Causes-A_Review
- Nerlove, M., & Wallis, K. F. (1966). Use of the Durbin-Watson statistic in inappropriate situations. *Econometrica: Journal of the Econometric Society*, 34 (1), 235-238. <https://doi.org/10.2307/1909870>
- Niaraki, F. R., & Rahimi, H. (2013). The Impact of Authoritative, Permissive and Authoritarian Parenting Styles on Children's Later Mental Health. *Journal of Psychology*, 7(2), 45-50. <https://european-science.com/eojnss/article/view/24>
- Onwuegbuzie, A. J. (2004). Academic procrastination and statistics anxiety. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 29(1), 3–19. <https://doi.org/10.1080/0260293042000160384>
- Oran, S. (2016). Anadolu lisesi öğrencilerinde akademik erteleme davranışlarının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, Mersin. (Tez no: 443055)
- Örgün, S. (2000). Anne baba tutumları ile 8.sınıf öğrencilerinin benlik saygıları ve atılganlıkları arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. (Tez no: 102374)
- Özer, A., ve Altun, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme nedenleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(21), 45-72. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/19394/205980>
- Özer, B. U.& Topkaya, N. (2011). Akademik Erteleme ve Sınav Kaygısı, Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, Aralık 2011, 2(2), 12-19 <http://dergi.adu.edu.tr/egitimbilimleri>
- Özkoçak, Y. (2016). Türkiye’de akıllı telefon kullanıcılarının oyalanma amaçlı tercih ettikleri mobil uygulamalar. *Global Media Journal TR Edition*, 6(12), 106-130. Erişim adresi: [b3m3V.pdf \(guvenliweb.org.tr\)](https://www.guvenliweb.org.tr/b3m3V.pdf)
- Panova, T., ve Carbonell, X. (2018). Is smartphone addiction really an addiction? *Journal of Behavioral Addictions*, 7(2), 252-259. doi: 10.1556/2006.7.2018.49

- Parmaksız, İ. (2022). The effect of phubbing, a behavioral problem, on academic procrastination: The mediating and moderating role of academic self-efficacy. *Psychology in the Schools*, 60(1), 105-121. <https://doi.org/10.1002/pits.22765>
- Patrzek, J., Grunschel, C., ve Fries, S. (2012). Academic procrastination: The perspective of university counsellors. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 34(3), 185-201. <https://doi.org/10.1007/s10447-012-9150-z>
- Peele, S. (2009). What addiction is and is not: The impact of mistaken notions of addiction. *Addiction Research*, 8(6), 599-607. doi: 10.3109/16066350008998991
- Petty, R. E., ve Cacioppo, J. T. (1996). *Attitudes and Persuasion: Classic and Contemporary Approaches*. Westview Press. Erişim adresi: Attitudes and persuasion: Classic and contemporary approaches. (apa.org)
- Pinxten, M., De Laet, T., Van Soom, C., Peeters, C., ve Langie, G. (2019). "Purposeful Delay and Academic Achievement. A Critical Review of the Active Procrastination Scale". *Learning and Individual Differences* 73:42-51. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.04.10>
- Pychyl, T. A., Coplan, R. J. ve Reid, P. A. (2002). Parenting and procrastination: Gender differences in the relations between procrastination parenting style and self-worth in early adolescence. *Personality and Individual Differences*, 33, 271-285. doi: 10.1016/S0191-8869(01)00151-9
- Rad, H. S., Samadi, S., Sirois, F. M., ve Goodarzi, H. (2023). Mindfulness intervention for academic procrastination: A randomized control trial. *Learning and Individual Differences*, 101, 102244. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2022.102244>
- Rasheed, R. A., Kamsin, A., ve Abdullah, N. A. (2020). Challenges in the online component of blended learning: A systematic review. *Computers and Education*, 144, 103701. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.103701>
- Rosario, P., Costa, M., Nunez, J.C., & Gonzales-Pianda, J. (2009). Academic procrastination: Associations with personal, school, and family variables. The

Spanish Journal of Psychology, 12 (1), 118-127. doi: 10.1017/s1138741600001530

Rothblum, E. D., Solomon, L. J. ve Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33(3), 387-394. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>

Rothblum, E. D., Solomon, L. J., ve Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33(4), 387. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>

