

**T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ERGENLERDE AKADEMİK ERTELEMENİN YORDAYICILARI:
MÜKEMMELİYETÇİLİK VE GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**HAZIRLAYAN
GÖZDE COŞKUN**

GAZİANTEP- 2022

**T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ERGENLERDE AKADEMİK ERTELEMENİN YORDAYICILARI:
MÜKEMMELİYETÇİLİK VE GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**HAZIRLAYAN
GÖZDE COŞKUN**

**TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ GÖKÇEN AYDIN**

GAZİANTEP- 2022

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “**Ergenlerde Akademik Ertelemenin Yordayıcıları: Mükemmeliyetçilik ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu**” başlıklı çalışmanın tarafımda, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım. 07/01/2022

Gözde COŞKUN



ÖNSÖZ

Lisans eğitimime başladığım günden itibaren hep istediğim yüksek lisans benim için her hafta yeni bilgiler edinme, kendimi geliştirme, üniversite havası soluma, kimi zaman yorgunluk, her zaman istek ve çaba ile dolu, zor ve bir o kadar da güzel bir yolculuktu. Yolculuğum süresince desteğini her yönden hissettiğim, tez çalışmam başta olmak üzere eğitimim boyunca gösterdiği sabır, verdiği kıymetli geribildirimler ve her zaman desteği için danışmanım Dr. Öğretim Üyesi Gökçen AYDIN'a minnet ve sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Lisans ve Yüksek Lisans eğitimim süresince bana desteğini hiçbir zaman esirgemeyen, mesleğe atılmadan edindiğim bilgilerin temelini etik ilkeler çerçevesinde atan, bana güveninin her daim hissettiren kıymetli hocam Prof. Dr. Neslihan GÜNEY KARAMAN'a, lisans eğitimim boyunca kıymetli bilgiler edindiğim Doç Dr. Aysel ESEN ÇOBAN'a ve ismini sayamadığım yoluma ışık tutan tüm hocalarıma, yüksek lisans eğitimim boyunca desteğini ve ışığını esirgemeyen değerli hocam Doç. Dr. Ramin ALİYEV'e, birbirinden kıymetli bilgiler edindiğim hocam Dr. Öğretim Üyesi Cemre ERTEN TATLI'ya teşekkürlerimi sunuyorum.

Hayata gözlerimi açtığım günden itibaren emek, sonsuz sevgi ve bana duydukları güvenle beni büyüten, haklarını hiçbir zaman ödeyemeyeceğim, daima yanımda olan, var oldukları için her daim şükrettiğim ve kendimi şanslı hissettiğim, aynı zamanda ilk öğretmenlerim olan annem Aynur COŞKUN ve babam Kemal COŞKUN'a; hep destekçim olan sevinçlerimi, üzüntülerimi, mesleki bilgilerimi paylaştığım can dostum Emine AKSÜT'e; örnek aldığım, hayatımın birçok döneminde önemli dokunuşları olan, hayatıma yön vermemde etkisi olan ve yardımlarını esirgemeyen meslektaşım ve dayım Serkan YILDIZ'a; her an yanımda duran, beni hiçbir zaman yalnız hissettirmeyen kardeşim Özge DÜZGÜN'e, destek, güven ve sevgilerini hep hissettiğim kocaman ailem YILDIZ ve COŞKUN ailesine gönülden teşekkür ederim.

Gözde COŞKUN

Gaziantep, 2022

ÖZET

Amacı ergenlerde mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik ertelemeyi yordamadaki rolünü incelemek olan bu araştırmaya, 451 lise öğrencisi (227 kız, 224 erkek) katılmıştır. Veri toplama aracı olarak, Akademik Erteleme Ölçeği, Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Eksik Kalma Korkusu Ölçeği (Fear of Missing Out Scale-FOMOs) ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada, değişkenlerin ortalama puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymak amacı ile bağımsız gruplar için t testi ve akademik erteleme düzeyi ile mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırmanın ana amacına yönelik olarak, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik ertelemeyi yordamadaki rolü çoklu doğrusal regresyon analiziyle test edilmiştir. Elde edilen bulgularda, yalnızca gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik ertelemeyi anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Gelişmeleri kaçırma korkusu akademik ertelemeyi açıklayan toplam varyansın %24'ünü açıklamaktadır. Araştırma sonuçları, ilgili alanyazın ışığında tartışılarak ilerde yapılacak araştırmalar ve uygulamalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the role of perfectionism and fear of missing out (FoMO) in predicting academic procrastination in high school students. The participants of the study were 451 high school students (227 female and 224 male). The Academic Procrastination Form, The Child and Adolescent Perfectionism Scale, The Fear of Missing Out Scale-FoMOs, and The Demographic Information Form were used to collect data. In the study, an independent group t test was used to determine whether the average scores of the variables differed by gender, and Pearson correlation analysis was used to examine the relationships between academic procrastination, perfectionism, and FoMO. In line with the main purpose of the study, multiple linear regression analysis was used to predict the role of perfectionism and FoMO in academic procrastination. The results revealed that FoMO was significant predictors of academic procrastination. FoMO explained 24 % of the total variance in academic procrastination. The findings of the study were discussed in the light of the related literature, and suggestions were made for further research and practice.

Keywords : Academic Procrastination, Perfectionism, Fear of Missing Out (FoMO)

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖNSÖZ	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
TABLolar LİSTESİ	vii
ŞEKİLLER LİSTESİ	viii
KISALTMALAR	ix
BİRİNCİ BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	4
1.3. Araştırmanın Önemi	5
1.4. Araştırmanın Varsayımları	6
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	7
1.6. Tanımlar	7
İKİNCİ BÖLÜM	8
KURAMSAL ÇERÇEVE ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	8
2.1. Akademik Erteleme	8
2.1.1. Ertelemenin Tanımı	8
2.1.3. Akademik Ertelemenin Tanımı	10
2.1.4. Akademik Ertelemenin Nedenleri	10
2.1.5. Akademik Ertelemenin Sonuçları	12
2.1.6. Akademik Erteleme İle İlgili Araştırmalar	13
2.2. Mükemmeliyetçilik	19
2.2.2. Mükemmeliyetçilik Tanımı	19
2.2.3. Mükemmeliyetçilik Özellikleri	20
2.2.4. Mükemmeliyetçiliği Etkileyen Faktörler	21
2.2.5. Mükemmeliyetçilik Boyutları	22
2.2.6. Mükemmeliyetçilik ile İlgili Yapılan Çalışmalar	23
2.3. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	28
2.3.2. Eksik Kalma Korkusunu Etkileyen Faktörler	30
2.3.3. Sosyal Medya Kullanımı	31
2.3.4. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım	33
2.3.5. Eksik Kalma Korkusu ile İlgili Yapılan Çalışmalar	35
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	40
YÖNTEM	40
3.1. Araştırmanın Modeli	40
3.2. Evren ve Örneklem	41

3.3. Veri Toplama Araçları.....	45
3.4. Verilerin Toplanması.....	46
3.5. Verilerin Analizi	47
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	48
BULGULAR.....	48
4.1. Veri Setinin İncelenmesi.....	48
4.2. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin T-Testi Bulguları	50
4.3. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Yaş Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları.....	51
4.4. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Sınıf Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları.....	53
4.5. Lise Öğrencilerinin Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Bulguları	56
4.6. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Sosyal Medya Sitelerinin Günlük Kullanım Sıklığı Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal -Wallis H Testi Bulguları.....	58
4.7. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Toplam Ağırlıklı Puan Ortalaması Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal -Wallis H Testi Bulguları.....	61
4.8. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları.....	64
4.9. Mükemmeliyetçilik ve FoMO Düzeyinin Lise Öğrencilerinde Akademik Erteleme Düzeyini Yordama Düzeyine İlişkin Regresyon Analizi Bulguları	67
BEŞİNCİ BÖLÜM.....	70
TARTIŞMA.....	70
5.1. Mükemmeliyetçilik ve FoMO Değişkenlerinin Akademik Erteleme Düzeyini Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması	70
5.2. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması	72
ALTINCI BÖLÜM.....	75
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	75
6.1. Sonuç	75
6.2. Öneriler.....	76
6.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	76
6.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler.....	76
KAYNAKÇA.....	79

EKLER	95
EK 1: Kişisel Bilgi Formu.....	95
EK 2: Akademik Erteleme Ölçeği (AEÖ).....	97
EK 3: Çocuk Ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği	98
EK 4: FOMO Ölçeği.....	99
EK 5: İnsan Araştırmaları Etik Kurulu İzin Yazısı.....	100



TABLULAR LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1. Demografik Bilgilere İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	41
Tablo 2. Anne-Baba Eğitim Düzeyine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	43
Tablo 3. Diğer Bilgilere İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	43
Tablo 4. Ölçeklere İlişkin Normallik Tablosu	48
Tablo 5. Çarpıklık ve Basıklık Katsayıları	49
Tablo 6. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve Fomo Puan Ortalamalarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin T-Testi Bulguları	51
Tablo 7. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve Fomo Puan Ortalamalarının Yaş Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Bulguları	52
Tablo 8. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve Fomo Puan Ortalamalarının Sınıf Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Bulguları	56
Tablo 9. Lise Öğrencilerinin Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve Fomo Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Bulguları.....	57
Tablo 10. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve Fomo Puan Ortalamalarının Sosyal Medya Sitelerinin Günlük Kullanım Sıklığı Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal -Wallis H Testi Bulguları	59
Tablo 11. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve Fomo Puan Ortalamalarının Toplam Ağırlıklı Puan Ortalaması Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal -Wallis H Testi Bulguları.....	62
Tablo 12. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve Fomo Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Bulguları	66
Tablo 13. Mükemmeliyetçilik ve Fomo Düzeyinin Lise Öğrencilerinde Akademik Erteleme Düzeyini Yordama Düzeyine İlişkin Regresyon Analizi Bulguları.....	68

ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1. Mükemmeliyetçilik ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Düzeyinin Akademik Erteleme ile İlişkisi	40
--	----



KISALTMALAR

FoMO: Fear of Missing Out (Eksik Kalma korkusu)

ÇEV: Çeviren

GKK: Gelişmeleri Kaçırma Korkusu

S: Sayfa

SPSS: Statistical Package For Social Sciences

vd: Ve Diğerleri

AEÖ: Akademik Erteleme Ölçeği

N: Örneklem Sayısı

X: Ortalama

SS: Standart Sapma

T: T-Testi

sd: Serbestlik Derecesi

p: Anlamlılık Değeri

örn: Örneğin

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

ÇEMÖ: Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği

MEB: Milli Eğitim Bakanlığı

YKS: Yüksek Öğretim Kurumları Sınavı

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Yaşam, doğumdan ölünceye kadar devam eden süreçtir. Yaşamları boyunca bireylerin kaliteli yaşam sürmesi için yapması gereken birçok sorumluluk bulunmaktadır. Bireyler zaman zaman sorumluluklarını çeşitli sebeplerle yapmaktan kaçınır, ileri bir zamana bırakır, yani erteler. Yaşamları boyunca birçok insanın erteleme davranışında bulunduğu görülmektedir. Bireyler kişisel, sosyal ve akademik anlamda erteleme yapabilmektedir. Akademik anlamda yapılması gereken görevleri de bireyler erteleme, son ana bırakma eğiliminde bulunmakta ve görev ve sorumluluklarını zamanında yapmamaları sebebiyle problem yaşamaktadırlar.

Demir'e (2018) göre ertelemeyle ilgili tanımlar incelendiğinde ortak bir tanım olmadığı görülmüştür. Buna karşın ertelemeyle ilgili genel bir tanım olarak; bireylerin yapmaları gereken iş ya da bir eylemi mantıksız ve gereksiz olmasına rağmen bir başka zamana erteleme veya hiç yapmaması denebilir. İngilizce'de "procrastination" kavramıyla ifade edilen bu kavram dilimizde, "yapılması gereken işlerin son ana bırakılması", "son dakikacılık", "erteleme" ve "geciktirme" gibi kelimelerle açıklanmıştır (Çakıcı, 2003). Belgin'e (2019) göre ertelemenin alt basamağı olan akademik ertelemenin birçok tanımı bulunmakta, ortak vurgu gecikme sözcüğüne yapılmaktadır.

Erteleme birçok konuda yapılabilir, fakat ertelenen davranış akademik kökene sahip olduğunda, yani bireyin eğitim hayatında yapması gereken görevlerden biri olduğunda akademik erteleme şeklinde açıklanmaktadır (Coşar, 2019). Erteleme davranışı, içsel (öfke, pişmanlık, umutsuzluk, kendini suçlama) ve dışsal bazı problemleri (okul başarısındaki düşüş, aile ve öğretmenlerin öğrenciyi tembel olarak nitelendirmesi gibi) beraberinde taşıması sebebiyle önemli bir konudur (Çakıcı, 2003). Erteleme davranışının olumsuz taraflarının fazla olduğu bilinmesine rağmen, olumlu tarafının da olduğu bilinmektedir. Erteleyen bireylerin, son teslim tarihinden önce bir işi yetiştirebilmeleri ertelemenin olumlu yönü iken; erteleyen bireylerin son andaki üretkenliklerine rağmen genel performansın anlamlı şekilde bozuk olması ve yaşadıkları olumsuz duygular ise ertelemenin olumsuz yönüdür (kaygı, suçluluk vb.) (Kağan, 2010).

Ertelemenin tam tersine, insanlar yaşamları boyunca öğrenmeye, hedefler belirleyip hedeflerine ulaşmaya, başarıya ihtiyaç duyarlar. İnsanın doğasında yaptığı işi en iyi yapma, mükemmel olma isteği vardır. Mükemmel olma düşüncesi, işleri en iyi şekilde yapmayı gerektirir. Mükemmeliyetçilik için alan yazında pek çok farklı tanım kullanılmıştır. Sarioğlu'na (2011) göre mükemmeliyetçilik, kendine yüksek standartlar belirleyerek başarılarını bu standartlara göre değerlendirmek olarak ele alınabilir. Mükemmeliyetçi tutumda; en yüksek noktalara ulaşma isteği ile birlikte bu isteği hata yapmadan başarma gibi birbiriyle çelişkili ifadeler bulunmaktadır. Ayrıca hiçbir şeyin yeterince iyi olmaması anlayışı, bireyin başarısından dolayı bir doyum yaşamasına ve bu süreçte mutlu olmasına engel teşkil etmektedir (Camadan, 2009). Camadan'a (2019) göre yapılan araştırma sonuçları değerlendirildiği zaman, mükemmeliyetçiliğin sağlıklı yöne yönlendirilmesinin çevreye uyum ve akademik alanda olumlu sonuçları olduğu görülmüştür. Ayrıca mükemmeliyetçi bireylerdeki başarıya odaklı yüksek motivasyon görmezden gelinmemelidir, fakat enerjilerinin nasıl kullanılacağı önem taşımaktadır. Bu enerjinin olumsuz yönde kullanımı bireye zarar verirken, olumlu bir şekilde kullanımı yararlı olmaktadır.

Mükemmeliyetçi bilişler, kusurlarını görme ve mükemmel olma ihtiyacıyla ilgili olan otomatik düşüncelerdir (Flett ve Hewitt, 2002). Son yıllarda mükemmeliyetçiliğin otomatik düşünce veya bir düşünce yapısı olarak incelenmesi gerektiğini vurgulayan araştırmalar görülmektedir (Stoeber, 2017). Araştırmacılar, bireylerin hayatında önemli olması sebebiyle mükemmeliyetçiliğin daha geniş bir şekilde irdelenmesi amacıyla Mükemmeliyetçi Biliş Teorisini (*Perfectionism Cognition Theory*) sunmaktadırlar (Stoeber, 2017).

Akademik erteleme ve mükemmeliyetçilik alanyazında çokça çalışılmıştır. Kocalar'ın (2019) yaptığı çalışmaya göre akademik erteleme davranışı ilköğretim seviyesinden yükseköğretim seviyesine kadar öğrenciler arasında oldukça sıklıkla sergilenen ve problematik olarak algılanan bir davranıştır. Akademik ertelemeyle uyumlu mükemmeliyetçiliğin arasında anlamlı, düşük düzeyde ve negatif yönlü bir ilişkinin olduğu sonucuna varılmıştır. Uyumsuz mükemmeliyetçilikle ise düşük düzeyde ve pozitif yönlü anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. Dönmez'e (2019) göre lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Buna göre öğrencilerin akademik erteleme davranışları arttıkça mükemmeliyetçilik düzeylerinde de artış görülmektedir. Mükemmeliyetçi özelliğe sahip bireyler arasında erteleme davranışı sıkça gözlenmektedir. Bireyler, yaptıkları işi mükemmel bir şekilde yapmaya odaklanmaları sebebiyle, o işi mükemmel bir şekilde yapamayacaklarını

düşündüklerinde erteleme eğiliminde olurlar. Erteleme, bu bireylere için bir kaçınma haline gelmiştir. Şendoğan'a (2020) göre, lisans öğrencilerinin mükemmeliyetçilik puanları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir. Erkeklerde mükemmeliyetçilik kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Araştırmanın diğer bulgusu, öğrencilerin akademik erteleme davranışlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Mükemmeliyetçilik ile akademik erteleme arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür.

Akademik erteleme davranışının nedenlerinden biri de teknoloji kullanım sıklığı olarak görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, öğretmenlerin akademik ertelemeleri ile teknoloji kullanımları arasında pozitif yönlü bir ilişkinin mevcut olduğu bulunmuştur (Kızılkaya Cumaoglu ve Diker Coşkun, 2012). Teknoloji, insanlığın varlığıyla ortaya çıkan ve sürekli biçim değiştiren bir araçtır. Gelişen ve değişen zaman, teknolojik gelişmeleri takip etme, diğer insanların yaptıklarını bilme isteği uyandırmaktadır. Akıllı telefon veya bilgisayar üzerinden sosyal medya kullanımı ile gelişmeleri takip etmek mümkün olmaktadır. Bireylerde internet kullanma olanaklarının olmaması halinde ise gelişmeleri, olan biteni kaçırma korkusu zamanla oluşmuştur. Bu da 'fear of missing out (FoMO)' veya 'gelişmeleri kaçırma korkusu' kavramları ile açıklanabilir.

Tayiz'e (2018) göre FoMO, çağımızın modern hastalıklarından biridir ve sosyal yaşantımızın yanında, iş yaşantımızda da etkilerini görmek mümkündür. Günceli kaçırma korkusuna sahip olan bireylerin, yüz yüze iletişim kurmak yerine sosyal medya yoluyla iletişim kurmaları sebebiyle yaşadıkları yalnızlık duygusu daha da artmaktadır (Dossey, 2019). Bu kavram için dilimizde farklı tanımlar ortaya konmuştur. Aydın, Gökler, Metintaş ve Ünal (2016) araştırmalarında FoMO'yu, 'Gelişmeleri Kaçırma Korkusu' şeklinde Türkçeye çevirmiştir (Kuzu ve Tozkoparan, 2019). Can ve Satıcı (2019) ise, 'Eksik Kalma Korkusu Ölçeği'ni (Fear of Missing Out Scale)' Türkçeye uyarlayarak bu kavramı alanyazına kazandırmışlardır.

Akıllı telefonlar sayesinde son yıllarda internetin devamlı ulaşılabilir olması ve akıllı telefonların bir uzuv işlevini görmesi, internetsiz bir ortamda bulunmanın, güncel konulardan geri kalmanın bir sorun yarattığı düşüncesini gündeme getirmiştir. Bu durum ise ülkemizde gelişmeleri kaçırma korkusunun önemli konularından biri olarak görülmesine neden olmuştur (Çınar, 2017). Kuzu ve Tozkoparan'a (2019) göre, FoMO'ya sahip olan öğrenciler, ders sırasında derse katılmak veya öğretmeni dinlemek yerine sosyal medyaya ulaşmaya çalışmaktadırlar. Özellikle bilgisayar laboratuvarlarındaki derslerde, internetteki başka iletişim

araçları öğrenciye daha yakın olduğu için FoMO'nun öğrenme ortamlarında da tehlikeli olduğu düşünülebilir.

Engin ve Genç'e (2020) göre, öğretmen adaylarının ders çalışırken sıkça telefonlarına baktıklarını, orta-alt orta düzeyde akademik erteleme davranışına sahip oldukları ve bu bireylerin büyük çoğunluğunun davranışlarının akademik anlamda verimini düşürdüğünü düşünmelerine rağmen yaptıkları sonucuna varılmıştır. Ders çalışırken bir yandan da telefonuna bakan öğretmen adaylarının, sorumsuzluk ve akademik mükemmeliyetçilik alt boyutlarından aldıkları puanların daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Alanyazın incelendiğinde akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu kavramları ile ilgili daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğu görülmektedir. Ayrıca çalışmalar akademik erteleme üzerinde ağırlıklı olarak üniversite öğrencileri ve eğitimini tamamlamış ve bir işte çalışan yetişkinler üzerinde odaklanmıştır. Ancak ergenlerde yani lise öğrencilerinde bu kavramların araştırıldığı çalışmalar azdır. Günümüzde giderek artan teknoloji kullanımı göz önüne alındığında, yaygın ve problemlili internet kullanımı, özellikle teknoloji ile ilişkisi olan gelişmeleri kaçırma korkusu gibi kavramların önemini artırmıştır. Lise öğrencilerinin gelişim düzeyleri göz önünde bulundurulduğunda, gelişmeleri kaçırma korkusu gibi kavramların çalışılarak bu düzeyde eğitimler verilmesi, öğrencilerin bu konularda bilinçlendirilmesi önem taşımaktadır. Dolayısıyla bu noktada ergenlerde mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik ertelemeyi yordama rolü önem arz etmektedir. Ulusal ve uluslararası alan yazın düşünüldüğünde, bu kavramların bir arada ele alınması ve araştırmanın farklı lise türleri ile yapılması alana katkı sağlayacaktır. Buradan yola çıkarak, ergenlerde mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik ertelemeyi yordama rolü, bu araştırmanın problemini oluşturmaktadır. Bu araştırmanın gelecekte yapılacak araştırmalara ve lisede çalışan okul psikolojik danışmanlarına kaynaklık edebileceği düşünülmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın ana amacı, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusunun ergenlerde akademik ertelemeyi ne ölçüde yordadığını incelemektir. Bu doğrultuda araştırmanın ana ve alt amaçlarına ilişkin aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Ergenlerde mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu akademik

ertelemeyi anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

2. Ergenlerin akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu ortalamaları cinsiyete, yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Ergenlerin akademik erteleme ile kendine yönelik ve sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Ergenlerin akademik erteleme ile gelişmeleri kaçırma korkusu ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Ergenlerin gelişmeleri kaçırma korkusu ile kendine yönelik ve sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Bireyler yaşamları boyunca bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik gibi gelişim dönemlerinden geçerler. Lisede öğrenim gören öğrencilerin içinde bulunduğu dönem de ergenlik dönemine denk gelmektedir. Çocukluk çağından yetişkinliğe geçiş olarak bilinen ergenlik döneminde bireyler fiziksel, biyolojik, psikolojik, bilişsel ve sosyal açıdan değişimler ve gelişimler yaşamaktadır (Siyez ve Aysan, 2007). Hayatında meydana gelen değişimler, ergenlerin yapmaları gereken ödev ve sorumlulukları yerine getirmelerinde de etkili olur. Ergenler pek çok açıdan değişime uğradıkları bu dönemde, hayatlarındaki değişiklik ve değişimlere uyum sağlamada zorlanabilmektedirler. Bunun sonucunda ise ergenlerde ebeveynleriyle iletişim problemleri, kural dışı davranışlar, çetelere üye olmak, bağımlılık yapıcı maddeleri deneyimlemek, okuldan kaçmak, akademik ertelemeyle ilgili problemler gözlenmektedir (Uzun ve Deniz, 2017). Yıldırım'a (2015) göre ergenler zamanlarının büyük bir kısmını kendileriyle ilgili düşüncelere ayırması sebebiyle akademik alanlarda sıkıntı çekmektedirler. Ergenler düşünce yoğunluğundan kaynaklı istemeyerek, bıkkınlık halindeyse isteyerek erteleme davranışında bulunmaktadır. Ergen okul hayatında ruh haline göre görevlerini ve sorumluluklarını erteleme, işlerini isteksiz yapma, yaptığı işlere aşırı titizlik gösterme, başarısız olma olasılığından kaçınma, başarısızlık karşısında ruh halinin olumsuz etkilenmesi davranışlarını gösterebilir. Birçok bireyin sorunlarının olduğu dönemlerde motivasyonunun düştüğü veya problemlerini düşünmemek amacıyla kendilerini daha çok işe verdiği görülmektedir. Bu da ergenlik dönemindeki bireyin hayata karşı okul yaşantısına ve sosyal yaşamına olumlu ve olumsuz etkiler meydana getireceğini göstermektedir. Cerit'e (2019) göre, bireyler 15 – 18 yaş arası dönemde erinlikten çıkmakta yavaş yavaş yetişkinliğe

doğru geçiş göstermektedirler. Bu dönemin aynı zamanda ortaöğretim yılları olması nedeniyle birey, gelecek hayatı ve yaşam koşulları için önemli olan eğitim- ğretim süreci içerisine girmiş bulunmaktadır. Aynı zamanda tüm duygusal sreerle birlikte özellikle lise yıllarında gittikçe önemi ve etkisi artan akademik başarıların, öğrencilerin bilişsel açıdan da süreçte yıpranmasına ve yorulmasına neden olabilmektedir.

Son yıllarda ulusal ve uluslararası çalışmalarda sıklıkla çalışılan erteleme kavramının önemi gittikçe artmıştır. Bu kavram göz önüne alınarak yapılan araştırmaların çoğunu yetişkinler ve üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Özellikle lise ğrencilerinde internet ve sosyal medya kullanımının artması, öğrencilerin yapmaları gereken görevleri aksatmalarına, ödevlerini ertelemelerine yol açmaktadır. Benzer şekilde Ataş ve Kumcağız'a (2020) göre ergenlerin akademik erteleme davranışları üzerinde, mükemmeliyetçilik düzeylerinin ve akademik öz yeterlik inançlarının anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. Yapılan araştırmalar sonucunda ülkemizde akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu üzerine ayrı ayrı yapılmış çalışmalar olmakla birlikte bu değişkenlerin üçünün birlikte ele alındığı bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bunun yanı sıra gelişmeleri kaçırma korkusu yeni bir kavram olmakla birlikte çeşitli değişkenleri etkileyebilmektedir. Bu yüzden bu çalışmanın ülkemiz literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Ayrıca araştırmalar genellikle bir il düzeyinde seçilen örneklemlerle sınırlıdır (Demir, 2020; Yayı ve Düşmez, 2016; Yıldırım, 2015). Alanyazın incelendiğinde örneklemler grubu olarak; Fen lisesi, Sosyal Bilimler lisesi, Anadolu lisesi ve özel liseler dahil edilmiş olup meslek lisesi dahil edilmemiştir. Yeni yapılacak başka çalışmalara, örneklemler grubuna meslek liseleri de dahil edilebilir (Cerit,2009).

Saraç'a (2019) göre, 2018 YKS İl Bölge Başarıları ve Nüfus Hareketliliği raporunda, YKS (Yüksek ğretim Kurumları Sınavı) Türkiye başarı sıralamasında Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nin (Gaziantep, Diyarbakır, şanlıurfa, Mardin, Kilis, Adıyaman, Siirt, Batman, şırnak) son sırada yer aldığı görülmektedir. Dolayısıyla bu bölgede yaşayan lise öğrencileri ile çalışmanın akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri hakkında bilgi edinmek açısından literatüre katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın varsayımları şunlardır:

1. Araştırmaya katılan öğrencilerin, gönüllü olarak katıldıkları ve kendilerine sorulan soruları içtenlikle cevapladıkları varsayılmıştır.

2. Verilerin COVID 19 pandemisi sürecinde toplandığı, öğrencilerin doldururken pandemi sürecinden etkilenmediği, ruhsal olarak pandeminin getirebileceği herhangi başka bir sorun yaşamadığı varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıkları şu şekildedir:

1. Araştırma 2020-2021 Eğitim Öğretim yılının ikinci (bahar) döneminde, uygun örneklem kullanılarak ulaşılan Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nde öğrenim gören 451 öğrenciyle sınırlıdır.
2. Araştırma verileri çevrimiçi olarak toplanmıştır. Araştırmacı sürece katılamamış; dolayısıyla araştırma, katılımcıların okuduğu ve anladığı ile sınırlı kalmıştır.
3. Araştırma, uygulanan yapılandırılmış formdan elde edilen verilerle sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Akademik erteleme: Kişilerin akademik süreçlerinde yaşadıkları içsel durumlar veya olaylar sonucunda yapmaları gereken sorumluluk ve görevlerini yapmamaları veya daha sonraya ertelemeleri şeklinde tanımlanabilmektedir (Demir, 2018).

Mükemmeliyetçilik: Kendileri ve başkaları için yapabileceğinin üzerinde hedefler belirleyerek bu hedeflere hiç hata yapmayarak ulaşılmaması gerektiği inancıdır (Camadan, 2009).

Gelişmeleri kaçırma korkusu: Bireyin, diğer insanların daha kıymetli deneyimler yaşadığını düşünerek endişelenme ve diğer bireylerden uzak kalmamaya yönelik sürekli bağlantıda kalma isteğidir (Przybylski vd., 2013).

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu değişkenleriyle ilgili kuramsal çerçeveye ve yapılan araştırmalar bulunmaktadır.

2.1. Akademik Erteleme

Bu bölümde erteleme ve akademik erteleme kavramı, erteleme türleri, akademik ertelemenin nedenleri, akademik ertelemenin sonuçları ve akademik erteleme ile ilgili araştırmalar yer almaktadır.

2.1.1. Ertelemenin Tanımı

Erteleme günümüzde sıkça görülen problemlerden biri olmasına rağmen, eski dönemlerden beri kullanılan bir kavramdır. Erteleme hakkında birçok farklı tanım yapılmıştır. Erteleme sözcüğü Latince “procrastinare” sözcüğünden gelmektedir, başka bir güne kadar görevi son ana bırakma anlamı taşımaktadır; “pro” ileri doğru kelimesini çağrıştırmakta ve “crastinus” yerine ait anlamına gelmektedir (Ferrari vd., 1995). Erteleme, görevleri gereksiz bir şekilde geciktirme sonucunda kişinin yaşadığı rahatsızlıktır (Solomon ve Rothblum, 1984).

İngilizceye procrastination kavramı olarak geçen sözcük, Türkçe’de, işleri son dakikaya bırakmak, ertelemek, geciktirmek gibi sözcüklerle ifade edilmiştir (Tanrıku, 2013). Sarioğlu’na (2011) göre erteleme eğilimi, belli bir zamanda tamamlanması gereken işin sonraya bırakılması olarak tanımlanmaktadır. Sarioğlu’na (2011) göre tarih boyunca var olan sonraki zamana bırakma, geciktirme, erteleme her çağda “problem” olarak görülmüş, Hammurabi kanunlarında yasaklanmıştır. Demir’e (2018) göre, yaşanan değişimler ve gelişmeler bireylere yeni sorumluluklar getirdiği için erteleme davranışında artış görülmüştür. Öğrenciler arasında erteleme davranışının yaygın olarak görüldüğü ve istenmeyen bir davranış olduğu düşüncesi yanlıştır (Demir, 2018). Bulut (2014) erteleme davranışını; yapılması gereken işlerin veya görevlerin birçok nedenden dolayı vaktinden sonraki bir zamana bırakılması olarak tanımlamıştır.

Erteleme ile ilgili birçok atasözü bulunmaktadır. “Yol yürümeyle borç ödemekle tükenir.” sözü; yapılacak işte sürekliliğin esas olması gerektiğini, yol yürümeyle, borç ödemekle bitiriliyorsa, iş de çalışma sayesinde başarılı anlamındadır. “Erken kalkan yol alır”;

yapacakları işe erkenden başlayan kişilerin daha başarılı olacaklarını ifade eden bir atasözüdür. “Bugünün işini yarına bırakma”; yapılması gereken bir işin ertelenmemesi ve zamanında yapılmasının önemini vurgular (Aksoy, 1995).

Erteleme davranışının mantıksız bir sebeple gerçekleşmesi gerekmektedir. Mantıklı bir nedenden dolayı geciktirme varsa, bu durum erteleme davranışıyla ilişkilendirilemez (Demir, 2018). Kağan’a (2010) göre, sınavlara önceki akşam veya sabah çalışan, randevulara geç kalan, ödevlerini yetiştirmeye çalışan, spor yapmaya niyetlenip harekete geçmeyen kişilerin davranışları literatürde erteleme davranışı olarak tanımlanmaktadır. İnsanlar bu davranışlarının sonucunda rahatsızlık duyarak bir daha yapmayacaklarına dair söz verirler. Fakat kendilerini tekrar kısır döngü içerisinde bulurlar.

Gülebağlan’a (2003) göre yapılması gereken bir işi son ana kadar ertelemek, her bireyin zaman zaman yaptığı bir davranıştır. Bir bireye göre erteleme denebilecek bir davranış, bir başka birey için erteleme manasına gelmeyebilir. Toplumsal yaşamda bu davranış kimi zaman sorumsuzluk, kimi zamansa tembellik şeklinde adlandırılmakta ve bu davranış sergileyenlere yönelik suçlayıcı davranılabilmektedir. Bireylerin verimliliğini olumsuz etkileyen davranışları içermesi, erteleme eğilimi ile ilgili yapılan tanımların ortak yönüdür (Balkıs, 2006).

Erteleme davranışına sahip olanların düşüncesi, ertesi gün daha iyidir; fakat ertesi gün de bu düşünce tekrarlanır ve bireyler kendilerine yeniden yarın yapacakları sözünü verirler. Yaşanan bu durumdan dolayı erteleme davranışı “ertesi gün sendromu” olarak adlandırılabilir. (Uzun ve Demir, 2015; 108). Kağan’a (2009) göre erteleme problemine sahip kişilerin daha çok ideal benlikleriyle hayatlarını sürdürdükleri gözlenmiştir. Bu bireylerin niyetleri, genelde istekler ve umutlardır.

2.1.2. Erteleme Türleri

Ellis ve Knaus (1977) ertelemeyi şu şekilde ifade etmektedir:

- a) Genel erteleme; düzenleme ve zaman yönetimindeki yetersizlikten dolayı günlük işleri yerine getirmede yaşanan zorluklardır.
- b) İşlevsel olmayan veya kompulsif erteleme; bireyin davranışsal erteleme ve karar verme eğilimidir.
- c) Karar vermeyi erteleme; zamanında karar vermede yaşanan yetersizliktir.

- d) Nevrotik erteleme; yaşamdaki önemli kararları vermede yaşanan erteleme eğilimidir.
- e) Akademik erteleme; ödevlerin, sınavlara hazırlık yapmanın veya dönem sonu verilecek ödevlerin son dakika yapılmasıdır.

Bu çalışmada akademik erteleme boyutunu incelemek amaçlanmaktadır.

2.1.3. Akademik Ertelemenin Tanımı

Akbay'a (2009) akademik erteleme davranışı, genel olarak akademik kaynaklı işleri kapsamakta ve akademik görevlerin birtakım nedenlerden dolayı geciktirilmesi şeklinde açıklanmaktadır. Başka bir deyişle akademik erteleme, bireylerin akademik işlerini geciktirerek bunun sonucunda yaşadıkları problem olarak da tanımlanabilir. Akademik erteleme, yapılması önemli akademik işlerde harekete geçmeyi sonraya bırakma veya geciktirme alışkanlığıdır (Farran, 2004). Günlük yaşamı etkileyen bu davranış sorununun yaşayan bireyler plan yaparlar; fakat yaptıkları planlara uymada problem yaşarlar. Bu bireyler projelerine hızlı başlasalar da bu davranışlarını uzun bir süre devam edememektedirler (Kandemir, 2010).

Akademik erteleme, proje hazırlamak, derslere hazırlıklı gelmek, sınavlara düzenli bir şekilde çalışmak gibi sorumlulukları bir sebep göstererek zamanında yapmamak şeklinde tanımlanabilir (Kutlu ve Demir, 2016; 380). Akademik erteleme, bireylerin dışsal ve içsel faktörlere bağlı olarak yapmaları gereken akademik görevleri başlatma, devam etme veya bitirmeyi bilinçli bir şekilde geciktirmeleri ve akademik performanslarının olumsuz yönde etkilenmesidir (Ateş, Fettahlıoğlu ve Çıkmaz, 2019: 2880). Bulut'a (2014) göre akademik erteleme davranışı, genellikle akademik görevlerle alakalı olan görevlerin birçok farklı sebeple geciktirilmesi sebebiyle zamanında yapılmaması şeklinde açıklanabilir. Kağan'a (2010) göre akademik erteleme davranışı, ev ödevi yapmak, proje hazırlamak, ödevleri zamanında teslim etmek ve sınavlara hazırlanmak gibi akademik işlerde yaşanan sorunlar olarak tanımlanmaktadır.

2.1.4. Akademik Ertelemenin Nedenleri

Akademik erteleme, bireylerde oldukça yaygın bir şekilde görülen bir davranış şeklidir. Bireyler birçok farklı sebepten dolayı bu davranışı göstermektedir. Zaman yönetiminin yapılamaması, motivasyon düzeyinin düşük olması, yetersiz öz düzenleme ve akıldışı inanışlar akademik ertelemenin sebepleri arasındadır (Kağan, 2010). Uzun Özer

(2009), ergenlerin akademik erteleme nedenlerini; başarısızlıktan korkma, karar vermede yaşanan güçlük, risk alma davranışı ve tembellik olarak sıralamıştır. Üniversite sınavlarına hazırlanan öğrenciler kendilerini değerlendirmek için deneme sınavlarına katılmaktadır. Sınavlarda istediği sonuçları alamayan öğrencilerin benlik saygıları azalacak ve akademik erteleme davranışları artacaktır. Öğrencilerin durumluluk kaygıları artması benlik saygılarının azalmasına ve akademik erteleme davranışına neden olabilmektedir (Aydoğan, 2008). Akademik erteleme davranışı, motivasyon, kendini toplama ve akademik özdeşleşmeyle yordandığıdır. Buna göre, kendini toplama, motivasyon ve akademik özdeşleşme akademik erteleme nedenlerinden sayılabilir (Kandemir ve diğerleri, 2017: 289). Evlerde bilgisayar veya internet bağlantısı olması, internette geçirilen zamanın artmasına, bu durum da akademik erteleme davranışına sebep olabilir (Kutlu ve Demir, 2016; 384). Araştırmada internet bağımlılığıyla akademik erteleme arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Buna göre, internet bağımlılığının akademik erteleme sebeplerinden biri olduğu söylenebilir (Kutlu ve Demir, 2017; 101). Tanrıkulu'nun (2013) araştırmasına göre, düşük benlik saygısı öğrenciler için akademik erteleme davranışının nedenlerindedir. Yapılan bir işe dikkatini yoğunlaştırmada güçlük çekme veya sorumluluk duygusunun düşük olması erteleme eğiliminin nedenlerinden biri olarak görülmektedir. Bireylerin yaptıkları işlerde veya çalışmalarında başarısız olacaklarına yönelik olumsuz algılarının sonucunda yaşadıkları endişe ve korku, erteleme eğiliminin bir diğer nedeni olarak görülmektedir (Balkıs, 2006).

Akademik erteleme davranışının nedeni; amaçlı ertelemeler, alışkanlıklar, arkadaş çevreleri, dersin yapısı, öğretim elemanları ve başarısız olma düşünceleri olarak söylenebilir (Uçar, 2020). Alışkanlıklara bakıldığında, kişilik yapısının ve önceki yaşantılarının etkili olduğu; amaçlı ertelemeye bakıldığında, bir işi bilinçli bir şekilde ertelemeye bulunup bu sürede düşünerek plan yaptıklarını ve sonucunda daha kısa sürede daha etkili işler yaptıklarını belirtmiştir. Arkadaş çevresine bakıldığında, benzer özellikleri sınıf arkadaşlarının da gösterdiklerini düşündüklerinde rahat davrandıklarını; dersin yapısı bağlamında öğrenciler dersle ilgili tekrarın, ev ödevi ve sınav yoğunluğunun çok olmadığı durumlarda ertelemeye bulduklarını ifade etmiştir. Öğretim elemanlarının dersi ilgi çekici işlemedikleri, iletişime kapalı oldukları veya az iletişim kurdukları durumlarda derse ilişkin yapılacaklarda erteleme eğilimlerinin arttığını ifade etmişlerdir. Başarısız olma düşüncesinin ders ile alakalı çalışma yapma konusunda ertelemeye sebep olduğu açıklanmıştır (Uçar, 2020).

Bulut'a (2014) göre mükemmeliyetçilik ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkiye bakıldığında; düzeni önemseyen ve yüksek standartları olan mükemmeliyetçi

özellikler gösteren bireylerin, akademik erteleme davranışında daha az buldukları; ailesel eleştiri algıları yüksek, hatalara çok fazla ilgi gösteren ve davranışlarından şüphelenen mükemmeliyetçi bireylerinse daha çok akademik erteleme davranışında buldukları söylenebilir.

Kandemir (2010), ertelemenin meydana gelmesinde etkili olan en önemli faktörlerden birini, işin kişiye çekici gelmemesi olarak görmektedir. Kişinin keyif alarak yaptığı bir iş dururken, kişi keyif almadığı bir işi yapmaktan kaçınmaktadır. Bunun yanı sıra kişinin o işi ertelemekten ve vaktinde yapması için o işe karşı motive edilmesi gerekmektedir. Bireylerle ertelemelerinin nedeni sorulduğunda genellikle, ilgilerini çekmeyen işleri ertelediklerini ve onun yerine zamanlarını başka bir işle geçirdiklerini ifade etmektedirler.

2.1.5. Akademik Ertelemenin Sonuçları

Akademik ertelemenin birçok sonucu olduğu söylenmektedir. Dönmez'e (2019) göre akademik ertelemenin en önemli sonuçlarından biri kişinin akademik başarısında meydana gelen düşmeler ve eğitim hayatına yönelik olumsuz tutumlar geliştirmektir. Ertelemenin bir başka olumsuz sonucuysa bireylerin sağlığını olumsuz etkilemesidir (Kağan, 2010). Ayrıca ülkemizde yapılan çalışmalarda akademik ödevlerin ertelenmesinin, akademik başarısızlığın en büyük nedenlerinden biri olduğu görülmüştür (Kağan, 2010). Buna göre, akademik ertelemenin sonucunda akademik başarısızlığın görüldüğünü söyleyebiliriz.

Akademik erteleme davranışı, öğrencilerde yaygın bir şekilde görülmektedir. Eğitim ortamında, “tembellik” kavramının karşılığı olarak görülmekte, öğretmen ve velilerin karşılaştığı güçlüklerindedir. Öğrenciler, erteleme davranışından dolayı, performanslarını sergileyememekte ve başarısız olmaktadır (Kandemir, 2010). Bireyler erteleme davranışı sonucunda birçok kez üzüntü veya pişmanlık yaşasa bile erteleme davranışını göstermeye devam edebilmektedir. “Artık zamanında başlayacağım” şeklinde kişi kendine söz verir. Bu durum, bireyin performansını, yaşamında aile içi ilişkilerini, arkadaş ilişkilerini de olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Aydoğan, 2008). Erteleme davranışının zararları da dikkat çekicidir. Ertelemeyi alışkanlık haline getiren öğrenciler, kendi performanslarının altında başarı gösterecek, bunun sonucunda da benlik algılarında ve öz-yeterlik inançlarında düşüş meydana gelecek, bununla beraber kaygı yaşayacaklardır (Aydoğan, 2008).

Lise yıllarında öğrenciler kimlik gelişimi, akademik başarı, üniversite sınavına hazırlanma, geleceklerini planlama gibi önemli ve kritik bir dönemden geçmekte, birey

akademik alanda başarılı olmak istemektedir. Öğrencilerin bu süreçte akademik ertelemeye başvurması, kişisel ve akademik anlamda problem yaşamalarına sebep olur (Çetin ve Ceyhan, 2018; 462). Ödenmesi gereken faturaların son tarihe bırakılması, sınavların ve ödevlerin son tarihe bırakılması gibi her türlü ertelemenin sonucunda bireylerde stres meydana geldiği bilinmektedir (Balkıs, 2006).

Erteleme eğilimi bireyin iş yaşamında, evlilik hayatında ve akademik yaşamında zorluklar yaşamasına neden olarak, bunun sonucunda bireyin öfke, stres, yetersizlik, suçluluk duygusu hissettiği görülmektedir (Sarioğlu, 2011). Ayrıca yine Sarioğlu'na (2011) göre, erteleme davranışının sonucunda, bir takım olumsuz durumlar ortaya çıkmaktadır. Bu bireyde davranışsal, duygusal ve bilişsel açıdan birçok olumsuzluğa sebep olmaktadır. Erteleme ile ortaya çıkan olumsuz durumları gören kişi bir daha aynı davranışları tekrarlamayacağına karar vermekte, fakat aynı davranışlara devam etmektedir. Bu da erteleme davranışını alışkanlık haline getirmektedir. Erteleme davranışının sonucunda bireyler, işlerini sonraki tarihlere bıraktıkları için bir süre rahat olsalar da, erteleme eğiliminin davranışa dönüşmesi streste artış, organizasyon bozukluğu ve başarısızlıkla sonuçlanır (Uzun ve Demir, 2015).

Erteleme davranışı gösteren öğrenciler, bu davranışlarından kaynaklı olumsuz etkilenerek başarısız olarak öğrenim hayatlarını uzatabilmekte ve üniversiteyi bırakmak durumunda kalabilmektedirler (Akbay, 2009). Böylece erteleme davranışının sonucunda görülen kısa süreli rahatlama hissi, uzun sürede bireyleri endişelendiren olumsuz bir şekilde görülebilmektedir. Kaygıyla birlikte akademik erteleme davranışı sergileyen üniversite öğrencileri, gerginlik, başarısızlık duygusu ve suçluluk duygusu, yetersiz hissetme gibi problemlere neden olabilecek birçok olumsuz duyguya da sahip olabilmektedir.

Görevlerini yapmayan, ödevlerin çeşitli sebeplerden dolayı ertelemeye bağlı olarak zamanında teslim edilemeyerek geciktirilmesi, öğrencilerin düşük akademik başarıya sahip olmalarına yol açmaktadır (Bulut, 2014). Akademik başarının düşmesi bazı sorunlara sebep olmaktadır. Sınıf tekrarı yapmak, dersten kalmak, dönem uzatmak, okuldan ayrılmak, gerginlik, depresyon, suçluluk duygusu ve eleştirilme gibi birçok ekonomik sosyal ve psikolojik problemlere neden olabilmektedir.

2.1.6. Akademik Erteleme İle İlgili Araştırmalar

Akademik ertelemeye ilgili son yıllarda çok sayıda araştırma yapılmıştır. Ülkemizde akademik erteleme ile ilgili ergenlerle ve lise öğrencileriyle de birçok araştırma yapılmıştır.

Uçar (2020) tarafından yapılan çalışmanın amacı, uzaktan öğrenen öğrencilerin akademik erteleme davranışlarının nedenlerini ve üstesinden gelmek için izledikleri yolları incelemektir. Çalışmanın bulgularına göre, akademik erteleme davranışının üstesinden gelmek için öğrencilerin herhangi bir şey yapmadıkları, plan yapmaya çalıştıkları, erteleme davranışının sonucunu veya başka öğrencilerin durumunu düşünerek davranışta buldukları sonucuna varılmıştır. Çavdar'ın (2020) 11-14 yaşındaki öğrencilerle yaptığı araştırma bulgularına bakıldığında, erkek öğrenciler ile kız öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri arasında bir fark bulunmamıştır. Bir başka bulguya göre, akademik erteleme düzeyiyle yaş arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuş, öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri arttıkça yaşları da artmıştır. Ayrıca, öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ile anne ve baba eğitim düzeyleri arasında bir ilişki bulunmamıştır. Benzer şekilde Ataş ve Kumcağz'ın (2020) ergenlerin akademik öz yeterlik inançları, akademik erteleme davranışları ve mükemmeliyetçilikleri ile ilgili yaptıkları çalışmada, akademik erteleme davranışıyla kendine yönelik mükemmeliyetçilikleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Bu da mükemmeliyetçi kişilik özelliği olan ergenlerin başarısız olmamak için akademik erteleme davranışında bulunmaması anlamına gelmektedir. Dönmez (2019) lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada, öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleriyle akademik erteleme davranışları arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Notlarının ortalaması düşük olan öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca önceki dönem not ortalamaları düşük olan öğrencilerin, akademik erteleme davranışlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Cinsiyet değişkenine bakıldığında, kız öğrencilere oranla erkek öğrencilerin akademik erteleme düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Demir'in (2018) lise son sınıf öğrencileri ile yaptığı araştırmasının sonuçlarına göre, öğrencilerin akademik erteleme davranışı gösterme düzeyleri ile üstbiliş becerilerini kullanma düzeyleri arasında orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Çetin ve Ceyhan'ın (2018) devlet liselerinde okuyan 1718 öğrenciyle yaptıkları çalışmanın sonucunda, lise öğrencilerinin yaşları ve akademik ertelemeleri arasında pozitif; genel akademik not ortalamaları ve öz düzenleme ile akademik ertelemeleri arasında negatif ilişkiler bulunmuştur.

Bir diğer araştırma ergenlerde internet bağımlılığı, akademik başarı ve akademik erteleme arasındaki ilişkileri incelenmeyi amaçlamış, çalışma ergenlerle yapılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, internet bağımlılığı ve akademik erteleme davranışı cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Kız öğrencilerin akademik başarı puanları daha yüksektir. Akıllı telefonu olan ergenlerin, akıllı telefonu olmayanlara göre internet bağımlılığı düzeyleri ve

akademik erteleme davranışları yüksektir. İnternet bağımlılığı, günlük ortalama internet kullanım süreleri ile akademik erteleme ve akademik başarı puanları arasında anlamlı fark görülmüştür. İnternet bağımlılığı ile akademik erteleme arasında pozitif, akademik erteleme ile akademik başarı arasında ise negatif yönde bir ilişki vardır (Kutlu ve Demir, 2017). Sınıf tekrarı yapan öğrencilerin akademik erteleme nedenlerinin araştırıldığı çalışma, lise 1 ve 2. sınıf öğrencisi üzerinde yapılmış, motivasyon değişkeninin akademik ertelemeye anlamlı ve negatif yönlü etkisi olduğu sonucuna varılmıştır. Buna göre, öğrencilerin motivasyonları arttıkça, akademik erteleme davranışlarının azaldığı sonucuna varılabilir (Kandemir, Palancı, İlhan, ve Avcı, 2017: 297).

Bir başka araştırmada ergenlerin akademik erteleme davranışları çeşitli değişkenlere göre incelenmiştir. Araştırma sonucunda, ergenlerin internette geçirdikleri zaman ile akademik erteleme davranışları arasında pozitif bir ilişki bulunmuş, akademik erteleme davranışları ile yaşları ve cinsiyetleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Ayrıca, evinde bilgisayarı olan ergenlerin olmayanlara göre daha yüksek akademik erteleme puanlarına sahip olduğu bulunmuştur (Kutlu ve Demir, 2016; 383). Uzun Özer'in (2009) lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada saptanan bulgulardan biri, lise öğrencilerinde akademik erteleme davranışının oldukça yaygın olduğudur. Aydoğan'ın (2008) araştırmasında lise son sınıf öğrencileriyle çalışılmış, erkek öğrencilerin kızlardan daha fazla akademik erteleme davranışı sergiledikleri sonucuna varılmıştır. Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre, sayısal, eşit ağırlık ve yabancı dil alanında eğitim alan öğrenciler arasında akademik erteleme davranışlarında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Nartgün ve Çakır'ın (2014) araştırmasına, bir yatılı okulda öğrenim gören öğrenciler katılmış, akademik erteleme ile akademik güdülenme arasında orta düzeyde ve negatif bir ilişki bulunmuştur. Bunun sebebi düzenli ve planlı çalışma olarak açıklanabilir. Araştırmanın diğer bulgusuna göre, akademik başarı ve akademik erteleme eğilimleri arasında düşük düzeyde ve negatif bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre, akademik erteleme eğiliminde olan öğrencilerin, akademik başarılarının düşük olduğu söylenebilir.