Rozental, A., Bennett, S., Forsström, D., Ebert, D. D., Shafran, R., Andersson, G., ve Carlbring, P. (2018). Targeting procrastination using psychological treatments: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 9, 1588. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01588>

Rozental, A., ve Carlbring, P. (2014). Understanding and treating procrastination: A review of a common self-regulatory failure. *Psychology*, 5(13), 1488–1502. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.513160>

Saad, M. A. E. (2020). Self-regulated learning and academic procrastination as predictors of smartphone addiction among second year-middle school learning disabled students. *Amazonia Investiga*, 9(26), 236-243. doi: 10.34069/AI/2020.26.02.27

Samaha, M., ve Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.045>

Scent, C. L., ve Boes, S. R. (2014). Acceptance and commitment training: A brief intervention to reduce procrastination among college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 28(2), 144-156. <https://doi.org/10.1080/87568225.2014.883887>

Schouwenburg, H. C. (1995). Academic procrastination. In J. R. Ferrari, J. L. Johnson and W. G. McCown (Eds.), *Procrastination and Task Avoidance*:

Theory, Research, and Treatment (pp. 71-96). Springer US.
https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6_4

Schraw, G., Wadkins, T., ve Olafson, L. (2007). Doing the things we do: A grounded theory of academic procrastination. *Journal of Educational Psychology*, 99(1), 12-25. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.99.1.12>

Schuenemann, L., Scherenberg, V., von Salisch, M., ve Eckert, M. (2022). "I'll worry about it tomorrow" - Fostering emotion regulation skills to overcome procrastination. *Frontiers in Psychology*, 13, 780675. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.780675>

Senecal, C. Koestner, R. ve Vallerand, J., (1995). Self- regulation and academic procrastination. *The Journal of Social Psychology*, 135(5), 607-619. doi: 10.1080/00224545.1995.9712234

Senecal, C., Lavoie, K. ve Koestner, R. (1997). Trait and situational factors in procrastination: An interactional model. *Journal of Social Behavior and Personality*, 12(4), 889-903. Erişim adresi: Trait and situational factors in procrastination: An interactional model. (apa.org)

Seo, E. H. (2008). Self-efficacy as a mediator in the relationship between self-oriented perfectionism and academic procrastination. *Social Behavior and Personality*, 36, 753-764. <https://doi.org/10.2224/sbp.2008.36.6.753>

Shaked, L., Altarac, H. (2022). Exploring academic procrastination: Perceptions, self-regulation, and consequences. *Journal of University Teaching and Learning Practice*, 19(3). <https://doi.org/10.53761/1.19.3.15>

Shambare, R., Rugimbana, R., ve Zhoua, T. (2012). Are mobile phones the 21st century addiction? *Journal of Business Management*, 6, 573-577. doi:10.5897/AJBM11.194

Silva, F.G.F. & Gutierrez, J.C.S. (2014). Internet as a Haven and Social Shield. Problematic Uses of the Network by Young Spaniards. *Media Education Research Journal*, 43(22), 45-53 doi: 10.3916/C43-2014-04

Sirois, F. M. (2014). Out of sight, out of time? A meta-analytic investigation of procrastination and time perspective. *European Journal of Personality*, 28(5), 511-520. <https://doi.org/10.1002/per.1947>

- Solomon, L. J. ve Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency And Cognitive Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503- 509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Sposito, V., Hand, M., & Skarpness, B. (1983). On the efficiency of using the sample kurtosis in selecting optimal L_p estimators. *Communications in Statistics. Simulation and Computation*, 12(3), 265-272. doi: 10.1080/03610918308812318
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133, 65-94. doi:10.1037/0033-2909.133.1.65
- Steel, P. (2010). “Arousal, Avoidant and Decisional Procrastinators: Do They Exist?” *Personality and Individual Differences* 48(8):926-34. doi: 10.1016/j.paid.2010.02.025
- Steel, P., ve Klingsieck, K. B. (2016). Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36-46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Stein, A. T., Carl, E., Cuijpers, P., Karyotaki, E., ve Smits, J. A. J. (2021). Looking beyond depression: A meta-analysis of the effect of behavioral activation on depression, anxiety, and activation. *Psychological Medicine*, 51(9), 1491-1504. <https://doi.org/10.1017/S0033291720000239>
- Sula Ataş, N., & Kumcağız, H. (2020). Academic procrastination attitudes of adolescents, academic self-efficacy beliefs and perfectionism levels. *Hacettepe University Journal of Education*, 35(2), 375-386. doi: 10.16986/HUJE.2019050341
- Svartdal, F., ve Løkke, J. A. (2022). The ABC of academic procrastination: Functional analysis of a detrimental habit. *Frontiers in Psychology*, 13, 1019261. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1019261>
- Takao, M., Takahashi, S., ve Kitamura, M. (2009). Addictive personality and problematic mobile phone use. *Cyberpsychology and Behavior: The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society*, 12(5), 501–507. doi: 10.1089/cpb.2009.0022