Tanrıkulu'nun (2013) İzmir ilinin Konak İlçesi'nde yer alan Anadolu Liselerinde 10. ve 11. sınıflarda okuyan öğrencilerle yaptığı araştırma, ergenlerin akademik erteleme davranışları ve benlik saygılarının incelenmesini amaçlamaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre, ergenlerin akademik erteleme davranışları ile benlik saygıları arasında negatif ve anlamlı bir ilişki vardır. Cinsiyet, anne öğrenim durumu, ders çalışmaya ayrılan zaman, zamanı değerlendirme alışkanlıkları ile akademik erteleme davranışları arasında anlamlı fark

bulunmuş; ancak baba öğrenim durumu, dershaneye gidip gitmeme ile akademik erteleme davranışları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Araştırmada kız öğrencilere oranla erkeklerin daha yüksek akademik erteleme davranışı gösterdikleri görülmüştür. Aydoğan ve Özbay'ın (2012), öğrencilerle akademik erteleme davranışlarının, benlik saygısı, öz-yeterlik inançları ve durumluluk kaygı ile ilişkisinin incelediği araştırmasının sonucunda, düşük benlik saygısı ve akademik erteleme davranışı arasında anlamlı ilişki bulunmuş, durumluk kaygı ve özyeterlik inancıyla akademik erteleme davranışı arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Başka bir bulguya göre erkek öğrenciler, kız öğrencilerden daha fazla akademik erteleme davranışında bulunmaktadır.

Ülkemizde akademik erteleme ile ilgili üniversite öğrencileri ile çalışılan araştırmalar da bulunmaktadır. Ateş, Fettahlıoğlu ve Çıkmaz'ın (2019) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmanın amacı, sosyal medya bağımlılığıyla nomofobinin akademik erteleme davranışı üzerindeki etkisini araştırmaktır. Araştırma sonuçlarına göre, akademik erteleme ile nomofobi alt boyutlarından olan cihazdan yoksunluk, bilgiye ulaşamama ve çevirim içi olmama arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Akademik erteleme ile ilgili ülkemizde ilk yüksek lisans çalışmalardan biri olan Çakıcı'nın (2003) lise ve üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırma sonucuna göre; lisede okuyan erkek öğrencilerin, akademik erteleme ve genel erteleme davranışını kızlardan daha fazla gösterdiği görülmüştür. Lise öğrencilerinde aile doyum düzeyi ve okul başarısı değerlendirme, bireyin kendisine yönelik ve başkalarının kendinden beklentileriyle ilgili mükemmeliyetçiliğinin akademik ertelemenin yordayıcıları olduğu sonucuna varılmıştır. Üniversite öğrencilerinde de akademik başarının, bireyin kendine yönelik ve başkalarının kendisinden beklentileriyle ilgili mükemmeliyetçiliğinin akademik ertelemenin yordayıcısı olduğu ortaya çıkmıştır. Akkaya (2007) tarafından lisans öğrencileriyle yapılan araştırmanın sonucunda; kendine ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin, depresyonun ve akademik başarının, akademik erteleme eğilimini anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Özer ve Altun'un (2011) araştırmasına göre, üniversitede okuyan öğrencilerinin akademik erteleme eğilimiyle, performanstan kaçınma, akademik özyeterlik, dıştan denetim, sorumluluk, ve mükemmeliyetçilik arasında ilişki bulunmaktadır. Sarioğlu (2011) tarafından yapılan araştırmanın amacı, akademik erteleme eğilimiyle mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın sonucunda, akademik erteleme eğilimiyle davranışlardan şüphe ve ailesel eleştiri boyutları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca akademik erteleme eğilimiyle mükemmeliyetçilik düzeyinin düzen ve kişisel standartlar boyutları arasında negatif yönde

anlamli bir iliski olduğu sonucuna varılmıştır. Akbay'ın (2009) alışması, üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırma bulgularına göre, akademik güdülenme, akademik özyeterlik inancı ile akademik yükleme stilleri üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarını anlamli bir şekilde yordamaktadır. Buna göre, öğrenciler akademik işlere yönelik iyimser bakış açısına sahip olmaya devam ettikçe, akademik erteleme davranışlarında düşüş olmaktadır.

Bir başka araştırma sonucunda, akademik erteleme davranışını bir model içinde benlik saygısı, kaygı, başarısızlık korkusu ve başarı amaçları değişkenlerinin açıkladığı bulunmuştur (Kandemir, 2012). Araştırmada akademik erteleme eğilimi, akademik başarı iliskiinde, performans ve genel benlik saygısının rolü incelenmiştir. Lisans öğrencilerinin katıldığı araştırma sonucunda, akademik erteleme eğilimi ile akademik başarı arasındaki iliskinin, öğrencilerin genel ve performans benlik saygı düzeylerine bağlı olarak güçlenip zayıfladığını göstermiştir (Balkıs ve Duru, 2010). Kağan (2010) alışmasında öğrencilere ölçek uygulamış, katılımcılar deney ve kontrol grubu şeklinde gruplanmış, yeterli puanı alan öğrencilerden gönüllü öğrencilerle çalışmıştır. Çalışma sonucunda akademik ertelemeyle başa çıkma eğitlerine katılan öğrencilerin akademik erteleme davranışlarının azaldığı ve akademik erteleme konusunda akılcı duygusal davranışçı müdahale eğitim programının akademik erteleme üzerinde azalma sağladığı görülmüştür. Kandemir'in (2010) araştırması, 631 öğrenci ile yapılmış, araştırma sonucunda sorumluluk değişkeninin akademik erteleme eğilimini yordadığı, sorumluluğun artması ile birlikte akademik ertelemenin düştüğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca erkek öğrenciler bayanlara göre daha fazla akademik erteleme yapmaktadır. Üniversite birinci sınıfta okuyan öğrencilerin akademik erteleme davranışını, diğer sınıf düzeylerinde öğrenim gören öğrencilere göre daha az sergiledikleri görülmüştür. Mükemmeliyetçi düzen algısı kişilik özelliği, akademik ertelemeyi negatif yönlü anlamli bir şekilde yordamaktadır. Buna göre, bireyin kendine yönelik mükemmeliyetçi düzen algısının artması ile birlikte akademik erteleme eğiliminde azalma olmaktadır.

Akademik erteleme davranışını, kaygı, akademik güdülenme, zaman yönetimi, akıl dışı inançlar ve genel erteleme davranışının yordama düzeyini incelemeyi amaçlayan çalışmanın sonucuna göre, genel ertelemeyle akademik erteleme arasında olumlu ve anlamli iliski, akademik ertelemeyle kaygı arasında düşük düzeyde olumlu ve anlamli bir iliski ve akademik ertelemeyle zaman yönetimi arasında olumlu ve anlamli bir iliski olduğu görülmüştür. Ayrıca, diğer değişkenlerin ise akademik ertelemeyle anlamli bir iliskisi olmadığı ortaya çıkmıştır (Kağan, 2009).

Yapılan diğ er araştırmalar incelendiğ inde, Çetin (2009) tarafından yapılan çalışmada amaç; öğ retmen adaylarının akademik erteleme davranışları ile ilgili görüşlerinin incelenmesidir. Çalışmanın sonucuna göre, erkek öğrencilerin kızlara oranla akademik erteleme davranışlarını daha fazla sergilediklerini, akademik erteleme davranışıyla sınıf arasında ilişki görülm ediğ i ve akademik erteleme eğ ilimleri daha düşük olan öğrencilerin akademik başarılarının yüksek olduğ unu bulunmuştur. Lisans öğrencileriyle yapılan araştırmanın sonucuna göre, erkek örnekleme bakıldığ ında, akademik özyeterlik, akademik güdülenme ve akademik yükleme stillerinin üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışını anlamlı bir ölçüde yordadığ ı bulunmuştur. Kız örnekleme bakıldığ ında ise, akademik erteleme davranışını akademik güdülenme ve akademik yükleme stillerinin anlamlı bir ölçüde yordadığ ı, fakat akademik özyeterlik inancının, kızların akademik erteleme eğ ilimlerine etkisi olmadığ ı görülmüştür (Akbat, 2009). Balkıs'ın (2006) 984 öğ retmen adayı ile yaptığ ı araştırma sonuçlarına göre, düşünme stilleri ve rasyonel karar verme ile erteleme eğ ilimi arasında anlamlı ve negatif ilişki; kaçınan, bağımlı ve anlık karar verme stilleriyle erteleme eğ ilimi arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır. Ayrıca, erteleme eğ ilimi ile cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, alan, bölümü tercih etme, akademik başarı, zamanlarını kullanma tercihleri arasında farklılık görülmüştür. Öğ retmenlerle yapılan araştırmanın sonucunda, mesleki yeterlilik algısıyla erteleme eğ iliminin bütün alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğ u ortaya çıkmıştır (Gülebağ lan, 2003). Bulut (2014) tarafından öğ retmen adaylarıyla yapılan araştırmanın amacı; öğ retmen adaylarının akademik erteleme davranışlarının akademik başarı, mükemmeliyetçilik özellikleri ile diğ er değ işkenlerle arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın sonucunda, öğ retmen adaylarının akademik erteleme davranışları ile sınıf düzeyi, cinsiyet, günlük internet kullanım süresi ve öğrenim türü arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Akademik erteleme davranışıyla mükemmeliyetçiliğ in düzen ve kişisel standartlar boyutları arasında negatif ve anlamlı bir ilişki; mükemmeliyetçiliğ in davranışlardan şüp he ve ailesel eleştiri algısı boyutlarıyla akademik erteleme davranışı arasında ise pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğ u görülmüştür.

Akademik erteleme ile ilgili yurt dışında yapılan bazı araştırmalar şu şekilde yer almaktadır: Yuen'in (2019) üniversite öğrencileri ile yaptığ ı araştırmada, üniversite öğrencilerinde akademik motivasyon ve akademik erteleme arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, akademik ertelemeyle içsel ve dışsal motivasyon arasında anlamlı bir ilişki olmadığ ı görülmüştür. Başka bir bulguya göre ise, cinsiyete göre akademik ertelemede bir farklılık bulunmamıştır.

Qaisar ve diğeri (2017) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada amaç; problemlili telefon kullanımı, akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın sonuçlarına göre, problemlili telefon kullanımı ve akademik erteleme değişkenlerinin birlikte akademik performans üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür. He (2017) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada amaç, öğrencilerin akademik erteleme davranışlarını çok değişkenli olarak incelemektir. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin % 48'i çok sık veya devamlı akademik erteleme davranışı göstermiştir. Ayrıca, akademik erteleme davranışının başlıca sebepleri; tembellik, stres, motivasyon eksikliği, internette fazla vakit geçirmektir. Rashmei ve Khosravi (2016) tarafından ortaokul öğrencileri ile yapılan araştırmanın amacı; çevrimiçi sosyal ağların akademik erteleme üzerindeki etkisini araştırmaktır. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin günlük sosyal ağları kullanma süreleri, sosyal ağlara üye olma ve sosyal ağlara giriş sıklıklarıyla akademik erteleme davranışları arasında bir ilişki olduğu görülmüştür. Khan, Noor, Arif ve Muneer'in araştırmasında (2014) Meslek Yüksekokulu öğrencileri ile üniversite öğrencileri karşılaştırmalı olarak incelenmiş, akademik erteleme davranışının bazı demografik değişkenler açısından değerlendirildiği bir araştırma yapmak amaçlanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, meslek yüksekokulu öğrencileri, üniversite öğrencilerine göre daha fazla akademik erteleme göstermektedir. Bir başka bulguya göre, erkekler kızlardan daha fazla akademik erteleme davranışı gösterdiği görülmüştür.

2.2. Mükemmeliyetçilik

Bu bölümde mükemmeliyetçilik kavramı, mükemmeliyetçilik özellikleri, mükemmeliyetçiliği etkileyen faktörler, mükemmeliyetçilik boyutları ve mükemmeliyetçilikle ilgili araştırmalar bulunmaktadır.

2.2.2. Mükemmeliyetçilik Tanımı

Mükemmeliyetçilikle ilgili birçok tanım yapılmıştır. Atas'a (2018) göre mükemmeliyetçilik kavramı birçok araştırmacı tarafından tanımında bir uzlaşma sağlanamayan, tanımlanması zor bir kavramdır. Birçok farklı tanımda mükemmeliyetçiliğin farklı özelliklerinden bahsedilmektedir. Mükemmeliyetçiliğin tanımlarında ortak bir şekilde ifade edilen durum, bireyin kendisi için belirlediği yüksek standartlardır. TDK (2015) mükemmeliyetçiliği, çok fazla titiz davranan kişi, mükemmel olma yolunda çok fazla bir çaba gösteren kişi olarak tanımlamıştır. Azak (2019) mükemmeliyetçiliği, bireyin kusursuzca

ulaşma çabası olarak tanımlamış ve geçmişten günümüze kadar birçok teorisyenin incelediğini belirtmiştir.

Öğrencilerin akademik başarısını etkileyen faktörlerden olan mükemmeliyetçilik, bireylerin yaptıkları işin iyi olmadığı konusunda kaygılanması, performansından memnun olmamasıyla sonuçlanan memnuniyetsizlik olarak tanımlanmaktadır (Slaney vd., 2001). Mükemmeliyetçilik, bireyin kendisi için yüksek beklentiler oluşturması, bu beklentilere ulaşma konusunda kaygı yaşaması ve davranışlarını değerlendirirken kendine karşı çok fazla eleştirel olması olarak tanımlanmaktadır (Hewitt ve Flett, 2004).

Mükemmeliyetçilik, bireyde var olan özelliklerden, ortaya çıkarabildiklerinden daha fazlasının beklenmesi şeklinde tanımlanmıştır (Hollanderden aktaran Deniz, 2019). Türk'e (2020) göre mükemmeliyetçilik; bireylerinin yapılan tüm işlerde başarılı olma zorunda hissetmesi ve başkalarının onu onaylamadığı durumlarda kötü hissetmesi şeklinde tanımlanabilir. Camadan'a (2009) göre mükemmeliyetçi tutum, hata yapmadan en yüksek noktalara ulaşma isteği gibi kavramları içerir. "Hiçbir şey yeterince iyi değildir" anlayışı kişinin başarısından kaynaklı bir doyum yaşamasına ve mutlu olmasına engel olmaktadır. Cıla'ya (2015) göre mükemmeliyetçilik, zor fakat ulaşılabilir amaçlar için çabalamayı gerektirir.

Bayram (2016) mükemmeliyetçilik kavramının literatürde yer almasının ve çalışılmasının 1950'li yıllara denk geldiğini, ilk çalışmalarda olumsuz olarak ele alındığını, mükemmeliyetçiliğin patolojik, klinik boyutunun ele alındığını, kişilik bozukluğunun bir parçası olarak görüldüğünü belirtmiştir. 1970'li yıllarda ise çok boyutlu bir bakış açısı ile mükemmeliyetçiliğin patolojik olabileceği gibi olumlu ve sağlıklı da olabileceğini ifade etmiştir. Sarioğlu'na (2011) göre, Modern yaşam hızının gerekliliği olan işi zamanında ve en iyi şekilde yapmanın dışında mükemmel olmayı isteme, kişilik özelliği olarak görülmektedir. Mükemmeliyetçilik, kendine yüksek standartlar koyarak başarılarını bu standartlara göre değerlendirme süreci olarak ifade edilebilir.

2.2.3. Mükemmeliyetçilik Özellikleri

Ergenler mükemmeliyetçi tutum gösterebilmektedir. Mükemmeliyetçi tutum, hata yapmadan en yüksek noktaya ulaşabilme isteğidir. Bu durum, ergenlerin çaresizlik yaşamasına sebep olabilir (Bozdemir, 2011). Barrow ve Moore (1983), mükemmeliyetçi kişilerin ya hep ya hiç, siyah/beyaz gibi kutuplaşmış düşüncelere sahip olduğunu, her şeyin

nasıl olması gerektiğiyle ilgili katı kurallar ve –meli, -malı ile biten kalıpları olduğunu, hedefe ulaşma konusunda katı standartları olduğunu, gerçekleştirdikleri hedeflerini önemsiz görürken, henüz gerçekleştirmedikleri hedeflerini abartılı görme eğiliminde olduklarını açıklamıştır.

Mükemmeliyetçi öğrenciler bir işi akranlarından daha iyi yapmaktan tatmin olmazlar (Cıla, 2015). Yalnızca bir işi mükemmel bir şekilde yaptıkları zaman tatmin olurlar. Bayram’a (2016) göre mükemmeliyetçi bireylerin çok yüksek beklenti içinde olduklarını, bireylerin mükemmeliyetçi olmasında ebeveynlerin eleştirileri ve beklentilerinin etkili olduğunu, ailelerin öğrenciler adına oluşturdukları gerçekçi olmayan hedef ve beklentilerin öğrencilerin duygu ve davranışlarını etkilediğini ifade etmiştir. Ergenlerin “mükemmel olmalıyım, eğer mükemmel olmazsam ailem tarafından değer görmeyebilirim” şeklindeki gerçekçi olmayan düşünceleri, ergenlerin mükemmeliyetçi kişilik özellikleri göstermesine sebep olabilir.

Mükemmeliyetçilik, eğitim öğretim gören öğrencilerde görülme ihtimali yüksek olan bir özelliktir (Deniz, 2019). Mükemmeliyetçilik özelliği öğrencilerde ortaya çıkarılarak olumlu bir şekilde yönlendirildiğinde öğrencilerin başarıya ulaşmalarına katkı sağlayacak ve başarılarını arttıracaktır. Ayrıca eğitime yönelik olarak olumlu üretimi ortaya koymalarını da sağlayacaktır. Fakat mükemmeliyetçilik iyi yönetilemezse, öğrencilerin olumsuz düşünceleri ortaya çıkarması akademik başarıyı düşürmesinin yanı sıra eğitim sisteminde sağlıklı bir biçimde ilerlemesine engel olarak bir takım problemlere neden olacaktır. Bu yüzden mükemmeliyetçilik, eğitim sistemimizde çok önemli bir kavram olarak yer almaktadır. Türk’e (2020) göre bireyin, hedeflediği mükemmeliyetçilik düzeyinin altında bir sonuçla karşılaşması onun bu sürece tahammül edememesine neden olabilmektedir. Ayrıca, yapılan en küçük yanlışta dahi başka bireylerin kendisini kabul edemeyeceğini düşünen bireyler yanlış yapma korkusu geliştirerek, kendi gelişimlerini desteklemeye yönelik çalışmalardan kaçınabilirler.

2.2.4. Mükemmeliyetçiliği Etkileyen Faktörler

Mükemmeliyetçiliği etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Ener’e (2021) göre birçok araştırmacı, mükemmeliyetçiliğin çocukluk döneminde geliştiğini, özellikle anne-babaların tutum ve davranışlarının mükemmeliyetçiliğin gelişmesinde önemli yere sahip olduğunu belirtmektedir. Yeteneklerin üzerinde mükemmeliyetçi hedefler belirlemek, akademik başarıya engel olmaktadır (Şirin, 2011). Öğrenciler, yeteneklerinin üzerinde gerçekçi olmayan

hedefler belirleyerek mükemmel bir performans sergileyemeyeceklerine inandıkları durumlarda harekete geçmeyerek başarı kaygısı yaşamakta ve daha az başarılı olmaktadır.

Ergenlik dönemi, bireyin hayatını etkileyen kararların alındığı bir dönemdir. Camadan'a (2009) göre bir hedefe ulaşmaya çalışırken, mükemmel olmayan durumların ve yapılan hataları kabul edilemeyeceğini düşünmek, bireylerin daha yüksek kaygı yaşamalarına neden olmaktadır. Mükemmeliyetçilik düzeyleri fazla olan öğrencilerin akademik başarılarının düşük olmasının nedenlerinden biri de ertelemeciliktir. Öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça, erteleme tutum sergiledikleri, bunun da akademik başarılarını olumsuz etkilediği belirtilebilir. Ayrıca, ebeveynlerin çocuklarının kapasitelerinden daha fazla beklenti içerisinde olması da ergenlerin mükemmeliyetçi tutum geliştirmesinde etkilidir.

Bir başka araştırmaya bakıldığında Küçü'ye (2018) göre ülkemizde lise eğitimi alan öğrencilerin hedeflerini belirleyerek tercih ettikleri mesleklerle ilgili plan yapmaları beklenir. Sistemin sınava odaklı, başarıya dair ölçütün ise sınavdan alınan puanın olması öğrencilerin arasındaki rekabeti arttırarak öğrencileri daha yüksek puanlar almaya, az yanlış yapmaya itmektedir. Kimlik gelişim sürecindeki ergenlerin yüksek performans göstermesi hakkında baskı altında kalmaları, mükemmeliyetçi tutumlar geliştirmelerine neden olabilmektedir.

Ataş'a (2018) göre, zorlu bir değişim evresi olan ergenlik dönemi, bireylerin akademik yaşamını ve akademik yaşamını etkileyen birçok değişkeni de etkilemektedir. Ergenlik döneminde kimlik karmaşasında olan bireylerin öz yeterlik inançları ve mükemmeliyetçilik düzeyleri, girecekleri sınavlara hazırlıkta performanslarını etkileyerek hedeflerine ulaşmalarında belirleyici olmaktadır. Türk'e (2020) göre bireylerin yaptıkları davranışlarda daha iyi sonuç alabilmek için kendilerine yüksek hedefler belirlemeleri ve bu hedeflerini gerçekleştirebilmek için çabalamaları kendilerini geliştirebilmeleri için de imkan sağlar. Ancak bu hedeflerin gerçekleştirilebilir olması bireye fayda sağlamaktadır.

2.2.5. Mükemmeliyetçilik Boyutları

Mükemmeliyetçiliğin boyutlarına bakıldığında, Pacht (1984) mükemmeliyetçiliğin olumsuz doğasına vurgu yapmış ve olumsuz mükemmeliyetçiliğin kişilerin hayatını olumsuz etkileyerek uyum problemine sebep olan bir durum olarak görmüştür. Türk'e (2020) göre özellikle son yıllarda yapılan çalışmalarda, mükemmeliyetçiliği yalnızca olumsuz yönüyle ele alan ve bunu savunan bir tutum olmadığı, hem olumlu hem de olumsuz olarak incelenerek bu

doğrultuda araştırmaların sonuçlandırıldığı görölmektedir. Ayrıca yapılan ilk araştırmalarda mükemmeliyetçilik olumsuz olarak değerlendirilmiştir. Mükemmeliyetçiliği tek boyutlu bakış açısının açıklamasının yeterli olmaması sebebiyle, kişilerarası bileşenlerin de üstünde durulmuştur. Günümüzde birçok araştırmacının mükemmeliyetçiliğin olumlu ve olumsuz iki yönü de aynı anda kapsadığını savunduğunu görürüz.

Sarioğlu'na (2011) göre, mükemmeliyetçilik, literatüre 50'li yıllarda girmeye başlamıştır. Başlangıçta tümüyle patolojik bir şekilde, nevroz ve kişilik bozukluğunun işareti olarak görölmüştür. Buna göre mükemmeliyetçilik, bireyin kendi performansına dönük olarak düşük benlik saygısını, olumsuz eleştirileri, kabul görme ihtiyacından ve başarısızlık korkusundan kaynaklanan olumsuz bir kişilik özelliğidir. Fakat 70'lerin sonunda tek boyutlu ve tümüyle olumsuz bir bakış açısının yerini çok boyutlu bir anlayış almıştır. Bu anlayışa göre mükemmeliyetçilik, nevroitik bir özellik olmasının yanında, sağlıklı ve bireye olumlu katkılar yapan bir özellik olarak da ifade edilebilir.

2.2.6. Mükemmeliyetçilik ile İlgili Yapılan alışmalar

Ülkemizde mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, Türk'ün (2020) 9. 10. ve 11. sınıflarda okuyan öğrencilerle yaptığı araştırmaya göre, lise öğrencilerinin sosyal medya kullanım tutumlarıyla mükemmeliyetçilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonucuna göre, bağımsız değişken olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilikle bağımlı değişken sosyal medya kullanım tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Deniz'in (2019) lise öğrencileri ile yaptığı araştırmanın sonucuna bakıldığında, erkek öğrencilere göre kız öğrencilerin kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Ayrıca, okul türü açısından lise öğrencilerinin mükemmeliyetçiliklerine bakıldığında, kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin Güzel Sanatlar lisesi öğrencilerine göre Anadolu lisesi öğrencilerinde daha fazla var olduğu görölmüştür. Yücel (2019) tarafından Güzel Sanatlar liselerinde 10, 11 ve 12. sınıflarda okuyan müzik bölümü öğrencilerinin katıldığı araştırmanın sonucuna göre, erkek öğrencilere oranla kız öğrencilerin daha az mükemmeliyetçi oldukları, erkek öğrencilerin akademik erteleme düzeylerinin kız öğrencilere oranla daha fazla olduğu, katılımcıların babalarının eğitim durumunun çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin hatalara aşırı ilgi boyutuyla anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki gösterdiği, babası örgün eğitim almamış olan öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ataş (2018) tarafından lise

öğrencileri ile yapılan araştırma sonucuna göre, ergenlik çağındaki bireylerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile akademik öz yeterlik inançlarının, akademik erteleme davranışlarının anlamlı yordayıcısı olduğu görülmüştür. Ayrıca, ergenlerin mükemmeliyetçilik düzeyi ölçeği alt boyutlarından olan Sosyal Kaynaklı alt boyutunun, cinsiyete ve sınıf düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı, 'Kendine Yönelik' alt boyutunun anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır. Kücü (2018) çalışmasında lise öğrencilerinin ihtiyaç doyumları, mükemmeliyetçilikleri ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmaya İzmir ilinde öğrenim gören 928 lise öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda, lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilikleri, ihtiyaç doyumları ve psikolojik iyi oluşları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Köroğlu'nun (2008) araştırmasında, lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ve rekabetçi tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, mükemmeliyetçiliğin tüm alt boyutlarıyla rekabetçi tutum arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından olan kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve toplum tarafından dayatılan mükemmeliyetçiliğin, rekabetçi tutumun yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

Bir başka araştırmaya bakıldığında, anksiyete, depresyon ve genel erteleme davranışını uyumsuz mükemmeliyetçiliğin anlamlı ve pozitif yönlü, uyumlu mükemmeliyetçiliğinse anlamlı ve negatif yönlü yordadığı belirlenmiştir. 'Kendi odaklı mükemmeliyetçiliğin' depresyon ve genel erteleme davranışını anlamlı ve negatif yönde yordadığı bulunmuştur (Azak, 2019).

Üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmalara bakıldığında Odacı ve Kaya'nın (2019) yaptığı araştırma, üniversite öğrencileri ile yürütülmüştür. Araştırmanın sonucuna göre, üniversite öğrencilerinin akademik erteleme ve umutsuzluk algıları arasında pozitif yönlü ilişki bulunduğu ve umutsuzluğun akademik ertelemeyi yordadığı görülmektedir. Dönmez (2019) tarafından yapılan çalışmaya İstanbul'da öğrenim gören öğrenciler katılmıştır. Araştırma bulgularına göre, öğrencilerin akademik erteleme davranışları ile demokratik ana baba tutumları arasında negatif; koruyucu - istekçi ve otoriter ana baba tutumları ile akademik erteleme davranışları arasında pozitif yönde ilişkiler olduğu bulunmuştur. Ayrıca lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişki olduğu görülmüştür. Bu da öğrencilerde mükemmeliyetçilik düzeyi arttıkça akademik erteleme davranışının arttığı anlamına gelmektedir. Psikolojik esnekliğin dolaylı etkisiyle mükemmeliyetçi düşünceler, ruminasyon, kendini affetme ve bilişsel ayışmanın, bilişsel sınav kaygısını ne ölçüde yordadığını araştıran bir modeli test etmeyi

amaçlayan çalışmanın sonucuna göre, mükemmeliyetçi düşüncelerin psikolojik esnekliğin dolaylı etkisiyle bilişsel sınav kaygısı ile anlamlı ve olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Aydın, 2017). Gönüllü öğrencilerle yapılan araştırma sonucunda, başkalarının kendinden beklediği mükemmeliyetçilik ile sıkıntıya dayanıksızlık arasında ters yönlü ilişki olduğu görülmüştür (Yurdakul, 2017). Şimşek (2018) tarafından yapılan araştırma sonucunda, akademik erteleme davranışıyla olumsuz değerlendirilme korkusuyla mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolü olduğu ve değişenler arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür.

Ergenlerle yapılan diğer araştırmalara bakıldığında, Bayram (2016) tarafından 2015-2016 eğitim öğretim yılında 9. ve 12. sınıf öğrenci ile yapılan çalışmanın bulgularına göre, öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleriyle algıladıkları akademik stresleri arasında negatif ve anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Bir başka bulguya göre ise ergenlerde mükemmeliyetçilik düzeyleri, okul türlerine ve algıladıkları ana baba tutumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir. 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile yapılan araştırmanın sonucunda; 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin akademik başarı düzeylerini, çok boyutlu mükemmeliyetçiliğin davranışlardan şüphe boyutunun yordadığı; bir diğer bulguya göre ise mükemmeliyetçiliğin aile beklentileri, düzen, hatalara karşı ilgi, kişisel standartlar, akademik güdülenme ve hatasız görünme isteği alt boyutunun araştırma isteği alt boyutunun yordamadığı bulunmuştur (Cıla, 2015). Başer'in (2007) 8. sınıf öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin akademik başarıya etkisini incelediği araştırmasının sonucuna göre, öğrencilerin mükemmeliyetçilik ölçeğinden aldıkları genel puan ile akademik başarı arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkili olduğu bulunmuştur. Buna göre, öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça, ders geçme notlarının düştüğü sonucuna varılabilir. Ergenlerin mükemmeliyetçilikleriyle mizah duyguları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan, lise öğrencileri yapılan araştırmanın sonuçlarına göre; ergenlerin mükemmeliyetçilikleriyle mizah duyguları arasında herhangi bir ilişki olmadığı görülmüştür (Bozdemir, 2011). Şirin'in (2011) yaptığı araştırmada 11 oturumluk psikoeğitim programı ilköğretim 8. sınıf öğrencilerine uygulanmış, mükemmeliyetçilik düzeylerinin anlamlı düzeyde azaldığı, genel başarıları üzerinde ise etkisi olmadığı görülmüştür. Orta öğretim öğrencileri ve velilerle gerçekleştirilen çalışmanın sonuçlarına göre; öğrencilerin mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt ölçeklerinde, psikolojik yardım almalarına veya almamalarına göre düzen alt ölçeğinde anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Ayrıca cinsiyetlerine göre davranışlardan şüphe alt ölçeğinde, sosyo-ekonomik düzeylerine göre ise kişisel standartlar ve düzen alt ölçeklerinde anlamlı bir fark bulunmuş; sınıf düzeylerine

göreyse alt ölçeklerde anlamlı farklılık bulunmamıştır (Camadan, 2009). Deniz (2011) tarafından lise öğrencilerinin risk alma davranışıyla mükemmeliyetçilik düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre farklılaşma durumunun incelendiği araştırmanın sonucuna göre; öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin okul türü, sınıf düzeyi, anne eğitim durumu ve aile gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur.

Diğer araştırmalara bakıldığında, Ener'in (2021) 844 kişi ile yaptığı araştırma, yetişkin bireylerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabulü veya reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleriyle ilişkisini incelemeyi amaçlamıştır. Araştırma sonucuna göre, mükemmeliyetçilik ve benlik algısı düzeylerinin, psikiyatrik destek alma durumlarına göre farklılık gösterdiği; cinsiyet ve yaşadığı yere göre farklılık göstermediği görülmüştür (Ener, 2021). 1100 öğrenciyle yapılan araştırma sonucunda, öğrencilerin olumlu mükemmeliyetçilik düzeyleri ve akademik başarıları arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu görülürken, akademik başarıları ve olumsuz mükemmeliyetçilikleri arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu görülmüştür (Altun ve Yazıcı, 2010).

Ayrıca, Pirinççi'nin (2009) lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında, akademik başarıları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki de incelenmiş, araştırma sonucunda; sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik düzeyleri ve kendiliğinden yön verilen mükemmeliyetçilik düzeyleri yüksek olan öğrencilerin, akademik başarı düzeylerinin de yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer bulguya göre, akademik başarılarının düşük olan öğrencilerin yön verilen mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olduğu, aralarında negatif bir ilişki olduğu görülmüştür. Çalikoğlu'nun (2009) araştırmasına göre normal ve üstün zekaya sahip öğrencilerin çalışma alışkanlıkları ile mükemmeliyetçilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Araştırma sonuçlarına göre, üstün zekalı ve normal zekalı öğrencilerin çalışma alışkanlıkları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından olan düzen, aile beklentileri, davranışlardan şüphe, ailesel eleştiri ile kişisel standartlar boyutlarında normal zekalı öğrencilerin üstün zekalı öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmüştür.

6. 7. ve 8. sınıfta öğrenim gören 120 üstün yetenekli öğrenci ile mükemmeliyetçilik özellikleri ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmanın sonucuna göre; cinsiyet ile mükemmeliyetçi tutum arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Öğrencilerin mükemmeliyetçi tutumları arttıkça benlik saygılarının azaldığı sonucuna varılmıştır (Bencik,

2006). Gwen ve Ewa (2005) ailelerin kontrolcü yaklaşımının, çocuklarda mükemmeliyetçiliğin gelişimi üzerindeki etkisini araştırdıkları çalışmada, araştırmaya annesi aşırı kontrolcü olan çocuklar katılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre; aşırı kontrolcü annelerin çocuklarının sosyal odaklı mükemmeliyetçilik puanları yüksek olduğu görülmüştür.

Mükemmeliyetçilik ile ilgili yurt dışında yapılan bazı araştırmalar şu şekildedir: Kljajic ve diğerleri (2017) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada mükemmeliyetçiliğin alt türleriyle, öz düzenleme, tükenmişlik, bağlılık ve not ortalamaları arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, sosyal yönelimli mükemmeliyetçilik; yüksek düzeyde tükenmişlik, düşük öz düzenleme, düşük düzeyde bağlılık ve düşük not ortalamasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Abarghuei ve diğerlerinin (2016) 520 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, akademik tükenmişlik, uyumsuz mükemmeliyetçilik, sosyal destek ve çeşitli değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, akademik tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliğin anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür.

Chang ve diğerleri (2016) tarafından lisans öğrencileri ile yapılan araştırmanın amacı, akademik tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide motivasyon türlerinin aracılık etkisini incelemektir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, çelişki ve sosyal yönelimli mükemmeliyetçilik gibi boyutların akademik tükenmişlik ile pozitif yönde ve anlamlı ilişkili olduğu görülmüştür. Yu ve diğerlerinin (2016) öğrencilerle yaptığı çalışmada, tıp öğrencileri arasında sosyal yönelimli mükemmeliyetçilik, akademik tükenmişlik ve akademik yetkinlik arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bunun yanında akademik yetkinliğin, akademik tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide aracı rolünün olup olmadığının test edilmesi de amaçlanmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, akademik yetkinlikle akademik tükenmişlik arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Bir başka bulguya göre, akademik yetkinliğin akademik tükenmişlik ve sosyal yönelimli mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide kısmen aracı rolü üstlendiği görülmüştür. Damian, Stoeber, Negru ve Baban (2013) tarafından yapılan çalışma 7 - 9 ay ara ile uygulanmış ve boylamsal araştırma yöntemi ile yapılmıştır. Araştırmanın amacı, mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından olan aile beklentileri ile ailesel eleştirilerin sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını yordama düzeylerini ortaya koymaktır. Araştırma sonuçlarına göre; algılanan aile beklentileri ve aile eleştirileriyle 'sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik' ve 'kendine yönelik mükemmeliyetçilik' arasında pozitif korelasyon görülmüştür.

2.3. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu

Bu bölümde gelişmeleri kaçırma korkusu, gelişmeleri kaçırma korkusunu etkileyen faktörler, gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal medya kullanımı ile ilgili araştırmalara yer verilmiştir. Gökler ve diğerlerine (2016) göre, sosyal medyanın işlevselliğinin artması ve yoğun bilgi akışında olma insanlarda devamlı olarak internette vakit geçirme isteği uyandırmaktadır. Bu, tüm dünyada 'fear of missing out' yani 'FoMO' olarak açıklanan bir ifadeyi ortaya koymuştur. Gökler ve diğerleri (2016), yaptıkları çalışmalarda FoMO'yu gelişmeleri kaçırma korkusu (gkk) olarak Türkçeleştirmiştir.

Gelişmeleri kaçırma korkusu (GKK), Przybylski ve diğerleri tarafından 2013 yılında literatüre kazandırılan bir kavramdır. Przybylski ve diğerlerine (2013) göre gelişmeleri kaçırma korkusu; kişinin diğer bireylerin kendisinden daha kıymetli deneyimler yaşadığına dair endişe yaşaması ve diğer bireylerin ne yaptığını öğrenme amaçlı sürekli internete bağlı kalma isteği olarak ifade edilmiştir. Kişi, gelişmeleri kaçırma korkusu yaşaması sebebiyle, sürekli diğerlerinin şimdi ve orada ne yaptığından haberdar olmak istemektedir. Yıldırım ve Kişioğlu'na (2018) göre FoMO, günümüzde teknolojinin getirdiği yeni bir hastalık olarak değerlendirilmektedir.

Günceli kaçırma korkusu (FoMO) yaşayan bireylerin, yüz yüze iletişim yerine sosyal medya üzerinden iletişim kurmaları nedeniyle yaşadıkları yalnızlık duygusu daha da artmaktadır (Dossey'den aktaran Çetinkaya, 2019). Can ve Satılmış (2019) ise, Eksik Kalma Korkusu Ölçeğini (Fear of Missing Out Scale) Türkçeye uyarlayarak bu kavramı alanyazına kazandırmışlardır.

FoMO ve Nomofobi olarak var olan akıllı telefonundan uzak kalma ve gelişmeleri kaçırma fobisi olarak tanımlanan rahatsızlıklar, günümüzde oldukça yaygındır. Kullanıcıların giderek kontrolünü yitirdiği sosyal medyaya sürekli bağlı olma hali, kullanıcılarda bir bağımlı olma durumuna sebep olabilmektedir (Karatay, 2018). Eşitti'ye (2015) göre FoMO, gündemi kaçırma korkusu olarak da bilinmektedir. Sosyal medya ve interneti yaygın kullanan bireylerde görülmekte, internette paylaşılan gönderilerden, olaylardan, durum güncellemelerinden ve bir takım deneyimlerden haberdar olmama, bilgilere ulaşamama endişesi sonucunda meydana gelen bir problemdir.

Bir başka tanıma bakıldığında, Gezgin ve diğerleri (2019), sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu anlamına gelen FoMO'nun, özellikle lisans öğrencilerine risk

oluşturduğunu ifade etmiştir. FoMO ve Nomofobi yaşamaları sonucunda, lisans öğrencilerinin sosyal medyayı ve telefonu kullanma sürelerinde artış olmuştur. Bunun sonucunda, lisans öğrencileri FoMO ve Nomofobiye daha yatkın olmakta ve bu sebeple korku, endişe ve stres gibi sorunlar yaşamaktadırlar.

Oxford (2017) sözlüğüne göre, FoMO, genelde sosyal medyada paylaşılan içerikler tarafından kişiyi harekete geçiren ve o anda başka bir yerde heyecan uyandırıcı veya ilginç bir olayın olduğuna yönelik insanların endişelenmeleri şeklinde açıklanmaktadır. İnternete erişim sağlayamadıkları zamanlarda bilgiye erişimlerinin de engellendiği kaygısını (FoMO) yaşayan bireylerin bağımlılığının temelinde, bu korku ve kaygı olabilmektedir. FoMO kavramındaki korku; yoğun ve devamlı yenilenen internetteki bilgi akışına yetişememek, takip edememek, olaylardan habersiz kalma kaygısıyla beraber hissedilen korkudur (Sezgin ve Karabacak, 2019).

Ayrıca, Çetinkaya'ya (2019) göre akıllı telefon, tablet, bilgisayar gibi araçlarla devamlı sosyal medyayı takip etmenin sonucunda gelişmeleri kaçırma korkusunun fizyolojik olarak sırt-baş-bel-boyun ağrıları gibi ağrıları tetikleyeceği ifade edilmektedir. Hoşgör ve diğerlerine (2017) göre, alanyazında FoMO hakkındaki bilgilerin çoğunlukla dışsal belirtilere odaklandığı ve zorlayıcı davranış ya da sosyal hastalık şeklinde adlandırıldığı görülmektedir. Bazı durumlarda FoMO'nun dışsal belirtileri; kişinin kariyerini veya toplumsal duruşunu daha iyi yerlere taşımak ve kendisiyle ilgili pozitif bir imaj çizmek gibi farklı açılardan ele alınabilir. Buna karşın bilimsel görüşler ve tartışmalar genellikle FoMO'nun tedavi edilmesi ve kontrol altına alınması gereken olumsuz bir takıntı, bir hastalık olduğu vurgulamıştır.

Bunun yanı sıra Yavuz'a (2015) göre FoMO, Z kuşağında daha sık bir şekilde görülmektedir. Z kuşağı, 90'larda doğan, çok hızlı bir şekilde öğrenen, interneti ve teknolojiyi kullanmayı seven, teknolojiyle çok fazla ilgili olan bireylerin oluşturduğu gruba denmektedir. Z kuşağı, bilgisayarları ve akıllı telefonları en çok kullanan nesil olduğu için FoMO'ya sahip olma oranları yüksektir. Genç ve öğrenci olan bireylerde bu sendrom diğerlerine oranla fazla görülmektedir. FoMO genellikle 15-25 ve 25-35 yaşları arasındadır. Özellikle sosyal medyayı aktif olarak kullanan gençlerde devamlı sosyal kaygı durumu bulunmaktadır. Bunun nedeni, gün boyu sosyal medyada meydana gelen olayları ve gündemi kaçırarak olmanın endişesini hissetmeleridir. Ayrıca çevresini çok fazla kontrol etme ihtiyacı hisseden, başkalarının yaptıklarını bilme isteği yüksek olan insanlarda FoMO daha fazla ortaya çıkmaktadır.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde eksik kalma korkusuyla ilişki olarak genellikle yaşam doyumu, internet bağımlılığı, benlik saygısı, kişilik özellikleri, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğunun da olduğu görülmüştür. Hızarcı'ya (2018) göre yapılan çalışmalara bakılarak, lisans öğrencilerinin yeni ilişkiler kurarak ilişkilerini sürdürme davranışlarını akıllı telefonlarına taşıması, akıllı telefonların lisans öğrencilerinde “sosyal bağlar kurma” ifadesini “sosyal ağılar kurma” şeklinde değiştirdiği söylenebilir.

2.3.2. Eksik Kalma Korkusunu Etkileyen Faktörler

Gelişmeleri kaçırma korkusu ile ilgili faktörlere bakıldığında Çınar'a (2017) göre internet bağımlılığı, dürtüsellik ve nevrotik özellikler, gelişmeleri kaçırma korkusunun meydana gelmesinde etkili olabilecek etmenlerdir. Ülkemizde internet en çok sosyal medya amaçlı kullanılmakta ve en fazla 16-24 yaş grubunda kullanılmakta, fakat akademik olarak gelişmeleri kaçırma korkusunun düzeyine ve ilişkili faktörlere ilişkin yeterli bilgiler bulunmamaktadır. Çınar'a (2017) göre son yıllarda akıllı telefonlarla internetin sürekli ulaşılabilir olması ve akıllı telefonların adeta bir parçamız haline gelmesi, güncel konulardan geri kalmanın sorun yarattığı düşüncesini ortaya çıkararak günceli kaçırma korkusunun ülkemizde gündemde olan konularından biri olmasına neden olmuştur. Cepte internet reklamları, dizilerle veya filmlerle ilgili yorumlar için sosyal medya hesaplarından yorum yapabilme imkanı gibi sosyal mesajlar, bilinçaltına sürekli takip etme gerekliliğini düşündürmektedir.

Bir başka araştırma incelendiğinde; ergenlik döneminin temel ihtiyaçlarından olan beğenilme duygusu, takdir edilme, ait hissetme gibi durumları ergenlerin sosyal medya aracılığıyla tatmin ettikleri görülmüştür. Ergenlerin sanal ortamlarda paylaşım yaparak kendilerini daha özgür hissettikleri görülmüştür. Ayrıca gelişmeleri kaçırma korkusu, sosyal medya uygulamalarına katılımı arttırarak kullanıcıları daha aktif kullanmaya itmektedir (Bor, 2018). Türk'e (2020) göre devamlı diğer bireylerin hayatlarına maruz kaldığımız sosyal medyada kendimizi sürekli kıyaslama halinde bulabiliriz. Gittiğimiz yerlerin tadını çıkarmak yerine başka insanların daha iyi yerlere gittiğine odaklanarak kendi imkanlarımızı kısıtlı olarak görüp mutluluğumuzu zedeleyebiliriz. Bunun yanı sıra, ergenlik döneminde olan bireyler, sık sık sosyal medyada var olmak, beğenilmek, takdir edilmek istemektedirler. Gelişmeleri kaçırma korkusu yaşayan bireyler, sık sık sosyal medya hesaplarını kontrol ederek onaylanıp onaylanmadığını öğrenmek isterler (Karahisar, 2019). Karatay'a (2018) göre ihtiyaçları karşılama, kendini ifade etme ihtiyacı olan, yer ve zaman fark etmeksizin sosyal

medyaya erişmeyi sağlayan uygulamalara ulaşma imkânı olan kullanıcı, giderek çok fazla bağlantıda olduğu bir duruma gelmektedir. Ayrıca, FoMO çok fazla telefon ve insan etkileşiminin olmasıyla meydana gelmektedir. Burada büyük payı olan sosyal medya platformları, FoMO'nun ortaya çıkma sürecinde görülebilir.

Bunun yanında Yavuz'a (2015) göre FoMO sahibi bireyler, internet erişimi olmadığı zaman öfkeli, stresli ve huzursuz olmaktadır. Sanal ortamda yaptıkları paylaşımlara yeterince beğeni ve yorum almadıklarında, kendilerini reddedilmiş hissederek duygusal çöküş yaşamaktadırlar. Bu bireylerin, çoğunlukla uykudan önce ve uyandıktan sonra ilk yaptıkları şey, bütün sosyal medyadaki hesaplarını kontrol etmektir. Sosyal ağlarda mutlu bireylerin fotoğraflarını gören kişi, kendi hariç herkesin çok mutlu olduğunu zannetmektedir. Bu fobi ile birçok insan uykusuz kalmakta ve kaygı bozukluklarına sebep olmaktadır.

2.3.3. Sosyal Medya Kullanımı

Günümüzde en etkili ve en çok kullanılan iletişim araçlarından biri teknolojiyi, sosyal medyayı kullanım olarak söylenebilir. Seymen'e (2017) göre Z kuşağı 2000 yılı ve sonrasında doğmuş, teknolojinin içinde yetişmiş teknolojinin çocuklarıdır. Çok hızlı bir şekilde teknolojiye adapte olurlar. Yapılan çalışma da bu kuşağı temsil eden bireyleri içermektedir. Çelik ve Diker'e (2021) göre Çin'in Wuhan şehrinde yeni tip Koronavirüs ortaya çıkmış, hızla dünyaya yayılmış ve binlerce insanın hayatını kaybetmesine neden olmuştur. Virüsün fiziksel, biyolojik ve psikolojik etkileri de ortaya çıkmıştır. Bu etkilerin başında psikolojik rahatsızlıklar yer almaktadır. Bunlardan bazıları, depresyon, stres ve kaygıdır. Bu süreçte, bireyler bilgi edinmek ve sosyal destek ihtiyaçlarını gidermek amacıyla sosyal medya ağlarını daha fazla kullanmaya başlamıştır. Kartol ve Peker'e (2020) göre ergenlerin sosyal medyayı kullanma amaçları düşünüldüğünde, paylaşımlarının beğenilmesi, ilgi görmesine, dikkat çekmesine, popülerliğinin artmasına, bir gruba dahil olmasına neden olabilir. Yani sosyal medya kullanımı, arkadaşlık ilişkilerine yön verebilir. Bu nedenle sanal ortamdaki gelişmeleri kaçırma, ergenlerin arkadaşlarında var olan değerlerini kaybettiğini düşündürtebilir. Bu durum da sosyal ağları kullanamadığı zamanlarda kaygısının artmasına neden olabilir.

Sosyal medya uygulamaları, gelişmeleri kaçırma korkusu yaşayan bireyler için iletişimde kalmayı kolaylaştırmaktadır (Çakır, 2020). Yapılan araştırmalar incelendiğinde, düşük düzeydeki temel gereksinme tatmininin, günceli kaçırma korkusu ve sosyal medyaya olan bağlılıkla ilişkili olduğu söylenebilir. Temel gereksinme tatminleri düşük olan kişiler, diğer bireylerle iletişimde kalmak, sosyal yeterlilik geliştirerek sosyal bağları zenginleştirmek

amacıyla sosyal medyaya yönelmektedirler (Özcan, 2019). Kuzu ve Tozkoparan'a (2019) göre teknolojinin gelişmesi, yaygınlaşması ve internetin ulaşılabilir hale gelmesiyle birlikte, insanların birbirleriyle iletişim kurmaları oldukça kolaylaşmıştır. Sosyal medyaysa iletişimi farklı bir boyuta getirmiştir. Kişiler mobil araçlar ve internet sayesinde çevrelerini devamlı takip edebilmekte, haber alıp haber verebilmektedirler.

Ayrıca, günümüzde birçok alanda kullanılan teknolojik cihazlar hayatımızı kolaylaştırmaktadır. Etkili ve kalıcı olması açısından bu alanların ilk sıralarında eğitim bulunmaktadır. Ancak teknolojinin hangi sıklıkta, hangi amaçlar doğrultusunda kullanıldığı ve sonuçlarının ne olduğu önemlidir. Özellikle akıllı telefonları gereksiz veya çok fazla kullanmak, akademik işlerin yapılmasında ve çocukların gelişim sürecinde olumsuz sonuçlara sebep olabilmektedir. Özellikle teknoloji bağımlılığı konusu son yıllarda tehlike içermektedir (Fettahlioğlu, Çıkmaz ve Ateş, 2019).

Çağa ayak uydurmak için bilgi ve iletişim teknolojileri devamlı gelişmektedir. Bununla birlikte, klasik iletişim ve bilgi sağlama araçlarının yerlerini yeni teknolojiler almaktadır. Bu şekilde bilgi edinme ve iletişim şekilleri değişmekte, günümüzde sıklıkla internetten faydalanılmaktadır. İnternet kullanılarak yararlanılan iletişim yollarından biri de sosyal medyadır (Çetinkaya, 2019). Çalışma kapsamında TÜİK 2019 verileri incelenmiş, buna göre; 2019 Nisan ve Haziran ayları arasında internet kullanan bireylerin (16-74 yaş aralığı) interneti kullanma amaçlarına bakıldığında % 94,6 ile mesajlaşma, % 85,0 ile internetten telefonla görüşme/video görüşmesi ve % 77,7 ile sosyal medya profil oluşturma, mesaj göndermek veya içerik paylaşmak olarak bulunmuştur (Fettahlioğlu, Çıkmaz ve Ateş, 2019).

Sosyal medya uygulamaları, bireyin yaşamındaki gelişmeleri ve denediği yeni şeyleri arkadaşları ve takipçileriyle paylaştığı bir platformdur. Sosyal ağlar aracılığıyla, tıpkı yüz yüze iletişimde olduğu gibi kişiler diğer sosyal ağ kullanıcılarıyla tanışabilmekte ve onlarla iletişime geçerek iletişimi devam ettirmektedir. Kullanıcılar diğer kullananlara göre izleyici konumundadır ve diğer kullanıcıların yapmış olduğu gelişmelerden anında haberleri olabilmektedir (Hızarcı, 2018). Karatay'a (2018) göre teknolojik gelişmeler her zaman ve her yerde internete bağlanmaya izin vermekle birlikte kullanıcıların sosyal medya hesaplarına da her daim bağlı kalabilmesini sağlamıştır. Telefonlarına yükledikleri sosyal medya uygulamaları sayesinde rahatlıkla sosyal medya sitelerine erişebilen kullanıcılar istedikleri

zaman bağı konuma geçmekte, ayrıca sosyal medya hesaplarına bağlanmak istemeseler dahi, kişilere gelen bildirimler ile her zaman bağlanmaktadırlar.