- Tanrikulu, M. (2013). Ergenlerin akademik erteleme davranışlarıyla benlik saygılarının incelenmesi, Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir. (Tez no: 353289)
- Tavşancıl, E. (2002). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*, Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Tice, D. M., ve Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological Science*, 8(6), 454–458. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00460.x>
- Ting, C. H., ve Chen, Y. Y. (2020). Smartphone addiction. In *Adolescent Addiction* (Second Edition) (pp. 215-240). doi:10.1016/B978-0-12-818626-8.00008-6
- Tokol, O. (1996). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden ve etmeyen 3-6 yaş çocuklarının gelişim özellikleri ve anne-baba tutumlarının karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. (Tez no:53554)
- Tossel, C. C., Kortum, P., Shepard, C., Rahmati, A., ve Zhong, L. (2015). You can lead a horse to water but you cannot make him learn: Smartphone use in higher education. *British Journal of Educational Technology*, 46(4), 713–724. doi: 10.1111/bjet.12176
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational And Psychological Measurement*, 51, 473-481. <http://dx.doi.org/10.1177/0013164491512022>
- Tuckman, B. W. (1998). Using tests as an incentive to motivate procrastinators to study. *Journal of Experimental Education*, 66(2), 141–147. <https://doi.org/10.1080/00220979809601400>
- Tuckman, B. W. (2002). Academic procrastinators: Their rationalizations and web-course performance. APA Symposium Paper, Chicago. <https://eric.ed.gov/?id=ED470567>
- Tuckman, B. W., ve Schouwenburg, H. C. (2004). Behavioral interventions for reducing procrastination among university students. In H. C. Schouwenburg, C. H. Lay, T. A. Pynchyl and J. R. Ferrari (Eds.), *Counseling the*

procrastinator in academic settings (pp. 91–103). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10808-007>

Qaisar, S., Akhter, N., Masood, A. & Rashid, S. (2017). Problematic mobile phone use, academic procrastination and academic performance of college students. *Journal of Educational Research*, 20(2), 201-214. https://www.researchgate.net/publication/328772260_Problematic_Mobile_Phone_Use_Academic_Procrastination_and_Academic_Performance_of_College_Students

Ulukaya, S. (2012). Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme yordayıcıları olarak aile bağlamında benlik ve anne baba tutumları. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. (Tez no: 314893)

Ulukaya, S., ve Bilge, F. (2014). Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme yordayıcıları olarak aile bağlamında benlik ve ana-baba tutumları. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(41), 89-102. <https://doi.org/10.17066/pdrd.63183>

Uzun Özer, B. (2009). Bir grup lise öğrencisinde akademik erteleme davranışı: Sıklığı, olası nedenleri ve umudun rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (32), 12-19. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200026>

Uzun Özer, B. (2010). *A path analytic model of procrastination: Testing cognitive, affective, and behavioral model*. Doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.(Tez no: 277642)

Uzun Özer, B. (2011). A Cross Sectional Study on Procrastination: Who Procrastinate More? *IPEDR* vol.18, Singapore. Erişim adresi: Procrastination_Cross-sectional.pdf (bilgeuzun.com)

Uzun Özer, B., Demir, A. ve Ferrari, J. R., (2009). Exploring academic procrastination among turkish students: possible gender differences in prevalence and reasons. *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 241–257. doi: 10.3200/SOCP.149.2.241-257

Uzun Özer, B., Demir, A., ve Ferrari, J. R. (2013). Reducing academic procrastination through a group treatment program: A pilot study. *Journal of*

Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 31(3), 127-135.
<https://doi.org/10.1007/s10942-013-0165-0>

Uzun, B. ve Demir, A. (2011). Engellenmeye tahammülsüzlüğün akademik ertelemedeki rolü. XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresinde sunulan bildiri, Ege Üniversitesi, İzmir.