Sosyal medya; bireylerin sosyalleşmeleri, birbirleri ile iletişim kurmaları, günlük hayattan kaçışı, bilgi sahibi olmaları ve eğlenmeleri gibi ihtiyaçlarını karşılayan bir araçtır (Hazar, 2011). Hazar'a (2011) göre, geniş bir çerçevede kendine yer bulan sosyal medya araçları şunlardır:

- Facebook, LinkedIn, Friendster, Friendfeed, Formspringa, Xing
- Youtube, Dailymotion, Google Videos, Yahoo
- Flickr, Deviantart, photosig, Fotocommunity, Photo
- Wikipedia, Intelipedia gibi Wiki
- Twitter

2.3.4. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım

Bu bölümde çalışmanın kuramsal temelini oluşturduğu için bilişsel davranışçı yaklaşımla ilgili açıklamalara yer verilmiştir. Bilişsel terapi; problem çözme, davranışsal ve bilişsel teknikleri kullanır. Kullanılan bu teknikler; baş edilemeyen problemi baş edilebilir parçalara ayırma, otomatik düşünce, çözmeye engel olan düşünce ve inançları saptama, rol oynama, sokratik sorgulama, düşünce ve inançları yeniden yapılandırma, aşamalı yüzleştirme ve gevşemedir (Türkçapar, 2007).

Ellis'in (1995) kurucusu olduğu 'Düşünsel Duygulanımcı Terapi', bireylerin ruhsal problemlerinin büyük oranda bireylerin gerçeğe uygun olmayan inançlarından kaynaklanabileceğini belirtmektedir. Beck'in geliştirdiği Bilişsel Terapiye, ruhsal sorunların anlaşılmasında düşüncelerin ve inançların yerini ve birbirleriyle ilişkilerini ortaya koymuştur (Hiçdurmaz, 2010). Bilişsel davranışçı yaklaşım; kanıta dayalı olması, bireylerde meydana gelen değişimlerin ölçeklerle değerlendirilmesi, kısa sürede ve ekonomik bir biçimde uygulanabilirliği, tedavinin yanında önleyici amaçla da kullanılması gibi özelliklerinden kaynaklı olarak günümüzde çok kullanılan yaklaşımlardan biri olarak görülmektedir (Sungur, 1997).

Knaus (1998) ertelemeyi bilişsel-davranışçı olarak açıklayan ilk yazardır. Ertelemenin kişinin gerçekçi olmayan korkularından ve kendine yönelik eleştirilerinden kaynaklandığını

ifade etmektedir. Knaus (1998) erteleyen kişilerin, çoğunlukla bir görevi bitirmeye yönelik yeteneklerinden emin olmadıklarını ve bu sebeple görevi yapmaya başlamayı geciktirdiklerini belirtmektedir. Bireyin gerçekçi olmayan korkularının olması sebebiyle birey, işe başlamayı geciktirir. Standartlar çok yüksek olduğu için erteleyen bireyler başarısız olacaklarını düşünerek işe başlamayı, işi başarıyla tamamlayacaklarını düşündükleri tarihe kadar ertelerler. Bu bağlamda erteleme, bireyin benliği korumaya yönelik bir savunma mekanizması olarak kullanılmaktadır (akt. Çakıcı, 2003; Ferrari ve diğerleri, 1995).

Bilişsel davranışçı terapi, bilişsel - davranışsal teknikleri ile problem çözme tekniklerini birlikte kullanır. Bu tekniklerden bazıları şunlardır; baş edilemeyen problemi küçük parçalara ayırma, problem çözmeyi engelleyen inanç ve düşünceleri belirleme, hayalde canlandırma, otomatik düşünceler, ana odaklanma, rol oynama, sokratik sorgulama, problemin altında yatan inançlara ulaşma, işlevsel olmayan düşünce ve inançları yeniden yapılandırma ve gevşeme egzersizleridir (Türkçapar, 2018). Bilişsel davranışçı kuram, hatalı otomatik düşünceler ile bunların kaynağı olan ara inançlar ve temel inançlara yönelik olarak kişilerin bilişlerini değiştirmeye çalışarak, duygu ve davranış boyutunda etki yaratmaktadır. Beck'in çaresizlik, sevilme ve değersizlik şeklinde üç grup halinde incelemiş olduğu temel inançlardan (Beck, 2005; akt. Türkçapar, 2007) "çaresizlik" temel inancı, akademik erteleme davranışına etki edebilecek temel inanç şeklinde görülmüştür. "Çaresizlik" temel inancına yönelik olarak aşağıdaki örnekler verilebilir:

- "Yetersiz, etkisiz, beceriksiz olduğumu düşünüyorum."
- "Güçsüz, kontrolsüz, sıkışmış durumdayım."
- "Dayanaksız, zayıf, muhtaç biriyim."
- "Başarısız bir bireyim, başkalarıyla boy ölçüşmem." (Türkçapar, 2007, s. 114).

Erteleyen bireyler iyi bir şey yapmaları gerektiği irrasyonel inancına sahiptir. Bireyler bu düşünceleri sebebiyle yanlış yapma kaygısıyla bir işe başlamayı erteleme eğiliminde olurlar. Bu irrasyonel inançların aynı zamanda diğer görevleri başlatma, yapma ve tamamlamada gecikmeye neden olması muhtemeldir. Erteleyiciler için bir görevi geciktirmek iyi bir sebep olacaktır, çünkü başarısızlıklarını bir engel olarak değil, zaman yetersizliğine veya tembelliklerine bağlayabilirler (Ferrari ve diğerleri, 1995).

2.3.5. Eksik Kalma Korkusu ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında, Çelik ve Diker (2021) tarafından yapılan araştırmadan elde edilen bulgular, depresyon ve stres ile GKK arasında ve günceli kaçırma korkusu ile zorlayıcı sosyal medya kullanımları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır. Türk'e (2020) göre internet yazılı, görsel ve işitsel yolla ağları kullanan insanların bir araya gelmesine imkan sağlar. İnternetin hayatı kolaylaştıran yanlarının yanında yaşamı zorlaştıran olumsuzlukları da bulunmaktadır. Birkaç tuşa dokunularak birçok kişiye ulaşılması, bireyler için interneti vazgeçilmez ve zorunlu hale getirmektedir. Kişiler farklı sosyal medya sitelerinde kendilerini ifade edebilmekte ve kendilerini yansıtabilmektedir. Türk'e (2020) göre, bireyler sosyal medyada her gün daha uzun süre zaman geçirmekte, sosyal medyadaki popülerliğine göre gezecekleri yerleri seçebilmektedir. Kendi profillerinde devamlı paylaşım yapan, paylaşım yapamadıkları zaman eksiklik gören, dikkat çekmek isteyen ve mükemmel olmak zorunda hisseden bireyler olabilmektedir. Kişilik gelişimleri boyunca yaşamlarını bu çaba ile şekillendirecek olan gençlerin iş hayatları, sosyal ilişkileri, aile ortamları ve olumsuz etkilenebilir. Gelişmeleri kaçırma korkusu konusunda yapılan bir çalışma da Abel ve diğerlerinin (2016) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, yüksek düzeyde gelişmeleri kaçırma korkusu hisseden kişiler, sosyal ağları daha sık kontrol etme eğiliminde olmaktadır.

Türkiye İstatistik Kurumu (2020) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre, 2019 yılında bir önceki yıl %75,3 olan ülkemizdeki internet kullanımı oranının, 2020 yılında 16-74 yaş grubundaki bireylerde %79,0 olduğu görülmüştür. Cinsiyete göre internet kullanımı oranı incelendiğinde; bu oranın erkeklerde %84,7, kadınlarda %73,3 olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, bir önceki yılda %88,3 olan evde internete erişim imkanının, 2020 yılında %90,7'sinin evden İnternete ulaşım imkanına sahip olduğu tespit edilmiştir. 2009 yılında %4,5 olan internet üzerinden ürün siparişi veya satın almanın 2020 yılında % 36,5 olduğu görülmüştür.

Ülkemizde üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalara bakıldığında, Çakır'ın (2020) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmanın sonucunda, GKK ile güvenli bağlanma stili arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki, GKK ile güvensiz bağlanma arasında ise anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, GKK ile kaygı ve depresif belirti arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bir başka bulguya göre ise, katılımcıların GKK yoğunluk düzeylerinin psikiyatrik rahatsızlık, ilişki durumları, yaşadıkları yer, yaş, sınıf düzeyi, facebook - instagram - whatsApp ve twitter kullanım sıklıkları

değişkenlerine göre farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. Fettahlıoğlu, Çıkmaz ve Ateş (2019) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmada, nomofobi ve sosyal medya bağımlılığının akademik erteleme davranışına etkisini incelemek amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda, nomofobi alt boyutlarından olan bilgiye ulaşmamak, çevirim içi olmamak ve cihazdan yoksunlukla akademik erteleme arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki bulunmuş, iletişimi kaybetmeyle akademik erteleme arasında ise anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Gezgin ve diğerleri (2019) tarafından yapılan çalışmanın bulgularına göre; akıllı telefon kullanım sürelerine bakıldığında, FoMO ve Nomofobi ölçeğinden öğretmen adaylarının aldıkları puanlara göre farklılık göstermektedir. Kuzu ve Tozkoparan (2019) tarafından öğretmen adayları ile yapılan araştırmanın bulgularına göre, FoMO düzeyleri orta seviyede ve cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Ayrıca öğretmen adaylarının siber aylaklık ve FoMO düzeyleri, eğitim aldıkları üniversitelere göre farklılaşmamaktadır. Başka bir bulguya göre ise, öğretmen adaylarının FoMO düzeyleri ile sosyal siber aylaklık davranışları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Erdoğan ve Şanlı'nın (2019) çalışmasında amaç, lisans öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkularının sosyal medyaya yönelik tutumlarındaki etkisini araştırmaktır. Çalışma bulgularına göre, lisans öğrencilerinin sosyal medya tutumlarıyla gelişmeleri kaçırma korkuları arasında anlamlı ilişki, gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya tutumları arasında ise pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Gelişmeleri kaçırma korkusu ile çeşitli değişkenlerin üniversite öğrencileri üzerinde çalışıldığı pek çok araştırma vardır. Ülkemizde lise öğrencileri ile yapılan çalışmalara bakıldığında, sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu davranışıyla mutluluk arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Kartol ve Peker, 2020). Ayrıca, kız öğrencilerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu davranışının daha yüksek olduğu ve sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusunu anksiyetenin pozitif bir şekilde yordadığı görülmüştür. Karahisar'ın (2019) çalışması, lise öğrencileri ile yapılmıştır. Çalışmanın amacı, sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik başarı üzerinde etkisi olup olmadığını açıklamaktır. Çalışma sonucunda, sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusuyla akademik başarı arasında ilişki bulunmamış, sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik başarı üzerinde etkisinin olmadığı bulunmuştur. Bor (2018) tarafından 14-18 yaş arası öğrencilerle yapılan araştırmanın sonucunda; ergenlerin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin düşük, sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal kaygı arasında ise pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca ergenlerin sosyal medyaya ilişkin tutumlarının olumlu olduğu görülmüştür.

Üniversite öğrencileri arasında FoMO' nun yaygınlığını incelemeyi amaçlayan araştırmadan elde edilen sonuçlar; FoMO'nun yaygınlığının lisans öğrencileri arasında orta düzey olduğu belirlenmiştir. Ayrıca FoMO düzeyleri yüksek öğrencilerin yanlarında sürekli şarj aleti taşıdıkları, telefonlarını devamlı olarak kontrol ettikleri, her gün sosyal medyaya bağlandıkları, telefonlarını günde en az elli defa kontrol ettikleri, en az yedi yıldır sosyal medya hesaplarının olduğu, en az dört sosyal medya hesabında kayıtlarının olduğu ve günde en az yedi saatini sosyal medyada geçirdikleri sonucuna varılmıştır (Hoşgör ve diğerleri, 2017). Çınar (2017) tarafından üniversite öğrencilerinde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusunun incelendiği araştırma üniversite öğrencileri ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda; dersleri sıkıcı bulan, ders esnasında sosyal medyayı kontrol eden ve 1. sınıfta öğrenim gören öğrencilerde gelişmeleri kaçırma korkusunun daha yüksek olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılığı, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasında anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Benlik saygısı ve yaşla gelişmeleri kaçırma korkusu arasında ters yönlü ilişki görülmüştür.

Ayrıca, Özcan (2019) tarafından Türkiye'deki bankalarda görev yapan 443 çalışanla yaptığı araştırmanın sonucunda, beş faktör kişilik özelliklerinin boyutlarından olan sorumluluk ve duygusal dengelilikle günceli kaçırma korkusu arasında olumsuz bir ilişki, Günceli Kaçırma Korkusu ile sanal kayıtarma arasında ise olumsuz bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır. Sezgin ve Karabacak (2019) tarafından yapılan çalışmada amaç, internet kullanım alışkanlıkları sonucunda ortaya çıkan FoMO ve JoMO kavramlarının, internet kullanıcılarının kullanım alışkanlıkları kapsamında, ortaya çıkış nedenleri ve niteliklerini tespit etmektir. Çalışmada 18 yaş üzeri 150 kişi ile çalışılmıştır. Çetinkaya'nın (2019) yapmış olduğu araştırmanın sonucunda; Sosyal medya kullanım yoğunluğuyla gelişmeleri kaçırma korkusu arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Ayrıca, sosyal medya kullanım yoğunluğunun demografik (cinsiyet, yaş, çalışma, meslek ve gelir durumu) kategorilerine göre anlamlı fark bulunmamış; sosyal medya kullanım yoğunluğuyla gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişki ile çalışma ve gelir durumu kategorileri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur.

Bunun yanı sıra, Karahisar'a (2019) göre Z kuşağı gençler gelişmeleri sosyal medyadan takip etmekte, arkadaş ortamında sosyalleşmenin yerini sosyal ortamda sosyalleşme almakta, bu sebeple sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu denen bir kaygı bozukluğuna neden olmaktadır. Bu korku sebebiyle sosyal medyada daha fazla vakit geçiren gençlerin akademik başarısı etkilenebilmektedir. Hızarcı (2018) tarafından yüksek lisans öğrencileri ile yapılan araştırmanın sonucunda; gelişmeleri kaçırma korkusu ve kaçınmacı

bağlanma stilleri yüksek olan kişilerin yaşam doyumu düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür. Karatay (2018) tarafından 15-35 yaş arasındaki bireylerle yapılan araştırmanın sonuçları, bildirim sistemlerinin kullanımıyla nomofobi ve FoMO'nun olan ilişkilerini de göstermiş, akıllı telefonların kullanılması birlikte sosyal medya kullanılmasına yönelik anlamlı veriler ortaya konmuştur. Taşdemir'e (2017) göre sosyal medya yalnızca iletişim alanında değil, birçok alanda değişim sağlamıştır. Sosyal medya kullananların iletişim ortamlarında değişiklik yaratmıştır. Önceden kullanılan geleneksel iletişim araçları, bireyi toplumsal açıdan bakarken, sosyal medya kişiselleştirme özelliği ile daha farklı bakmaktadır. Eşitti (2015) yaptığı çalışmadan elde edilen verilere göre, çalışmaya katılanların problemleri internet kullanma eğilimi gösterdikleri görülmüştür. Ayrıca çalışmaya katılan bireylerin problemleri internet kullanım düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Başka bir bulguya göre ise, araştırmaya katılan erkeklerin problemleri internet kullanma genel eğilimlerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeğini de geliştiren Przybylski, gelişmeleri kaçırma korkusu ile ilgili ilk bilimsel çalışmaları yapılmıştır. Przybylski ve diğerleri (2013) tarafından yapılan çalışma, gelişmeleri kaçırma korkusunun yaşam doyumu ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın sonucuna göre, yaşam doyumuyla gelişmeleri kaçırma korkusu arasında, negatif yönde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığı ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasında ise, sosyal medya bağımlılığında gelişmeleri kaçırma korkusunun itici güç olduğu bulunmuştur. Ayrıca genç ve erkek katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Gelişmeleri kaçırma korkusu ile ilgili uluslararası alan yazında çeşitli araştırmalar yapılmıştır: Fabris ve diğerlerinin (2020) 11 – 19 yaş arasında olan ergenlerle yaptığı araştırmanın sonuçları, gelişmeleri kaçırma korkusunun doğrudan ve dolaylı olarak duygusal semptomlarla ilişkili olduğunu göstermiştir. Bir başka bulguya göre, sosyal medya bağımlılığıyla iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Bir başka araştırmada, Hou ve diğerleri (2019) üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının ruh sağlığı ve akademik performansla ilişkileri incelenmiş, benlik saygısının rolü araştırılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, sosyal medya bağımlılığının öğrencilerin akademik anlamdaki performansları ile ruh sağlığının olumsuz bir ilişki gösterdiği; ayrıca ruh sağlığıyla sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin benlik saygısına aracılık ettiği

görülmüştür. Casale, Fioravanti ve Rugai (2018) tarafından 579 lisans öğrencisi ile yapılan araştırmada, sosyal medya bağımlılığıyla kaybetme korkusu arasındaki ilişkide olumlu üst bilişlerin rolü olup olmadığını araştırmak amaçlanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, gelişmeleri kaçırma korkusunun ve kendini sunma becerilerinin, problemlili sosyal medya kullanımı ile doğrudan ve dolaylı olarak ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca, erkek öğrencilerde gelişmeleri kaçırma korkusunun, problemlili sosyal medya kullanımı üzerinde pozitif üst bilişlerin aracılık ederek doğrudan ve dolaylı etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır.

Ayrıca, Blackwell ve diğerleri (2017) tarafından yapılan araştırmada amaç; nevroitiklik, dışadönüklük, bağlanma tarzı ve gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya kullanımı ile bağımlılığının göstergesi olup olmadığını araştırılmasıdır. Hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, sosyal medya kullanımının göstergeleri genç yaşta olmak, nevroitiklik ve gelişmeleri kaçırma korkusu olduğu; ayrıca sosyal medya bağımlılığının ise göstergesinin gelişmeleri kaçırma korkusu olduğu bulunmuştur. Hawi ve Samaha'nın (2017) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, üniversite öğrencilerinde benlik saygısı, sosyal medya bağımlılığı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri araştırmak amaçlanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, sosyal medyanın bağımlılık yapıcı şekilde kullanımın benlik saygısıyla olumsuz ilişkisi olduğu bulunmuş; ayrıca yaşam doyumu ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür.

Bunun yanında Al Menayes (2015) tarafından 1326 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada, üniversite öğrencileri arasındaki sosyal medya bağımlılığının boyutlarının ölçülmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, sosyal medya bağımlılığıyla sosyal memnuniyet arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak bu kısımda ilgili alanyazına bakılarak kuramsal çerçeve hakkında bilgi verilmiş, değişkenler ile ilgili yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

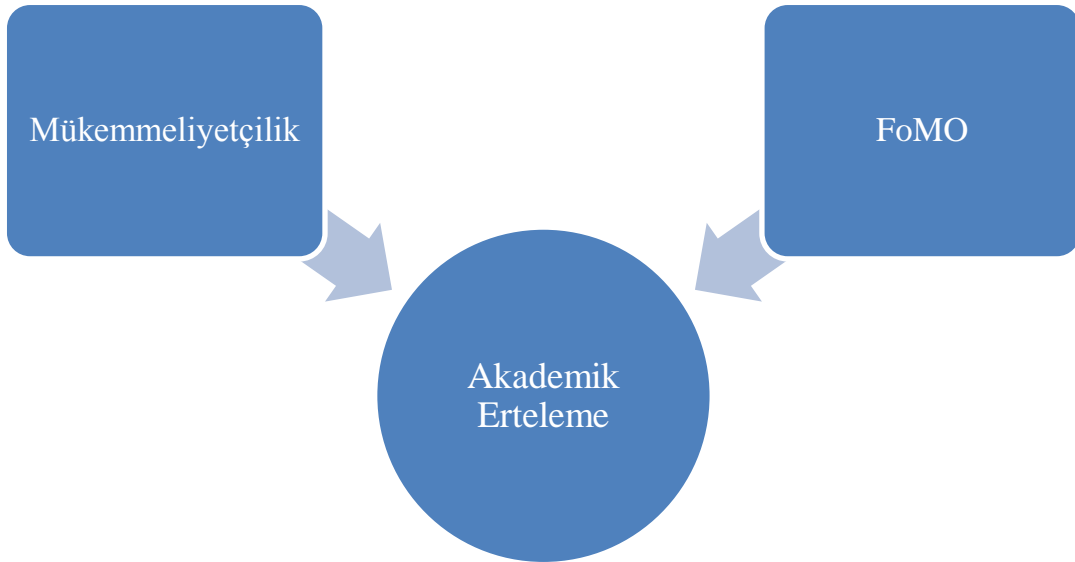
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, evreni ve örneklemini, veri toplama araçları, veri toplama ve verilerin analizi süreci ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Ergenlerde mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik ertelemeyi yordama gücünü ölçmeyi amaçlayan korelasyonel bir araştırmadır. Korelasyonel araştırmalar, iki veya daha fazla değişkenin arasındaki ilişkinin hiçbir müdahale yapılmadan incelendiği araştırmalar olarak tanımlanmaktadır (Büyüköztürk, 2014). Yordayıcı korelasyonel araştırmalar, korelasyonel araştırmaların bir türüdür (Büyüköztürk, vd., 2017). Bu araştırmaların amacı ise incelenecek değişkenlerin birinden yola çıkarak diğer değişkeni yordamaktır. Bu araştırma, lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin akademik ertelemeyi ne ölçüde yordadığını bulmayı amaçlamış yordayıcı korelasyonel bir araştırmadır. Araştırmanın bağımlı değişkeni akademik erteleme, bağımsız değişkenleri ise mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusudur. Bu araştırmada mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyinin akademik erteleme ile ilişkisi Şekil 1’de görülmektedir.



Şekil 1. Araştırma Modeli

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmada örnekleminin belirlenme aşamasında ‘uygun örnekleme yöntemi’ kullanılmıştır. Bu yöntemi kullanmadaki amaç; lise türlerinden iş gücü ve zaman kaybını önleyerek uygun bir şekilde öğrenci seçiminin yapılmasıdır (Büyüköztürk vd., 2017). Araştırmanın evreni Türkiye’deki lise öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Güneydoğu Anadolu Bölgesi; Gaziantep, Diyarbakır, Şanlıurfa, Mardin, Kilis, Adıyaman, Siirt, Batman, Şırnak illerindeki araştırmaya gönüllü katılan 451 lise öğrencisi tarafından oluşmaktadır. Araştırmaya 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencileri katılmıştır. COVID 19 pandemisinden dolayı yüz yüze eğitim ile birlikte online / çevrimiçi eğitime geçilmesi ve farklı illerden öğrencilere ulaşılabilmesi amacıyla ölçekler online / çevrimiçi olarak öğrencilerle paylaşılmıştır. Ayrıca okullar seçilirken merkez ilçelerde yer alan tüm okul türlerinden öğrencilerin çalışmaya katılmasına önem verilmiştir. Örneklemde yer alan öğrencilere ait cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü il, okul türü, sınıf düzeyi gibi bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Demografik Bilgilere İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Değişkenler	N	%	
Cinsiyet	Kız	227	50,3
	Erkek	224	49,7
	Toplam	451	100
Yaşı	14 - 15 yaş	162	35,9
	16 - 17 yaş	191	42,4
	18 + yaş	98	21,7
	Toplam	451	100
Öğrenim gördüğü il	Adıyaman	24	5,3
	Batman	37	8,2
	Diyarbakır	99	22
	Gaziantep	145	32,2
	Kilis	36	8
	Mardin	21	4,7
	Siirt	36	8
	Şanlıurfa	24	5,3

	Şırnak	29	6,4
	Toplam	451	100
Lise türü	Anadolu İmam Hatip Lisesi	42	9,3
	Anadolu Lisesi	211	46,8
	Çok Programlı Anadolu Lisesi	4	0,9
	Fen Lisesi	6	1,3
	Güzel Sanatlar Lisesi	37	8,2
	Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	77	17,1
	Sosyal Bilimler Lisesi	37	8,2
	Spor Lisesi	37	8,2
	Toplam	451	100
Sınıf düzeyi	9. sınıf	160	35,5
	10. sınıf	98	21,7
	11. sınıf	97	21,5
	12. sınıf	96	21,3
	Toplam	451	100

Tablo 1'e göre çalışmaya 227'si (%50.3) kadın, 224'ü (%49.7) erkek olmak üzere toplam 451 öğrenci katılmıştır. Çalışmaya 14-15 yaşlarında 162 (%35.9), 16-17 yaşlarında 191 (%42.4), 18+ yaşında 98 (%21.7) öğrenci katılmıştır. Araştırmaya toplam sekiz ilden katılım sağlanmıştır. Çalışmaya 145 (%32.2) öğrenci ile en fazla Gaziantep, 21 (%4.7) öğrenci ile en az Mardin ilinden katılım olmuştur. Çalışmaya katılan öğrencilerin sınıf düzeyine bakıldığında öğrencilerin 160'ı (% 35.5) 9. sınıf, 98'i (%21.7) 10. sınıf, 97'si (%21.5) 11. sınıf ve 96'sı (%21.3) ise 12. sınıfta okumaktadır. Öğrencilerin okul türleri incelendiğinde ise öğrencilerin 42'si (% 9.3) Anadolu İmam Hatip lisesi, 211'i (%46.8) Anadolu lisesi, 4'ü (%0.9) Çok Programlı Anadolu lisesi, 6'sı (%1.3) Fen lisesi, 37'si (%8.2) Güzel Sanatlar Lisesi, 77'si (% 17.1) Mesleki Teknik ve Anadolu lisesi, 37'si (%8.2) Sosyal Bilimler lisesi ve 37'si (% 8.2) Spor lisesinde okumaktadır.

Katılımcıların anne eğitim düzeyleri incelendiğinde 138'inin (%30.6) ilkokul mezunu, 78'inin (%17.3) ortaokul mezunu, 75'inin (%16.6) lise mezunu, 57'sinin (%12.6) önlisans mezunu, 49'unun ise (%10.9) ise lisans mezunu olduğu görülmektedir. Katılımcı öğrencilerin 54'ünün (%12) annesi ise okuryazar değildir. Katılımcı öğrencilerin baba eğitim düzeyleri

incelendiğinde 86'sının (%19.1) ilkokul mezunu, 107'sinin (%23.7) ortaokul mezunu, 112'sinin (%24.8) lise mezunu, 63'ünün (%14) önlisans mezunu, 66'sının ise (%14.6) ise lisans mezunu olduğu görülmektedir. Katılımcı öğrencilerin 17'sinin (%3.8) babası ise okuryazar değildir. Katılımcıların anne baba eğitim düzeyine ilişkin bilgileri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Anne-Baba Eğitim Düzeyine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Anne eğitim durumu	Okuryazar değil	54	12
	İlkokul	138	30,6
	Ortaokul	78	17,3
	Lise	75	16,6
	Önlisans	57	12,6
	Lisans	49	10,9
	Toplam	451	100
Baba eğitim durumu	Okuryazar değil	17	3,8
	İlkokul	86	19,1
	Ortaokul	107	23,7
	Lise	112	24,8
	Önlisans	63	14
	Lisans	66	14,6
	Toplam	451	100

Katılımcıların demografik özellikleri sorulurken sosyal medya sitelerini günlük kullanım sıklığı, en çok ne amaçla internet kullanıldığı, COVID 19 pandemiden önce günlük internet kullanım sıklığı, bir önceki dönem not ortalaması ve toplam ağırlıklı puan ortalaması gibi sorular yöneltilmiştir. Elde edilen bilgiler Tablo 3'te yer almaktadır. Tablo incelendiğinde, katılımcıların çoğunun pandemiden bu yana günlük internet kullanım sıklığının arttığı görülmektedir.

Tablo 3. Diğer Bilgilere İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Sosyal medya sitelerini günlük kullanım sıklığı	1 saatten az	91	20,2
	1 - 3 saat	162	35,9
	3 - 5 saat	120	26,6

	5 - 7 saat	63	14
	7 saatten fazla	15	3,3
	Toplam	451	100
En çok ne amaçla internet kullanmakta	Eğitim (ödev/araştırma yapmak,..)	105	23,3
	Film/dizi/video izlemek	87	19,3
	Müzik dinlemek	42	9,3
	Oyun oynamak	92	20,4
	Sosyal medyayı kullanmak	110	24,4
	Diğer	15	3,3
	Toplam	451	100
COVID 19 pandemisinden önce günlük internet kullanım sıklığı	1 saatten az	129	28,6
	1 - 3 saat	146	32,4
	3 - 5 saat	130	28,8
	5 - 7 saat	35	7,8
	7 saatten fazla	11	2,4
	Toplam	451	100
COVID 19 pandemisinden bu yana günlük internet kullanım sıklığı	1 saatten az	46	10,2
	1 - 3 saat	99	22
	3 - 5 saat	109	24,2
	5 - 7 saat	106	23,5
	7 saatten fazla	91	20,2
	Toplam	451	100
Bir önceki dönem not ortalaması	0-44 arası	11	2,4
	45-54 arası	64	14,2
	55-69 arası	109	24,2
	70-84 arası	134	29,7
	85-100 arası	133	29,5
	Toplam	451	100
Toplam ağırlıklı puan ortalaması	0-44 arası	28	6,2
	45-54 arası	56	12,4
	55-69 arası	100	22,2

70-84 arası	133	29,5
85-100 arası	134	29,7
Toplam	451	100

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, katılımcıların demografik bilgilerini belirlemek amacıyla Kişisel Bilgi Formu, akademik erteleme düzeylerini belirlemek amacıyla Akademik Erteleme Ölçeği, mükemmeliyetçilik düzeylerini belirlemek amacıyla Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve FoMO düzeylerini belirlemek amacıyla ise Eksik Kalma Korkusu Ölçeği (Fear of Missing Out Scale-FoMOs) uygulanmıştır. Bu ölçeklere ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından oluşturulan, katılımcıların cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü il, sınıf düzeyi, anne babanın öğrenim durumu, okul türü, sosyal medya sitelerini günlük kullanım sıklığı, en çok ne amaçla internet kullanıldığı, COVID 19 pandemisinden önce günlük internet kullanım sıklığı, bir önceki dönem not ortalaması ve toplam ağırlıklı puan ortalaması gibi bilgiler yer gibi demografik özelliklerini ortaya çıkarmak için uygulanan bilgi formudur (bkz. Ek 1).

Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği: Flett ve diğerleri (2001) tarafından geliştirilen ve beşli Likert tipinde 22 maddeden oluşan ölçek, Siyez ve Baş (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır (bkz. Ek 2). ‘Sosyal Kaynaklı Mükemmeliyetçilik’ ve ‘Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik’ olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmalarında, Türkçe halinin 18 maddeden oluştuğu görülmüştür. Ölçekte bulunan her madde, 1- 5 puan (1=Hiç uygun değil, 5=Çok doğru) arasında puanlandırılmaktadır. Ölçeğin puanlanmasında iki farklı mükemmeliyetçilik puanı elde edilirken, toplam puan hesaplanmamaktadır. Ölçeğin alt boyutlarından alınan puan yükseldikçe, mükemmeliyetçilik düzeyi yükselmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı, ‘Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik’ boyutu için .85, ‘Sosyal Kaynaklı Mükemmeliyetçilik’ boyutu için .89 olarak hesaplanmıştır (Baş ve Siyez, 2010).

Akademik Erteleme Ölçeği: Akademik ertelemeyi ölçen Türkçe bir ölçme aracı olmaması sebebiyle Çakıcı (2003) tarafından Akademik Erteleme Ölçeği geliştirilmiştir (bkz. Ek 3). Öğrencilerin eğitim hayatlarında zorunlu yaptıkları görevleri kapsayan 12 olumsuz, 7 olumlu olmak üzere toplam 19 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler beşli Likert

tipi derecelendirme üzerinde (1: Beni hiç yansıtmıyor, 2: Beni çok az yansıtıyor, 3: Beni biraz yansıtıyor, 4: Beni çoğunlukla yansıtıyor, 5: Beni tamamen yansıtıyor) puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 95, en düşük puan 19'dur. Ölçekten alınan yüksek puan, öğrencilerin akademik erteleme davranışlarının yüksek olduğunu göstermektedir. Akademik Erteleme Ölçeği'nin test-tekrar test korelasyon katsayısı .89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 1. faktör için .80, 2. faktör için .82 olarak hesaplanmıştır.

Eksik Kalma Korkusu Ölçeği (Fear of Missing Out Scale - FoMO): Przybylski (2013) tarafından geliştirilen ölçek, beşli Likert tipinde 10 madde ve tek faktörlü bir yapıdan oluşmaktadır. Ölçekte kişilerin kendi yaşamlarıyla ilgili değerlendirmeleri bulunmaktadır (bkz. Ek 4). Ölçekte yer alan her madde 1- 5 puan (1=Hiç doğru değildir, 5=Aşırı şekilde doğrudur) arasında puanlandırılmaktadır. Kişilerin ölçekten aldıkları puan 10-50 arasında değişmektedir. Ölçekten yüksek puanlar almak, daha yüksek düzeyde eksiklik korkusu yaşandığını göstermektedir. FoMO ölçeğinin ilk Türkçe versiyonu Gökler ve diğerleri (2016) tarafından geliştirilmiştir. FoMO ölçeğinin Türkçe uyarlamasının geçerlik güvenilirlik çalışması Can ve Satıcı (2019) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin orijinal versiyonunun Cronbach alfa katsayısı .90'dır. Dört haftalık test-tekrar test güvenilirliği .86 olarak hesaplanmıştır. Gökler ve arkadaşlarının (2016) Türkçeye çevirdiği FoMO ölçeğini, Ergin (2020) lise öğrencilerinin nomofobi düzeylerini etkileyen faktörleri incelediği araştırmasında lise öğrencileri ile kullanmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Hasan Kalyoncu Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan araştırmayı gerçekleştirmek amacıyla gerekli onaylar alınmıştır (bkz. Ek 5). Daha sonra uygulanacak olan tüm ölçekler bir arada toplanarak çevrimiçi bir form oluşturulmuştur. Araştırmacı çevrimiçi olarak veri toplama sürecini yürütmüştür. Uygulamaya başlanmadan önce okullardaki idarecilerle görüşülerek araştırmanın amacı ve etik izinler hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Uygulamadan önce tüm katılımcılar gönüllülük ve gizlilik hakkında bilgilendirilmiş ve bu bilgilendirmenin ardından ölçme araçları uygulanmıştır. Veri toplama süreci Mayıs-Haziran 2021 tarihleri arasında gerçekleşmiş ve ölçekler yaklaşık 15-20 dakikada doldurulmuştur.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin toplanmasından sonra Kişisel Bilgi Formu, Akademik Erteleme Ölçeği, Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Eksik Kalma Korkusu Ölçeği'nden (Fear of Missing Out Scale - FoMO) toplanan verilerin işlenmesi için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 25.0 programı kullanılmıştır. Veriler bu programa aktararak analize hazır hale getirilmiştir. Verilerin analizinde Pearson korelasyon katsayısı, İlişkisiz Örneklem için T-Testi (Independent Sample T-test), İlişkisiz Örneklem için Tek Faktörlü ANOVA ve Çoklu Regresyon analizlerinden yararlanılmıştır.

Veri analiz süreci, üç aşamada gerçekleşmiştir. Birinci aşamada analizlerin yapılmasından önce eksik bir veri veya yanlış girilen bir veri olup olmadığı kontrol edilmiştir. Veri toplamada kullanılan standartlaştırılmış ölçme araçlarında ters puanlanmayı gerektiren maddelerde dönüştürme işlemi yapılmış, boyutlandırma gerektiren Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği boyutlandırılmıştır. Toplam 451 katılımcıdan elde edilen veriler üzerinden analizlere başlanmıştır. İkinci olarak ise betimsel analizler yapılmıştır. Akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve eksik kalma korkusu puanlarına ait puan ortalamaları ve standart sapmaları hakkında bilgi verilmiştir. Daha sonra değişkenlerin arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Bu analizlerden sonra, değişkenlerin ortalama puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için İlişkisiz Örneklem T-Testi (Independent Sample T-test) analizi uygulanmıştır. Üçüncü olarak ise, araştırmanın temel amacına uygun olarak, lise öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ve FoMO düzeylerinin öğrencilerin akademik erteleme davranışlarını yordama düzeyini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Çoklu regresyon analizi, bağımlı değişken ile ilişkili olan iki veya daha çok değişkenin, bağımlı değişkeni yordama derecesi ve bu ilişkinin anlamlılık düzeyi ve yönüne katkıda bulunduğu bir analiz türüdür. Bu analiz yapılmadan önce normallik, uç değerler, çoklu doğrusallık ve bağlantı problemi olmak üzere tüm varsayımları test edilmiştir (Büyüköztürk vd., 2017).

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacı olan mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusunun, akademik ertelemeyi yordama düzeyine ait bulgular bulunmaktadır. Bulgular, tablo ve açıklamalar aracılığı ile raporlanmıştır. Araştırmanın esas amacına uygun bir şekilde yapılan çoklu doğrusal regresyon analizinin bulgularından önce, betimsel istatistikler ve ilişkisel analizler raporlanmıştır.

4.1. Veri Setinin İncelenmesi

Analizlerin yapılmasından önce, veri seti kontrol edilerek çoklu doğrusal regresyon analizi varsayımları test edilmiştir. Bunun için frekans analiziyle ulaşılan 451 verinin kontrolü yapılmıştır. Yanlış girilmiş olan hiçbir bir veri yoktur. Veri toplamada kullanılan standartlaştırılmış ölçme araçlarında ters puanlanmayı gerektiren maddelerde dönüştürme işlemi yapılmış, boyutlandırma gerektiren Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği boyutlandırılarak elde edilen veriler üzerinden analizlere başlanmıştır.

İlk olarak verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine ilişkin normallik varsayımının test edilmesi aşamasına geçilmiştir. Bu bağlamda yaygın olarak kullanılan Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk test sonuçlarına (bknz. Tablo 4) ve ek olarak sosyal bilimlerde destekleyici bulgular olarak başvuru olan histogram, Q-Q Plot ve Çarpıklık – Basıklık bulgularına (bknz. Tablo 5) da bakılmıştır. Bulgular tablolar ve grafikler olarak görselleştirilmiştir.

Tablo 4. Ölçklere İlişkin Normallik Tablosu

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Akademik Erteleme	,068	451	,000	,973	451	,000
FoMO	,117	451	,000	,941	451	,000
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	,082	451	,000	,970	451	,000
Sosyal Kaynaklı Mükemmeliyetçilik	,087	451	,000	,959	451	,000

Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri bulguları ilk etapta, anlamlılık değeri .05'ten küçük ve anlamlı bulunduğundan, üç ölçek ile ilgili olarak veri setindeki verilerin normal dağılmadığını işaret etmektedir. Bununla birlikte, sosyal bilimlerde normallik varsayımının karşılanmasına ilişkin olarak dikkate alınan grafiksel yöntem araçlarından Çarpıklık ve Basıklık katsayılarına, Q-Q Plot grafiği ile histogram dağılımına da başvurulmuştur.

Tablo 5. Çarpıklık ve Basıklık Katsayıları

		Statistic	Std. Hata
Akademik Erteleme	Ortalama	3,0197	,02994
	Varyans	,404	
	Standart sapma	,63591	
	Çarpıklık	-,542	,115
	Basıklık	,515	,229
FoMO	Ortalama	3,2060	,05247
	Varyans	1,242	
	Standart sapma	1,11434	
	Çarpıklık	-,220	,115
	Basıklık	-1,213	,229
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	Ortalama	3,2853	,04463
	Varyans	,898	
	Standart sapma	0,94781	
	Çarpıklık	-0,218	0,115
	Basıklık	-0,935	0,229
Sosyal Kaynaklı Mükemmeliyetçilik	Ortalama	3,1594	,05064
	Varyans	1,156	
	Standart sapma	1,07536	
	Çarpıklık	0,062	0,115
	Basıklık	-1,140	0,229

Tablo 5'e bakıldığında, çarpıklık (*skewness*) ve basıklık (*kurtosis*) değerleri referans aralığında bulunmuştur. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının '-1,5 ve +1,5' aralığında

(Tabachnick ve Fidell, 2013) veya '-2 ve +2' aralığında (George ve Mallery, 2012) bulunması normal dağılım için ölçüt olarak alınmaktadır. Bu verilerden hareketle, tabloda yer alan bulgulara bakıldığında Akademik Erteleme Ölçeği [çarpıklık=-0,542; basıklık=0,515], FoMO Ölçeği [çarpıklık=-0,220; basıklık=-1,213] ve Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği [çarpıklık=-0,178; basıklık=-1,035] bu referans aralıklarında değerlere sahip olarak saptanmıştır. Ayrıca, histogram ve Q-Q Plot grafikleri de normal dağılım göstergesi ve desteği olarak yorumlanabilir. Sonuç olarak, bu araştırmanın veri setindeki verilerin normal dağıldığı ifade edilebilir.

4.2. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin T-Testi Bulguları

Lise öğrencilerinin akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve FoMO puan ortalamalarının cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılmasına ilişkin T-Testi bulgularına bakılmış, analize ait bulgular Tablo 6'da gösterilmiştir. Tablo 6 incelendiğinde anlamlılık puanları .05'den küçük olduğundan, üç ölçek geneli için cinsiyetin anlamlı farklılık oluşturan bir değişken olduğu söylenebilir. Akademik Erteleme Ölçeği'ne bakıldığında, cinsiyet değişkeni açısından, kız öğrencilerin aritmetik ortalama puanları ($\bar{X} = 2,95$) erkek öğrencilerin ortalamasından ($\bar{X} = 3,09$) daha düşük ve aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($t=-2,454$; $p<.05$). Buna göre kız öğrencilerin akademik erteleme davranışını daha az sergiledikleri ve erkek öğrencilere göre daha düzenli/özenli ders çalıştıkları düşünülebilir.

Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin ölçek geneli ve alt boyutlardaki değerlere bakıldığında, cinsiyet değişkeni açısından gruplar arası anlamlı farklılıkların saptandığı gözlenmektedir. Diğer bir deyişle, lise öğrencilerinin mükemmeliyetçi düşünme düzeyleri cinsiyet değişkeninden anlamlı biçimde etkilenmektedir. Ölçek geneli ve 'Kendine yönelik mükemmeliyetçilik' ile 'Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik' alt boyutlarında kız öğrencilerin puanlarının erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğu ve anlamlı farklılık bulgusundan hareketle, kız öğrencilerin daha yüksek düzeyde mükemmeliyetçi düşündükleri sonucu çıkarılabilir.

FoMO (Eksik Kalma Korkusu) Ölçeği'ne bakıldığında, cinsiyet grupları arasında puan farkının istatistiksel açıdan anlamlı olduğu gözlenmektedir. Erkek öğrencilerin aritmetik ortalama puanları ($\bar{X}=3,49$) kız öğrencilerin ortalamasından ($\bar{X}=2,92$) daha yüksek ve aradaki fark istatistiksel açıdan anlamlıdır ($t=-5,593$; $p<.05$). Buna göre, erkek öğrencilerin eksik

kalma korkusu düzeylerinin anlamlı biçimde daha yüksek olduğu, kız öğrencilerin ise daha düşük düzeyde eksik kalma korkusu taşıdığı bulunmuştur.

Tablo 6. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Bulguları

						t-testi		
	Cinsiyet	N	\bar{x}	SS	Std. Hata	t	Sd	p
Akademik Erteleme Ölçeği	Kız	227	2,95	0,625	0,041	-2,454	449	0,015*
	Erkek	224	3,09	0,640	0,043			
Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği								
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Kız	227	3,44	0,919	0,061	3,5	449	0,001*
	Erkek	224	3,13	0,953	0,064			
Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik	Kız	227	3,37	1,102	0,073	4,257	449	0,000*
	Erkek	224	2,95	1,006	0,067			
FoMO Ölçeği	Kız	227	2,92	1,060	0,070	-5,593	449	0,000*
	Erkek	224	3,49	1,097	0,073			

* $p = < .05$

4.3. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Yaş Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

Akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve FoMO puan ortalamalarının yaş değişkeni açısından anlamlı bir şekilde farklılaşma düzeyine ilişkin parametrik çoklu karşılaştırma testlerinden Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanarak, elde edilen bulgular tablo halinde sunulmuştur. Anlamlı bir fark görülmesi halinde, hangi gruplar arasında farkın oluştuğunun belirlenmesinde, post hoc testlerinden Scheffé testi tercih edilmiştir.

Levene istatistiği değerlerine bakıldığında, Akademik Erteleme Ölçeği ile FoMO Ölçeği'nde varyans homojenliğinin sağlandığı, bununla birlikte Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği alt boyutlarında grup varyanslarının homojen olmadığı görülmektedir. Bu nedenle, Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği alt boyutlarında Welch katsayısı F ve anlamlılık değerleri alınmıştır.

Tablo 7. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Yaş Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS		KT	sd	KO	F	p	Fark
Akademik Erteleme Ölçeği	A- 14 - 15 yaş	162	2,89	0,60	GA	6,23	2	3,11	7,95	,000*	A - C
	B- 16 - 17 yaş	191	3,04	0,67	Gİ	175,73	448	0,39			
	C- 18 + yaş	98	3,21	0,55	Toplam	181,97	450				
	Toplam	451	3,02	0,63							
Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği											
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	A- 14 - 15 yaş	162	3,44	0,84	GA	8,30	2	4,15	5,38	,005*	A - C
	B- 16 - 17 yaş	191	3,26	1,03	Gİ	395,952	448	0,88			
	C- 18 + yaş	98	3,07	0,90	Toplam	404,25	450				
	Toplam	451	3,29	0,94							
Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik	A- 14 - 15 yaş	162	3,42	1,05	GA	24,59	2	12,3	13,22	,000*	A - B
	B- 16 - 17 yaş	191	3,13	1,12	Gİ	495,78	448	1,10			A - C
	C- 18 + yaş	98	2,79	0,89	Toplam	520,38	450				B - C
	Toplam	451	3,16	1,07							
FoMO Ölçeği	A- 14 - 15 yaş	162	2,91	1,08	GA	33,344	2	16,672	14,214	,00*	A-B
	B- 16 - 17 yaş	191	3,24	1,10	Gİ	525,45	448	1,17			A-C
	C- 18 + yaş	98	3,64	1,04	Toplam	558,79	450				B-C
	Toplam	451	3,21	1,11							

* $p < .05$

Tablo 7’de görüldüğü gibi, Akademik Erteleme Ölçeği’nden elde edilen bulgulara bakıldığında, 18 + yaş ($\bar{X}=3,21$) en yüksek akademik ortalama puan ortalamasına sahip grup, 14 - 15 yaş ($\bar{X}=2,89$) ise en düşük ortalamaya sahip yaş grubu olarak bulunmuştur. F testi ve anlamlılık bulguları yaş grupları aritmetik ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunduğunu göstermektedir [$F=7,95$; $p<.05$]. Anlamlı farklılık kaynağını ortaya koyacak Scheffe testi sonuçları istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşmanın 18+ yaş grubu ile 14 - 15 yaş

grubu arasında oluştuğunu işaret etmektedir. Buna dayalı olarak yaş büyüdükçe, akademik erteleme davranışının ve düşüncesinin daha fazla öne çıkmaya başladığı düşünülebilir. 14 – 15 yaş grubunun lise kademesine yeni giriş yaptıkları ve daha çok dersleri, proje ödevleri ve ev ödevleri esaslı bir strateji izledikleri yorumu yapılabilir. Yaş büyüdükçe, erteleme ve derslerden uzaklaşma düşüncesinin etkisi de artmaktadır.

‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ alt boyutunda da benzer biçimde gruplar arası mükemmeliyetçi düşünmenin yaş büyüdükçe azalış gösterdiği gözlenmektedir. Bu alt boyutta da istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gözlenmektedir [$F=5,386$; $p<.05$]. 18+ yaş grubu ile 14 - 15 yaş grubu arasında oluşan anlamlı farklılaşma ise 14 – 15 yaş grubu katılımcılar lehinedir. ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ alt boyutu ortalamaları da benzer bir yönelimi göstermektedir. Yaşı küçük lise öğrencileri hem kendine yönelik olarak, hem de sosyal kaynaklı olarak, üst sınıflarda okuyan öğrencilerine nazaran daha mükemmeliyetçiliğe sahiptir ve gruplar arası fark anlamlı bulunmuştur [$F=13,229$; $p<.05$]. Bununla birlikte, Scheffe testi sonuçlarına göre, istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma 18+ yaş grubu ile 14 - 15 yaş grubu [C – A] , 14 - 15 yaş grubu ile 16 – 17 yaş grubu [A – B] ve 16 – 17 yaş grubu ile 18+ yaş grubu [B – C] arasındadır.

FoMO Ölçeği yaş grupları aritmetik ortalama puanları lise öğrencilerinin yaşları büyüdükçe daha fazla eksik kalma korkusu taşımaya başladıklarını işaret etmektedir. 14 - 15 yaş ($\bar{X}=2,91$) grubu öğrenciler en düşük düzeyde eksik kalma korkusuna sahipken, 18 + yaş ($\bar{X}=3,64$) grubu en yüksek düzeyde eksik kalma korkusu taşımaktadır. Gruplar arası puanlar farkı anlamlı bulunmuştur [$F=16,672$; $p<.05$]. Hangi gruplar arasında anlamlı fark olduğuna yönelik olarak kullanılan Scheffe testi sonuçlarına göre, istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma 14 - 15 yaş grubuyla 18+ yaş grubu [A – C] , 14 - 15 yaş grubu ile 16 – 17 yaş grubu [A – B] ve 16 – 17 yaş grubu ile 18+ yaş grubu [B – C] arasındadır.

4.4. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Sınıf Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

Akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve FoMO puan ortalamalarının sınıf düzeyi değişkenine bakıldığında anlamlı bir farklılık olup olmadığına ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular, tablo halinde sunulmuştur. Anlamlı fark bulunması halinde, hangi gruplar arasında fark görüldüğünün belirlenmesinde, post hoc testlerinden Scheffe testi seçilmiştir.

Levene istatistiği değerlerine bakıldığında, Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği ile FoMO Ölçeğinde varyans homojenliğinin sağlandığı, bununla birlikte Akademik Erteleme Ölçeği ve mükemmeliyetçilik alt boyutlarından ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ alt boyutunda grup varyanslarının homojen olmadığı, Levene istatistiği değerinin .05 anlamlılık değerinden düşük olduğu görülmektedir. Bu nedenle, Akademik Erteleme Ölçeği ve ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ alt boyutunda Welch katsayısı F ve anlamlılık değerleri alınmıştır.

Tablo 8’e göre Akademik Erteleme Ölçeği bulgularına bakıldığında, 9. sınıf ($\bar{X}=2,81$) en düşük akademik ortalama puan ortalamasına, 12. sınıf ($\bar{X}=3,25$) ise en yüksek aritmetik ortalamaya sahip sınıf grupları olarak gözükmemektedir. Sınıf düzeyi yükseldikçe akademik erteleme puanlarının artış yönelimi taşıması dikkat çekmektedir. F testi ve anlamlılık bulguları sınıf grupları aritmetik ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunduğunu göstermektedir [$F=12,899$; $p<.05$]. Anlamlı farklılık kaynağını ortaya koyacak Scheffe testi sonuçlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma 9. sınıf ile 10. sınıf, 9. sınıfla 11. sınıf ve 9. sınıf ile 12. sınıf öğrencileri puanları arasında olmaktadır. Buna dayalı olarak sınıf yükseldikçe, akademik erteleme davranışının ve düşüncesinin daha fazla öne çıkmaya başladığı düşünülebilir. 9. sınıf öğrencilerinin daha çok ders ve eğitimsel/akademik etkinlikler odaklı oldukları düşünülebilir. İlerleyen yıllarda ise ertelemeye doğru bir yönelim gözlenmektedir.

Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği alt boyutlarına bakıldığında, ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ alt boyutunda, 12. sınıf ($\bar{X}=2,99$) en düşük akademik ortalama puan ortalamasına sahip grup, 9. sınıf ($\bar{X}=3,52$) ise en yüksek aritmetik ortalamaya sahip sınıf grupları olarak görülmektedir. ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ puanları onuncu sınıfta azalmakta, on birinci sınıfta yükselmekte ve son sınıfta yeniden düşüş göstermektedir. Bu alt boyutta da sınıf grupları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gözlenmektedir [$F=7,448$; $p<.05$]. Scheffe bulgularına bakıldığında, 9. ve 10. sınıf ile 9. ve 12. sınıf öğrencileri puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. 9. sınıfla 10. sınıf arasındaki fark dokuzuncu sınıf öğrencileri lehine ve 9. sınıf ile 12. sınıf arasındaki fark da yine dokuzuncu sınıf öğrencileri lehinedir. 9. sınıfta okumakta olan öğrencilerin, diğer sınıflardaki öğrencilerle karşılaştırıldıklarında, daha çok kendilerine yönelik mükemmeliyetçilikler taşıdıkları düşünülebilir.

‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ alt boyutu ortalamaları da benzer bir yönelimi işaret etmektedir. Bu alt boyutta, 12. sınıf ($\bar{X}=2,68$) en düşük akademik ortalama puan ortalamasına sahip grup, 9. sınıf ($\bar{X}=3,54$) ise en yüksek aritmetik ortalamaya sahip sınıf gruplarıdır. ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ puanları onuncu sınıfta azalmakta, on birinci sınıfta yükselmekte ve son sınıfta yeniden düşüş göstermektedir. Bu alt boyutta da sınıf grupları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gözlenmektedir [$F=14,929$; $p<.05$]. Anlamlı farklılığın neden kaynaklandığını belirlemek amacıyla kullanılan, Scheffe testi sonuçlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma 9. ve 10. sınıf, 9. ve 11. sınıf, 9. ve 12. sınıf ile 11. ve 12. sınıf puanları arasındadır. 9. sınıf öğrencilerinin daha çok mükemmeliyetçilik odaklı oldukları düşünülebilir. Lise son sınıflarında okumakta olan öğrencilerin ise mükemmeliyetçilik düşüncesinden uzaklaşarak farklı noktalara önem vermeye yöneldikleri düşünülebilir.

FoMO Ölçeği sınıf düzeyi grupları aritmetik ortalama puanları lise öğrencilerinin sınıf arttıkça büyüdükçe daha fazla eksik kalma korkusu taşımaya başladıklarını işaret eden ipuçları sunmaktadır. 9. sınıf ($\bar{X}=2,83$) grubu öğrenciler en düşük düzeyde eksik kalma korkusu / FoMO taşırken 12. sınıf ($\bar{X}=3,76$) grubu en yüksek FoMO puanı olduğu görülen grup olarak belirtilmektedir. Gruplar arası puanlar farkı istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur [$F=16,651$; $p<.05$]. Hangi gruplar arasında anlamlı fark olduğuna yönelik olarak kullanılan Scheffe testi sonuçlarına göre, istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma 9. ve 10. sınıf, 9. ve 12. sınıf ile 11. ve 12. sınıf öğrencileri puanları arasında anlamlı saptanmıştır [$F=16,651$; $p<.05$]. Bulgulara göre, 9. ve 10. sınıf arasındaki fark 10. sınıf öğrencileri lehine, 9. ve 12. sınıf arasındaki fark 12. sınıf öğrencileri lehine ve 11. ve 12. sınıf arasındaki fark 12. sınıf öğrencileri lehine gözükmektedir. Dokuzuncu sınıf öğrencileri, diğer tüm sınıf gruplarından anlamlı biçimde daha düşük düzeyde eksik kalma korkusu taşımakta, ilerleyen sınıf düzeylerinde ise bu korku artış eğilimindedir. Bu bulgu, yaşa, okul ortamına alışma ve arkadaşlarıyla/akranlarıyla paylaşımların yoğunluk kazanması durumuna bağlı olarak ilgi odağının akademik merkezden sosyal ve psikolojik alana kayma potansiyelini düşündürmektedir.

Tablo 8. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Sınıf Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

	Sınıf Düzeyi	N	\bar{x}	SS		KT	sd	KO	F	p	Fark
Akademik Erteleme Ölçeği	A- 9. sınıf	160	2,81	0,61	GA	12,58	3	4,19	12,89	,000*	A-B
	B- 10. sınıf	98	3,06	0,72	Gİ	169,38	447	0,37			A-C
	C- 11. sınıf	97	3,09	0,60	Toplam	181,97	450				A-D
	D- 12. sınıf	96	3,25	0,51							
	Toplam	451	3,02	0,64							
Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği											
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	A- 9. sınıf	160	3,52	0,86	GA	18,21	3	6,07	7,44	,000*	A-B
	B- 10. sınıf	98	3,17	1,04	Gİ	386,04	447	0,86			A-D
	C- 11. sınıf	97	3,30	0,93	Toplam	404,25	450				
	D- 12. sınıf	96	2,99	0,93							
	Toplam	451	3,29	0,95							
Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik	A- 9. sınıf	160	3,54	1,08	GA	47,39	3	15,7	14,92	,000*	A-B
	B- 10. sınıf	98	3,03	1,06	Gİ	472,99	447	1,05			A-C
	C- 11. sınıf	97	3,12	1,06	Toplam	520,38	450				A-D
	D- 12. sınıf	96	2,68	0,87							C-D
	Toplam	451	3,16	1,08							
FoMO Ölçeği	A- 9. sınıf	160	2,83	1,08	GA	56,19	3	18,7	16,66	,000*	A-B
	B- 10. sınıf	98	3,39	1,03	Gİ	502,59	447	1,12			A-D
	C- 11. sınıf	97	3,10	1,08	Toplam	558,79	450				C-D
	D- 12. sınıf	96	3,76	1,04							
	Toplam	451	3,21	1,11							

* $p < .05$

4.5. Lise Öğrencilerinin Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Bulguları

Lisede okuyan öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ve akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkinin düzeyini ve yönünün belirlenmesi amacıyla yapılan korelasyon

analizinde ulaşılan bulgular akademik erteleme düzeyi ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında zayıf düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin varlığını işaret etmektedir ($p<.01$). Büyüköztürk (2005) referans alınarak, korelasyon katsayıları $r<0.2$ ise çok zayıf ilişki olduğu ya da korelasyon olmadığı; 0.2-0.4 arasında zayıf korelasyon; 0.4-0.6 arasında orta şiddette korelasyon; 0.6-0.8 arasında yüksek korelasyon ve $0.8>$ ise çok yüksek korelasyon olduğu söylenebilir.

Tablo 9'a göre, akademik erteleme düzeyi ile mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyutları arasında da yine benzer biçimde negatif yönlü zayıf düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Korelasyon katsayılarına bakıldığında en anlamlı ilişkinin akademik erteleme ile mükemmeliyetçilik düzeyi arasında ($r=-0,266$; $p<.01$) hesaplanmıştır. Bu doğrultuda, lise öğrencilerinin akademik erteleme düzeylerinin artmasının onları mükemmeliyetçi düşünmeden uzaklaştıracadığı öngörülebilir. Diğer bir deyişle, mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olan öğrencilerin akademik erteleme davranışını daha az ve düşük düzeyde sergileme eğiliminde olacakları da ifade edilebilir.

Tablo 9. Lise Öğrencilerinin Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Bulguları

		Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik	FoMO
Akademik Erteleme	r	-,249**	-,250**	,465**
	p	,000	,000	,000
	N	451	451	451
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	r	1	,762**	-,269**
	p		,000	,000
	N		451	451
Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik	r		1	-,270**
	p			,000
	N			451
FoMO	r			1
	p			
	N			

* $p <.05$

Lise öğrencilerinin FoMO düzeyleri ve akademik ertelemeleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına dair bulgulara bakıldığında, korelasyon katsayısı ($r=,465$; $p<.01$) pozitif yönlü orta düzey ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin var olduğunu işaret

etmektedir. Bulguya dayalı olarak, eksik kalma korkusunun akademik erteleme davranışına orta düzeyde anlamlı bir etki yaratabilme potansiyeli barındırabileceği düşünülebilir. Bir diğer deyişle, eksik kalma ve bir şeyleri kaçırma/geri kalma korkusu yaşayan lise öğrencileri akademik erteleme davranışına yöneliyor olabilirler.

Lise öğrencilerinin FoMO ve ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ ve ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ düzeyleri arasındaki ilişkinin düzeyini ve yönünü ortaya koyan korelasyon analizinde elde edilen değerler FoMO düzeyi ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında zayıf düzey negatif yönde anlamlı bir ilişkinin varlığını işaret etmektedir ($r=-,287$; $p<.01$). Eksik kalma ve bir şeyleri kaçırma korkusu ile mükemmeliyetçilik düşüncesi birbirine ters yönde etki eden değişkenler olarak düşünülebilir. Tabloda verilen bulgular dikkate alındığında, FoMO düzeyi ile mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyutları arasında da yine benzer biçimde negatif yönlü zayıf düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu gözlenmektedir.

Korelasyon katsayılarına bakıldığında, FoMO ile ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ ($r=-,270$; $p<.01$) ve ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ ($r=-,269$; $p<.01$) arasındaki korelasyon düzeyinin olarak anlamlı bulunması alt boyutlar açısından birbirine oldukça yakın düzeyde ilişkiye işaret etmektedir. Her iki alt boyut da FoMO ile ters yönde ilişki içindedir. Diğer bir ifadeyle, FoMO taşıyan lise öğrencileri, hem kendine yönelik hem de sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik açısından, görece alt düzeyde mükemmeliyetçi olabilirler.

4.6. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Sosyal Medya Sitelerinin Günlük Kullanım Sıklığı Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal -Wallis H Testi Bulguları

Sosyal medya sitelerinin günlük kullanım sıklığı değişkeni açısından lise öğrencilerinin akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve FoMO puan ortalamalarının karşılaştırılmasına ilişkin olarak, gruplarda 30’dan az katılımcı olması nedeniyle, parametrik olmayan çoklu karşılaştırma testlerinden Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır; istatistiksel olarak anlamlı farklılık/lar saptanması durumunda, anlamlı farklılaşmanın hangi gruplar arasında ortaya çıktığının belirlenmesi için ise ikili gruplar karşılaştırılmasında T-testi ve Mann-Whitney U testleri kullanılmıştır. Analize ilişkin sonuçlar Tablo 10’da gösterilmiştir.

Tablo 5. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve Fomo Puan Ortalamalarının Sosyal Medya Sitelerinin Günlük Kullanım Sıklığı Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal -Wallis H Testi Bulguları

		N	Sıra Ort.	χ_2	sd	p	Fark
Akademik Erteleme	A- 1 saatten az	91	194,22	11,65	4	0,020*	A - C
	B- 1 - 3 saat	162	221,86				B - C
	C- 3 - 5 saat	120	255,22				
	D- 5 - 7 saat	63	228,12				
	E- 7 saatten fazla	15	220,87				
	Toplam	451					
Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği							
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	A- 1 saatten az	91	244,49	11,02	4	0,026*	A - C
	B- 1 - 3 saat	162	239,26				B - C
	C- 3 - 5 saat	120	199,03				
	D- 5 - 7 saat	63	207,94				
	E- 7 saatten fazla	15	262,17				
	Toplam	451					
Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik	A- 1 saatten az	91	244,45	8,67	4	0,070*	
	B- 1 - 3 saat	162	222,72				
	C- 3 - 5 saat	120	206,74				
	D- 5 - 7 saat	63	228,26				
	E- 7 saatten fazla	15	294,13				
	Toplam	451					
FoMO	A- 1 saatten az	91	182,15	18,21	4	0,001*	A - B
	B- 1 - 3 saat	162	224,29				A - C
	C- 3 - 5 saat	120	246,26				A - D
	D- 5 - 7 saat	63	260,74				
	E- 7 saatten fazla	15	202,53				

* $p < .05$

Tablo 10'daki Akademik Erteleme puanları incelendiğinde, karşılaştırma gruplarının farklı düzeylerde aritmetik ortalamalara sahip oldukları gözlenmektedir. Sıra ortalamalarına dayalı olarak, sosyal medya sitelerinde günlük '1 saatten az' vakit geçiren öğrencilerin en düşük ortalamaya sahip oldukları gözlenirken en yüksek ortalama puanın '3 – 5 saat arası' bir zamanı sosyal medya sitelerinde harcayan öğrencilerde olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Sosyal medya sitelerinde geçirilen 5 saatten daha fazla süre, erteleme puanlarında düşüş etkisi oluşturmaktadır. Anlamlılık puanlarına bakıldığında, akademik erteleme düzeyleri ortalamaları ölçek bütünü açısından anlamlı biçimde farklılaşmaktadır ($\chi^2=11,656$; $Sd=4$; $p < .05$). Anlamlı farklılaşmanın ortaya çıktığı grupları belirlemek için yararlanılan ikili gruplar karşılaştırma testleri bulgularına dayalı olarak, sosyal medya siteleri günlük kullanım sıklığı '1 saatten az' olan öğrenciler ile '3 – 5 saat arası' bir zamanı sosyal medya sitelerinde harcayan öğrencilerin puanları arasında ve günlük kullanım sıklığı '1 – 3 saat' olan öğrenciler ile '3 – 5 saat arası' bir zamanı sosyal medya sitelerinde harcayan öğrencilerin puanları arasında anlamlı farklılaşmanın saptandığı söylenebilir. Bulgulara göre en yüksek erteleme davranışı / düşüncesi taşıyan öğrenciler günde '3 – 5 saat' sosyal medya sitelerinde gezinen öğrencilerdir.

Mükemmeliyetçilik alt boyutlarına yönelik bulgulara bakıldığında, ölçek geneli puan sıralamalarına benzer biçimde, bir sıralamanın ortaya çıktığı, 7 saatten fazla bir süre sosyal medya platformlarında bulunan öğrencilerin mükemmeliyetçilik puanlarının gruplar arasında en yüksek olarak öne çıktığı; bununla birlikte, alt boyutlardaki sıra ortalamaları arasında 'Kendine yönelik mükemmeliyetçilik' ($\chi^2=11,025$; $Sd=4$; $p < .05$) alt boyutunda anlamlı farklılık saptanırken 'Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik' ($\chi^2=8,674$; $Sd=4$; $p > .05$) boyutunda grup ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. 'Kendine yönelik mükemmeliyetçilik' alt boyutunda günlük kullanım sıklığı '1 saatten az' olan öğrenciler ile '3 – 5 saat arası' bir zamanı sosyal medya sitelerinde harcayan öğrencilerin puanları arasında ve günlük kullanım sıklığı '1 – 3 saat' olan öğrenciler ile '3 – 5 saat arası' bir zamanı sosyal medya sitelerinde harcayan öğrencilerin puanları arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlıdır.

FoMO puanları sosyal medya sitelerinin günlük kullanım sıklığı değişkeni açısından değerlendirildiğinde, günlük 1 saatten daha az sosyal medya platformlarını kullanan

öğrencilerin diğer gruplardan daha düşük puanlara sahip oldukları, en yüksek FoMO ortalamasına sahip grubun ise 5 - 7 saat sosyal medya kullanan öğrenciler olduğu söylenebilir. Anlamlılık puanlarına bakıldığında, akademik erteleme düzeyleri ortalamaları ölçek bütünü açısından anlamlı biçimde farklılaşmaktadır ($\chi^2=18,210$; $Sd=4$; $p<.05$).

Mann-Whitney U ve T-testi bulgularına göre, farklı ikili gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. Karşılaştırma testleri bulgularına göre, sosyal medya siteleri günlük kullanım sıklığı '1 saatten az' olan öğrenciler ile '1 – 3 saat arası' bir zamanı sosyal medya sitelerinde harcayan öğrencilerin puanları arasında, günlük kullanım sıklığı '1 saatten az' olan öğrenciler ile '3 – 5 saat arası' bir zamanı sosyal medya sitelerinde harcayan öğrencilerin puanları arasında ve günlük kullanım sıklığı '1 saatten az' olan öğrenciler ile '5 – 7 saat arası' bir zamanı sosyal medya sitelerinde harcayan öğrencilerin puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu söylenebilir.

'1 saatten az' sosyal medya kullandığını ifade eden öğrenciler en alt düzeyde eksik kalma korkusu taşırken kullanım süresi arttıkça FoMO puanları da artış eğilimindedir. Bu bulgu, sosyal medyanın anlık takip etme, bildirimleri açık tutma, anlık paylaşımlara olanak tanıma ve paylaşımlarla ilgili yorumlar ve geribildirimler sağlama gibi özelliklerine de uyumlu gözükmektedir. Sosyal medyada kalınan zaman, kullanıcıları listelerinde ekli bulunan veya tanıdıkları kişilerin hayatlarından / etkinliklerinden ve paylaşımlarından geri kalmamaya alıştırmakta ve FoMO'yu desteklemektedir denilebilir.

4.7. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Toplam Ağırlıklı Puan Ortalaması Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal - Wallis H Testi Bulguları

Toplam ağırlıklı puan ortalaması değişkeni açısından lise öğrencilerinin akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve FoMO puan ortalamalarının karşılaştırılmasına ilişkin olarak, '0-44 arası' grubunda katılımcı sayısının otuz katılımcıdan az olması nedeniyle, parametrik olmayan çoklu karşılaştırma testlerinden Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır; istatistiksel olarak anlamlı farklılık/lar ortaya çıkması durumunda, ikili gruplar karşılaştırılmasında T-testi ve Mann-Whitney U testlerinden hangi gruplar arasında anlamlı farklılaşmanın görüldüğünün tespit edilmesi amacıyla kullanılmıştır.

Tablo 11'deki akademik erteleme puanları incelendiğinde, karşılaştırma grupları farklı düzeylerde aritmetik ortalamalara sahiptir. Sıra ortalamaları ele alındığında, toplam ağırlıklı

not ortalaması 0-44 arası olan öğrencilerin en yüksek akademik erteleme puanına sahip oldukları, bununla birlikte, not ortalaması 85-100 arası olan öğrencilerin en düşük akademik erteleme puanına sahip buldukları, akademik not ortalaması yükseldikçe akademik erteleme puanlarının azalması dikkat çekmektedir. Anlamlılık puanlarına bakıldığında, akademik erteleme düzeyleri ortalamaları ölçek bütünü açısından gruplar puanları anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($\chi_2 = 36,687$; $Sd=4$; $p<.05$).

Tablo 6. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Toplam Ağırlıklı Puan Ortalaması Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal -Wallis H Testi Bulguları

	Toplam ağırlıklı puan ortalamanız	N	Sıra Ort.	χ_2	sd	p	Fark	
Akademik Erteleme	A- 0- 44 arası	28	329,25	36,687	4	0,000*	A - B	B - E
	B- 45- 54 arası	56	266,71				A - C	C - E
	C- 55- 69 arası	100	239,91				A - D	
	D- 70- 84 arası	133	215,26				A - E	
	E- 85- 100 arası	134	187,69					
	Toplam	451						
Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği								
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	A- 0- 44 arası	28	83,98	88,659	4	0,000*	A - B	B - C
	B- 45- 54 arası	56	140,88				A - C	B - D
	C- 55- 69 arası	100	204,74				A - D	B - E
	D- 70- 84 arası	133	253,57				A - E	C - E
	E- 85- 100 arası	134	279,76					
	Toplam	451						
Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik	A- 0- 44 arası	28	87,25	79,660	4	0,000*	A - B	B - C
	B- 45- 54 arası	56	146,85				A - C	B - D
	C- 55- 69 arası	100	208,45				A - D	B - E
	D- 70- 84 arası	133	249,85				A - E	C - D
	E- 85- 100 arası	134	277,50				C - E	
	Toplam	451						
FoMO	A- 0- 44 arası	28	408,88	100,419	4	0,000*	A - B	B - D

B- 45- 54 arası	56	289,26	A - C	B - E
C- 55- 69 arası	100	251,11	A - D	C - D
D- 70- 84 arası	133	191,09	A - E	
E- 85- 100 arası	134	177,26	C - E	
Toplam	451			

* $p < .05$

Anlamli farklılaşmanın hangi ikili gruplar arasında olduğunun belirlenmesi maksadıyla yararlanılan karşılaştırma testleri bulgularına bakıldığında, toplam ağırlıklı puan ortalaması 0-44 arası olan öğrencilerin puan ortalaması ile diğer tüm gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Derslere hazırlanarak gelme, ödev ve projeleri zamanında ve gerektiği şekilde teslim etme, ders tekrarları yapma, sınavlara düzenli çalışma stratejisiyle hazırlanma ve ders çalışırken odaklanma gibi davranışları daha az gerçekleştirmeye dayalı bir kavram olarak akademik erteleme ile not düşüklüğü arasında anlaşılabilir negatif bir ilişkinin ve etkileşimin varlığı ifade edilebilir. Bunun yanı sıra, toplam ağırlıklı puan ortalaması 45 – 54 arası olan öğrencilerin puan ortalaması ile 85 – 100 arası olan öğrenciler ve 55 – 69 arası olan öğrencilerin puan ortalaması ile 85 – 100 arası olan öğrencilerin ortalaması arasındaki farklar da anlamlıdır. Buradan hareketle, not ortalaması 85 – 100 arası olan öğrenciler en düşük akademik erteleme davranışını sergileyen katılımcılardır. Buna uygun biçimde, akademik olarak da başarılı öğrenciler olarak gözükmektedirler.

Mükemmeliyetçilik alt boyutlarına ilişkin değerlere bakıldığında, bir sıralamanın ortaya çıktığı gözlenmektedir. Hem ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ hem de ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ alt boyutlarında da ağırlıklı puan ortalaması ‘0-44 arası’ olan öğrenciler en düşük puana sahipken not ortalaması ‘85 – 100 arası’ olan öğrencilerin mükemmeliyetçilik puanları en yüksektir. Her iki alt boyutla ilgili olarak, gruplar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur [‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ ($\chi^2=88,659$; $Sd=4$; $p<.05$), ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ ($\chi^2=79,660$; $Sd=5$; $p<.05$)].

Karşılaştırma testleri bulgularına göre, her iki alt boyutta da, toplam ağırlıklı puan ortalaması ‘0-44 arası’ olan öğrencilerin puan ortalaması ile diğer tüm gruplar arasındaki fark ile toplam ağırlıklı puan ortalaması ‘45-54 arası’ olan öğrencilerin puan ortalaması ile diğer tüm gruplar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur. Yine, toplam ağırlıklı puan ortalaması

'55-69 arası' olan öğrencilerin puan ortalaması ile '70-84 arası' ve '85-100 arasında' olan öğrencilerin mükemmeliyetçilik puanları arasında da fark anlamlıdır.

FoMO puanları açısından, toplam ağırlıklı puan ortalaması değişkeni açısından değerlendirildiğinde, notu yüksek olan öğrencilerin daha düşük FoMO puanına da sahip oldukları ve not ortalaması düştükçe FoMO puanlarının artış göstermeye başladıkları gözlenmektedir. FoMO açısından, toplam ağırlıklı not ortalaması 0-44 arası olan öğrencilerin en yüksek eksik kalma korkusu/ FoMO puanına sahip oldukları, bununla birlikte, not ortalaması 85-100 arası olan öğrencilerin en düşük sıra ortalamasına sahip buldukları belirlenmiştir. Anlamlılık puanlarına bakıldığında, eksik kalma korkusu/ FoMO düzeyleri ortalamaları ölçek geneli açısından gruplar puanları anlamlı biçimde farklılaşmaktadır ($\chi^2 = 100,419$; $Sd=4$; $p<.05$). Bu durumda, bulgulardan hareketle, toplam ağırlıklı not ortalamalarının 0-44 arası olduğunu ifade eden öğrencilerin diğer gruplardan daha yüksek puanlara sahip olmaları, onların akademik alana yeterince odaklanamadıkları, farklı alanları/kişileri takip etme ve izlemeye yönelmiş olabileceklerini düşündürmektedir. Özellikle bu gruptaki öğrencilerin derslerde ve sınavlardaki akademik başarı seviyelerinin düşüklüğüne bağlı olarak, eksik kalma korkusu bir amacın destekçisi olarak düşünülmüş de olabilir. Öğrenciler, akademik eksikliklerini diğerlerini/arkadaşlarını takip ederek kapatmayı seçmiş veya benimsemiş olabilirler.

Mann-Whitney U ve T-testi bulguları, farklı ikili gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. Buna göre, toplam ağırlıklı puan ortalaması 0-44 arası olan öğrencilerin puan ortalaması ile diğer tüm gruplar arasındaki fark, not ortalaması '45-54 arası' olan öğrencilerin puan ortalaması ile not ortalaması '70 - 84 arası' ve '85-100 arası' olan öğrencilerin puan ortalamaları arasındaki fark, ek olarak not ortalaması '55-69 arası' olan öğrencilerin puan ortalaması ile not ortalaması '70 - 84 arası' ve '85-100 arası' olan öğrencilerin puan ortalamaları arasındaki fark da anlamlı bulunmuştur. FoMO puanları, özellikle not ortalamaları yüksek olan öğrencilerin dikkatlerini derslerine, sınav hazırlıklarına ve sorumluluklarını yerine getirmeye vermelerinin neticesi olarak düşüş göstermektedir.

4.8. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

Akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve FoMO puan ortalamalarının anne eğitim durumu değişkeni açısından karşılaştırılmasına ilişkin parametrik çoklu karşılaştırma

testlerinden Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmış, bulgular tablo şeklinde sunulmuştur. Anlamlı farklılık belirlenmesi durumunda, farkın hangi gruplarda oluştuğunun belirlenmesinde, post hoc testlerinden Scheffe testi tercih edilmiştir.