Uzun, B., ve Demir, A. (2015). “Erteleme: Türleri, Bileşenleri, Demografik Etkenler ve Kültürel Farklılıklar”. *Ege Eğitim Dergisi* 16(1).
<https://doi.org/10.12984/eed.09571>

Wang, S., Zhou, Y., Yu, S., Ran, L.-W., Liu, X.-P., ve Chen, Y.-F. (2017). Acceptance and commitment therapy and cognitive-behavioral therapy as treatments for academic procrastination: A randomized controlled group session. *Research on Social Work Practice*, 27(1), 48-58.
<https://doi.org/10.1177/1049731515577890>

Warden, N. L., Phillips, J. G., ve Ogloff, J. R. (2004). Internet addiction. *Psychiatry, Psychology and Law*, 11, 280-295.
<https://doi.org/10.1375/1321871042707331>

Weiss, L. (1998). Çocuğumu nasıl anlarım? Sinan Köseoğlu (Çev.). İstanbul: Beyaz Yayınları.

Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95, 179–187.
<https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.179>

World Health Organization [WHO]. (2016). ICD-11 beta draft [Internet] Geneva.
<http://apps.who.int/classifications/icd11/browse/l-m/en>.

Yatgın, S. (2014). Lise öğrencilerinde akademik erteleme algılanan anne baba tutumlarına göre incelenmesi, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya. (Tez no: 372149)

Yavuzer, H. (1994). *Çocuk psikolojisi* (27th ed.). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2004). *Ana-baba ve çocuk* (17th ed.). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2007). *Anne baba ve çocuk*, Ankara: Remzi Kitabevi.

- Yaycı, L. & Düşmez, İ. (2016). Adolesanların akademik erteleme davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *OPUS – Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 80-101. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/210744>
- Yıldırım, Ü. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik belirtilerinin sosyal destek algısı ve akademik erteleme açısından incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya. (Tez no: 350154)
- Yıldırım, O. & Sezer, Ö. (2018). Üniversite öğrencilerinin algılanan anne baba tutumlarına göre kendilerini değerlendirmelerinin ve kardeş ilişkilerinin incelenmesi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 1 (1), 86- 117. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/apdad/issue/41936/481315>
- Yılmaz, A. (2000). Anne baba tutum ölçeği'nin güvenirlik ve geçerlilik çalışması. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 7(3), 160-172. Erişim adresi: <http://www.scopemed.org/fulltextpdf.php?mno=34527>
- Yılmaz, A. (2000a). Eşler arasındaki uyum ve çocuğun algıladığı anne-baba tutumu ile çocukların, ergenlerin ve gençlerin akademik başarıları ve benlik algıları arasındaki ilişkiler. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Tez no: 98640)
- Yiğit, Z. (2015). 13-18 Yaş Aralığındaki Ergenlerde, Problemlili İnternet Kullanımı, Öz Anlayış ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. <https://hdl.handle.net/20.500.12294/1049>
- Yörükoğlu, A. (2002). *Çocuk ruh sağlığı*. Ankara: Özgür Yayınları.
- Yücel, C., ve Şen, Ü. S. (2019). Güzel Sanatlar Lisesi müzik bölümü öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve akademik erteleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 23(3):1007-32. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ataunisobil/issue/49603/553830>
- Yücelten, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi*. Unpublished

master's thesis, Üsküdar University, Social Sciences Institute. (Tez no: 441648)

Zacks, S., ve Hen, M. (2018). Academic interventions for academic procrastination: A review of the literature. *Journal of Prevention and Intervention in the Community*, 46(2), 117-130. <https://doi.org/10.1080/10852352.2016.1198154>

Zippia. (2022). 20 vital smartphone usage statistics: Facts, data, and trends on mobile use in the U.S. Zippia. Erişim adresi: <https://www.zippia.com/advice/smartphone-usage-statistics/>