Levene istatistiği değerlerine bakıldığında, Akademik Erteleme Ölçeği ve mükemmeliyetçilik alt boyutlarından ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ alt boyutunda grup varyanslarının homojen olduğu; bununla birlikte, ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ alt boyutunda ve FoMO Ölçeğinde varyans homojenliğinin sağlanmadığı, Levene istatistiği değerinin .05 anlamlılık değerinden düşük olduğu görülmektedir. Bu nedenle, Akademik Erteleme Ölçeği ve ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ alt boyutunda Welch katsayısı F ve anlamlılık değerleri alınmıştır.

Tablo 12’ye göre Akademik Erteleme Ölçeği bulgularına bakıldığında, okuryazar değil ($\bar{X} = 2,83$) en düşük akademik erteleme puan ortalamasına sahip grup, önlisans ($\bar{X} = 3,30$) ise en yüksek aritmetik ortalamaya sahip gruplar olarak bulunmaktadır. Anneleri ortaokul mezunu olan lise öğrencilerinin akademik erteleme puan ortalamasının, lisans mezunu annelerin çocukları olan arkadaşlarından daha yüksek olarak gözükmesi dikkat çekene bir bulgu olarak okunabilir. Akademik erteleme puanlarının okuryazar olmayan annelerin çocuklarında en düşük olarak bulunması, bu grubun okumaya ve derslere daha fazla yöneltme motivasyonlarının rol oynamış olabileceği düşünülebilir. F testi ve anlamlılık bulguları, eğitim durumu grupları aritmetik ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunduğunu göstermektedir [$F=5,248$; $p<.05$]. Anlamlı farklılık kaynağını ortaya koyacak Scheffe testi sonuçlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma okuryazar değil – önlisans ve ilkokul – önlisans grupları arasında ortaya çıkmaktadır.

Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği’nin ‘Kendine yönelik ve Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ alt boyutlarında da benzer nitelikte bulgular ve anlamlı farklılaşmalar bulunduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Özellikle anneleri okuma-yazma bilmeyen öğrencilerin puanları diğer grupların puan ortalamalarından anlamlı biçimde yüksek gözükmektedir. ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ alt boyutunda anlamlı farklılaşma, okuryazar değil – ortaokul, okuryazar değil – önlisans, ilkokul – ortaokul grupları ve ortaokul – lisans grupları arasında ortaya çıkmaktadır. Anneleri okur-yazar olmayan grubun puanları daha yüksek gözükürken, ortaokul – lisans grupları arasındaki anlamlı farklılaşma lisans mezunu anneler grubu lehine gözükmektedir. ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ alt boyutunda ise

okuryazar değil – ortaokul ve okuryazar değil – önlisans ikili karşılaştırmalarında anlamlı farklılık bulunmuştur.

FoMO Ölçeği anne eğitim düzeyi grupları aritmetik ortalama puanları lise öğrencilerinin anne eğitim durumları yükseldikçe daha fazla eksik kalma korkusu taşımaya başladıklarını işaret eden ipuçları ortaya koymaktadır. Önlisans ($\bar{X} = 3,85$) mezunu annelerin çocukları öğrenciler en yüksek düzeyde eksik kalma korkusu taşırken anneleri Okuryazar değil ($\bar{X} = 2,70$) grubuna giren öğrenciler en düşük düzeyde gelişmeleri kaçırma korkusu yaşayan grup olarak görülmektedir. Gruplar arası puanlar farkı istatistiksel anlamda anlamlı olarak bulunmuştur [$F=15,439$; $p<.05$].

Hangi gruplar arasında anlamlı farkın/farkların olduğuna yönelik olarak kullanılan Scheffe testi sonuçlarına göre, istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşmaların okuryazar değil – ortaokul, okuryazar değil – önlisans, okuryazar değil – lisans, ilkokul – ortaokul, ilkokul – önlisans ve ilkokul – lisans grupları arasında oluştuğunu göstermektedir. İlkokul – okuryazar değil grubu diğer gruplardan daha düşük FoMO düzeyine sahiptir.

Tablo 7. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Bulguları

	Anne Eğitim Durumu	N	\bar{X}	SS		KT	sd	KO	F	p	Fark
Akademik Erteleme	A- Okuryazar değil	54	2,83	0,65	GA	10,13	5	2,02	5,24	0,000*	A-E
	B- İlkokul	138	2,90	0,65	Gİ	171,83	445	0,38			B-E
	C- Ortaokul	78	3,16	0,63	Toplam	181,97	450				
	D- Lise	75	2,98	0,70							
	E- Önlisans	57	3,30	0,48							
	F- Lisans	49	3,07	0,47							
	Toplam	451	3,02	0,63							
KYM	A- Okuryazar değil	54	3,65	0,93	GA	28,91	5	5,78	6,85	0,000*	A-C
	B- İlkokul	138	3,42	0,94	Gİ	375,34	445	0,84			A-E
	C- Ortaokul	78	2,88	0,89	Toplam	404,25	450				B-C
	D- Lise	75	3,32	0,97							C-F
	E- Önlisans	57	2,98	0,89							

	F- Lisans	49	3,46	0,76							
	Toplam	451	3,29	0,94							
Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik	A- Okuryazar değil	54	3,55	1,13	GA	39,51	5	7,90	7,56	0,000*	A-C
	B- İlkokul	138	3,39	1,16	Gİ	480,86	445	1,08			A-E
	C- Ortaokul	78	2,72	0,99	Toplam	520,38	450				
	D- Lise	75	3,13	1,03							
	E- Önlisans	57	2,78	0,87							
	F- Lisans	49	3,27	0,77							
	Toplam	451	3,16	1,07							
FoMO	A- Okuryazar değil	54	2,70	0,96	GA	68,85	5	13,77	15,439	0,000*	A-C
	B- İlkokul	138	2,82	1,10	Gİ	489,94	445	1,101			A-E
	C- Ortaokul	78	3,51	1,17	Toplam	558,79	450				A-F
	D- Lise	75	3,32	1,12							B-C
	E- Önlisans	57	3,85	0,77							B-E
	F- Lisans	49	3,44	0,90							B-F
	Toplam	451	3,21	1,11							

*p <.05; KYM: Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik

4.9. Mükemmeliyetçilik ve FoMO Düzeyinin Lise Öğrencilerinde Akademik Erteleme Düzeyini Yordama Düzeyine İlişkin Regresyon Analizi Bulguları

Mükemmeliyetçilik ve FoMO düzeyinin lise öğrencilerinde akademik erteleme düzeyini yordama düzeyinin anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını tespit etmek amacı ile basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Öncelikle testin uygulanabilmesi için gerekli varsayımlar test edilmiştir. Çoklu regresyon analizinin yapılabilmesi için, bağımlı değişkene ait ölçümlerin en az aralık ölçeğinde ve sürekli ve bağımlı değişkenle yordayıcı (bağımsız) değişkenlerin arasında doğrusal bir ilişkin olması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2010). Çoklu doğrusallık (multicollinearity), VIF ve Tolerans gibi temel varsayımların test edilmesine de dikkat edilmiştir. Regresyon analizine alınan bağımsız değişkenler arasında yüksek düzeyde bir ilişkinin olması, çoklu regresyon olarak açıklanabilir. Yüksek düzeyde korelasyon bulunması durumunda, regresyon modeli bundan etkilenebilir. Regresyon analizinde Enter metodu kullanılmış, tüm bağımsız değişkenler [Mükemmeliyetçilik ve FoMO] regresyon denkleminde birlikte alınmıştır.

Yapılan analizler sonucunda bağımsız değişkenler arası ikili korelasyon katsayıları -.266 ve .465 olarak belirlenmiştir. VIF ve Tolerans değerlerine bakıldığında, bu değerler sırasıyla 1,090 ve ,918 olarak hesaplanmıştır. Buna göre, değişkenlerin arasında çoklu doğrusallık problemi olmadığı sonucuna varılmıştır. Bunun yanında, ilişkili hata değerleri olup olmadığını gösteren Durbin-Watson değerine de bakılarak bu değer analizde 1,757 olarak bulunmuştur. Bu değer birden küçük veya üçten büyük olmasının hata göstergesi olarak okunacağı dikkate alındığında, kullanılan regresyon modelinin anlamlı bulunduğu sonucuna ulaşılabilir.

Mükemmeliyetçilik ve FoMO düzeyinin lise öğrencilerinde akademik ertelemeyi ne ölçüde yordadığına yönelik basit doğrusal regresyon analizi yapılmış ve bulgular Tablo 13’de sunulmuştur. Elde edilen bulgular incelendiğinde, lise öğrencilerinde FoMO düzeyinin akademik erteleme düzeyini yordayan modelin anlamlı olduğu, $F(2, 448)=45.798, p<.001$, ancak ‘Kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ ve ‘Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ alt boyutlarının modelde anlamlı olmadığı görülmektedir ($p>.05$). Buna göre önerilen modelde yalnızca FoMO değişkeninin akademik ertelemeyi istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ($\beta=.42$). Mükemmeliyetçilik ve FoMO düzeyinin lise öğrencilerinde akademik erteleme düzeyini yordama düzeyine ilişkin olarak R^2 değeri .235 ($R=.485$) olarak bulunmuştur. Çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, $p<.05$ anlamlılık düzeyinde, değişkenler birlikte akademik ertelemeyi açıklayan toplam varyansın % 23.5’ini açıklamaktadır. Regresyon katsayıları incelendiğinde, katılımcıların FoMO düzeyleri arttıkça akademik erteleme düzeyleri de artmaktadır. Değişkenler arasında FoMO, akademik ertelemenin güçlü bir yordayıcısıdır.

Tablo 8. Mükemmeliyetçilik ve FoMO Düzeyinin Lise Öğrencilerinde Akademik Ertelme Düzeyini Yordama Düzeyine İlişkin Regresyon Analizi Bulguları

Değişken	B	Stand. hata	β	t	p	İkili r	Kısmi r	Tolerans	VIF
Sabit	2,558	,143		17,936	,000*				
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	-,051	,043	-,077	-1,193	,233	-,056	-,049	,414	2,413
Sosyal Kaynaklı Mükemmeliyetçilik	-,046	,038	-,077	1,201	,230	-,057	,050	,414	2,414
FoMO	,242	,025	,423	9,803	,000*	,465	,421	,918	1,090

R= .485

R² = .235

F_(2,448) = 45,798

p=0,000



BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Araştırmanın genel amacı, ergenlerde mükemmeliyetçilik ve FoMO'nun akademik ertelemeyi yordamadaki rolünü incelemektir. Araştırma sonucunda ulaşılan bulgular, lise öğrencilerinde yalnızca FoMO'nun onların akademik erteleme davranışlarını anlamlı biçimde yordama potansiyeline sahip olduğunu göstermiştir. Bunun yanı sıra, değişkenler arasındaki ilişki incelenerek, değişkenlerin tümünün arasında pozitif yönde ve anlamlı birer ilişki olduğu görülmüştür. Bu bölümde, araştırmadan elde edilen sonuçlar alanyazın çerçevesinde tartışılarak yorumlanacaktır.

Sarıoğlu'na (2011) göre günümüz dünyasını büyük bir maraton gibi düşünmek mümkündür. Yetişkin hayatında en iyi olmanın yolu, öğrenim hayatının ilk yıllarından itibaren girilen bir yarıştan geçmektedir. Daha iyi, hatta en iyi olmak için girilen yarış, 7'den 70'e biteviye sürmekte ve hep daha çok emek istemektedir. Bu yapı içinde erteleme, erteleyen birey için bir sorun yumağı haline gelmektedir. Bu yarışın başlayarak önemli bir kısmının geçtiği öğrenim hayatı, hem ertelemenin bir türü olan akademik ertelemenin hem de mükemmeliyetçiliğin açığa çıkmasında önemli bir etkiye sahiptir.

5.1. Mükemmeliyetçilik ve FoMO Değişkenlerinin Akademik Erteleme Düzeyini Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu çalışmada akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu değişkenleri arasındaki ilişkiler incelenmiş, ardından 'kendine yönelik mükemmeliyetçilik' ve 'sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik' ile gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik ertelemeyi yordama düzeyi değerlendirilmiştir. Bulgulara göre, lise öğrencilerinin akademik erteleme düzeyleri ile mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, akademik erteleme ve 'kendine yönelik mükemmeliyetçilik' ve 'sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik' arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Başka bir deyişle, ergenlerin mükemmeliyetçilik düzeyi arttıkça akademik ertelemeleri de artmaktadır. Elde edilen bu sonucun literatürdeki araştırmalarla benzerlik gösterdiği görülmektedir (Ataş, 2018; Ataş ve Kumcağız, 2020; Dönmez, 2019; Kaya, 2019; Özer ve Altun, 2011; Şimşek, 2018).

Araştırmayla paralel sonuçlara sahip olan Dönmez'e (2019) göre, mükemmeliyetçi bireylerde erteleme davranışı sıkça görülmektedir. Bireyler bir işi veya bir görevi mükemmel

bir şekilde yapmaya odaklanmaları sebebiyle, mükemmel olmayan bir şekilde yapmaktansa ertelemeyi tercih etmektedirler. Erteleme bir bakıma, kaçınma şekli olarak da görülmektedir. Bunun yanında Özer ve Altun'un (2011) araştırmasına göre; mükemmeliyetçilik, dış denetimli olma ve performanstan kaçınma düzeyleri yüksek olan kişilerin akademik erteleme davranışlarının da yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Başka bir bulguya göre, akademik özyeterlik, içsel mükemmeliyetçilik ve sorumluluk düzeyleri yüksek olan kişilerdeyse akademik erteleme davranışları daha düşük düzeyde bulunmaktadır. Özer ve Altun'un (2011) araştırmasının bulgularına göre, mükemmeliyetçilik toplam puanıyla akademik erteleme davranışı arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Farklı bir araştırmada yapılan analizler sonucunda, lise öğrencilerinin toplam mükemmeliyetçilik düzeylerinin artmasıyla benlik saygısı düzeylerinin azaldığı ve akademik erteleme davranışlarının arttığı görülmüştür (Şimşek, 2018). Bir başka araştırmada yer alan bulgulara göre; uyumsuz mükemmeliyetçi özellikleri artan öğrencilerin, daha yüksek miktarda akademik erteleme davranışında bulunduğu görülmüştür. Öğrencilerde var olan hata yapma kaygısı, yaptıklarından emin olamama, ailenin tepkilerine yönelik müdahale çalışmaları uygulanabilir (Kaya, 2019). Ataş'a (2018) göre ise ergenlik çağındaki bireylerin mükemmeliyetçilik düzeyleriyle akademik özyeterlik inançlarının, akademik erteleme davranışlarının anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

Yine Bulut'un (2014) çalışmasına göre; akademik erteleme davranışları düzene önem veren ve yüksek standartları olan mükemmeliyetçi bireylerde, akademik erteleme davranışı daha az görülmekte; hatalara karşı yüksek miktarda ilgi gösteren, davranışlarından şüphe duyan, ailesel eleştiri hakkında yüksek algısı olan mükemmeliyetçi kişilerde daha yüksek oranda görülmektedir. Benzer şekilde Bayram'a (2016) göre ergenlerin mükemmeliyetçilik özellikleriyle akademik alanda isteklerini erteleme eğilimleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ergenlerin mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça, akademik alanda isteklerini erteleme eğilimleri de artmaktadır. Ergenlik çağındaki bireyler mükemmeliyetçi eğilimler gösterdikçe, daha iyiye ulaşma adına akademik alandaki isteklerini erteleyerek kendileri için belirledikleri yüksek hedeflere ulaşmayı amaçlıyor olabilirler. Ataş ve Kumcağız (2020) ergenlerin akademik özyeterlik inançları ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin, akademik erteleme davranışları üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu sonucuna varmıştır. Sarioğlu'nun (2011) yaptığı araştırma sonucuna göre, akademik erteleme eğilimiyle mükemmeliyetçilik düzeyinin düzen ve kişisel standartlar boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmanın bulgularından farklı olarak, Azak

(2019) araştırmasında kendi odaklı mükemmeliyetçilik ile genel erteleme davranışı arasında negatif bir ilişki bulmuştur.

Kutlu ve Demir'e (2017) göre, akademik erteleme, internet bağımlılığı ve akademik başarı puanları ile günlük ortalama internet kullanım süreleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Akademik erteleme ile internet bağımlılığı arasında pozitif, akademik başarı ile akademik erteleme arasındaysa negatif bir ilişki vardır. Ancak araştırmanın asıl amacını oluşturan lise öğrencilerinin akademik erteleme düzeylerini yordayan değişkenler arasında mükemmeliyetçiliğin (kendine yönelik ve sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik) rolünün olmadığı görülmüştür. Mükemmeliyetçilik ve akademik erteleme arasında anlamlı bir ilişki bulunsa da istatistiksel açıdan yordama gücünün olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazındaki bulguların aksine, bireylerin kendilerine yönelik ve sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik davranışları akademik ertelemeleri üzerinde anlamlı bir değişken olmamıştır.

5.2. Akademik Erteleme, Mükemmeliyetçilik ve FoMO Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmadan elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde, akademik erteleme değişkeninin cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterdiği sonucuna varılmıştır. Buna göre kız öğrencilerin akademik erteleme davranışını erkeklere göre daha az sergiledikleri sonucuna varılmıştır. Alanyazın incelendiğinde, gerçekleştirilen akademik erteleme çalışmalarında, cinsiyetin etkisi hakkında ortak bir sonuca varamadıkları gözlenmektedir. Yapılan araştırmaların bazıları bu araştırma sonucuyla benzer şekilde, akademik erteleme ve cinsiyet arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğunu ortaya koymuştur (Akabay ve Gizir, 2010; Akkaya, 2007; Arslan, 2013; Aydoğan, 2008; Aydoğan ve Özbay 2012; Balkıs, 2006; Çakıcı, 2003; Çetin, 2009; Çetin ve Ceyhan, 2018; Deniz ve Akdoğan, 2014; Ekinci, 2011; Gürültü ve Deniz, 2017; Tanrıku, 2013; Toy, 2014; Uzun, 2016; Yayıcı ve Düşmez, 2016; Yıldırım, 2011). Akademik erteleme düzeylerinin cinsiyete göre farklılaştığı sonucuna ulaşan araştırmalara bakıldığında birçok araştırmada erkeklerin akademik erteleme düzeyinin kadınlara göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Aydoğan, 2008; Çakıcı, 2003; Çetin, 2009; Kandemir, 2010; Tanrıku, 2013). Alanyazında araştırma sonucundan farklı sonuçlar da olduğu görülmektedir. Akademik erteleme ile cinsiyet arasında bir ilişki olmadığı bulgusuna varan araştırmalar az sayıda da olsa bulunmaktadır (Çavdar, 2020; Kutlu ve Demir, 2017; Kutlu ve Demir, 2016; Şahin, 2020). Özer ve Altun'a (2011) göre akademik erteleme

davranışı; performanstan kaçınma, sorumluluk, dıştan denetim, akademik özyeterlik, ve mükemmeliyetçilik kavramları ile de ilişkilidir. Akademik erteleme davranışlarının görülmesinde cinsiyet açısından farklılıkların nedenlerinden biri kültürel farklılıkların olduğu tahmin edilmektedir (Uzun-Özer, Demir ve Ferrari, 2009). Kız öğrencilere bir takım cinsiyet rolleri yüklenmiş, bu rollerin dışında farklarını ortaya koyabilmek amacıyla akademik erteleme davranışlarının daha az görülmesi beklenebilmektedir (Balkıs, Duru, Buluş ve Duru, 2006). Deniz ve Akdoğan'ın (2014) lise son sınıfta okuyan öğrencilerle yaptığı araştırma sonucunda, cinsiyete göre akademik erteleme davranışının anlamlı bir fark gösterdiği bulunmuştur.

Araştırmanın başka bir değişkeni olan mükemmeliyetçiliğinse cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterdiği ve kız öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre kız öğrencilerin görece daha yüksek düzeyde mükemmeliyetçi düşündükleri sonucu çıkarılabilir. Alanyazın incelendiğinde yapılan araştırmaların bazıları mükemmeliyetçilik ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark olduğunu bulmuştur (Ataş, 2018; Azak, 2019; Yücel, 2019). Araştırmaların çoğunda, kızların mükemmeliyetçilik düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Ataş, 2018; Azak, 2019). Bunun yanı sıra mükemmeliyetçilik ile cinsiyet arasında bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar daha az sayıdadır (Bayram, 2016; Camadan, 2009; Yurdakul, 2017). Yücel'e (2019) göre ise birçok araştırmanın aksine kız öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri erkeklere oranla daha düşük bulunmuştur. Deniz'in (2019) çalışmasına bakıldığında, erkek öğrencilere göre kız öğrencilerin 'kendine yönelik mükemmeliyetçilik' alt boyutu açısından daha anlamlı bir fark ortaya koyduğu görülmüştür. Araştırmanın diğer bulgusuna göre ise, kız ve erkek öğrenciler arasında 'sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik' alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kücü'ye (2018) göre ise, kendine yönelik mükemmeliyetçilik cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamış, sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilikte ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

FoMO değişkenine göre ise, erkek öğrencilerin FoMO (eksik kalma korkusu) düzeylerinin kızlara oranla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu görülmüştür. Buna göre kız öğrenciler daha düşük düzeyde FoMO (eksik kalma korkusu) yaşamaktadırlar. Alanyazın incelendiğinde bu araştırma sonucu ile benzer şekilde FoMO ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark olduğunu bulan araştırmalar az sayıda olsa da vardır (Kartol ve Peker, 2020; Przybylski vd., 2013). Przybylski ve diğerlerinin (2013) araştırmasının bulgularına göre de FoMO erkeklerde daha fazla görülmektedir. Araştırmanın bulgularından farklı olarak Kartol ve

Peker'e (2020) göre, cinsiyet değişkeni açısından sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu davranışının kızlarda daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun yanı sıra az sayıda da olsa FoMO ile cinsiyet arasında bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar bulunmaktadır (Aslan, 2018; Beşenk, 2018; Bor, 2018; etinkaya, 2019; ınar, 2017; Gökler vd., 2016; Hızarcı, 2018; Hoşgör, 2017; Kuzu ve Tozkoparan, 2019; Tanrıkulu, 2018; Tayiz, 2018; Uzun vd., 2019; Yalm, 2019).



ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu değişkenleri açısından incelenmesine dönük elde edilen sonuçlar ve bu sonuçlar ışığında psikolojik danışma ve rehberlik alanında yapılacak olan yeni araştırmalara ve uygulamalara yönelik öneriler ele alınmıştır.

6.1. Sonuç

Ergenlerin akademik erteleme, mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu ortalamalarının cinsiyete ve yaşa göre anlamlı farklılık oluşturan değişkenler olduğu söylenebilir. Lise öğrencilerinin akademik erteleme – FoMO düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, ergenlerin FoMO düzeyleri, akademik ertelemelerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Alanyazındaki birçok araştırmada mükemmeliyetçilik anlamlı bulunurken, bu araştırmada mükemmeliyetçiliğin alt boyutları olan ‘kendine yönelik mükemmeliyetçilik’ ve ‘sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ değişkenleri anlamlı bulunmamıştır.

Ergenlerin akademik erteleme ve FoMO düzeyleri cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre akademik erteleme düzeyleri daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Ayrıca kız öğrencilere oranla erkek öğrencilerin FoMO düzeylerinin de anlamlı biçimde daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Diğer bulgulara bakıldığında, akademik erteleme ve FoMO puan ortalamalarının yaş değişkeni açısından da anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Son olarak, akademik erteleme ile FoMO puan ortalamalarının sınıf düzeyi değişkenine bakıldığında anlamlı biçimde farklılaştığı, özellikle 9. sınıf öğrencilerinde akademik erteleme ve FoMO davranışlarının daha fazla olduğu görülmektedir.

Ergenlerin akademik erteleme davranışı ile ‘kendine yönelik ve sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’leri arasındaki ilişkinin düzeyini ve yönünü belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizinde ulaşılan bulgular akademik erteleme düzeyi ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında zayıf düzeyde negatif yönlü bir ilişkinin varlığını göstermektedir. ‘Kendine yönelik ve sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik’ ile FoMO düzeyinin ergenlerde akademik ertelemeyi yordamasına ilişkin regresyon analizi bulgularına göre ise; lise öğrencilerinin

yalnızca FoMO düzeyleri onların akademik erteleme davranışlarını istatistiksel olarak anlamlı biçimde yordamaktadır.

6.2. Öneriler

Bu bölümde, gelecekte yapılacak yeni çalışmalar için araştırmacılara ve psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında çalışan uygulayıcılara yönelik önerilerde bulunulacaktır. Bu öneriler iki bölümde sunulacaktır.

6.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Bu araştırmanın örneklemini Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nde bulunan bazı illerdeki (Gaziantep, Diyarbakır, Şanlıurfa, Mardin, Kilis, Adıyaman, Siirt, Batman, Şırnak) araştırmaya katılmaya gönüllü lise öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma bulgularının daha kapsamlı hale getirilmesi ve genellenebilirliğinin artırılması için benzer bir araştırma farklı şehirlerdeki ve bölgelerdeki lise öğrencilerine uygulanabilir. Ayrıca bu araştırmanın örneklem grubunda açık öğretim lisesi öğrencileri yer almamaktadır. Özellikle bu örneklemin de dahil edildiği çalışmalar yapılabilir. Bu araştırma, yalnızca değişkenler arasındaki ilişkileri incelemeye yönelik korelasyonel bir araştırmadır. Değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkilerinin açıklanabilmesi için deneysel çalışmalar yapılabilir.

Ayrıca bu araştırma lise öğrencileriyle gerçekleştirilmiştir. Gelecekteki çalışmalarda, ilkökul, ortaokul ve üniversite öğrencileri gibi farklı kademedeki öğrenciler dahil edilebilir. Bu araştırmada yalnızca öğrencilerin ölçme araçlarına verdikleri bilgiler doğrultusunda elde edilen bilgilerden yararlanılmıştır. Dolayısıyla öğrencilerin akademik erteleme ve FoMO değişkenlerine yönelik daha kapsamlı bilgi edinmek amacıyla, öğretmenler ve ailelerin görüşlerine başvuru nitel çalışmalar yapılabilir. Bu çalışmada mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu ele alınmıştır. Alanyazına bakılarak öznel iyi oluş, özyeterlik, benlik saygısı, karar verme stilleri, risk alma davranışı, stres düzeyleri, nomofobi, bağlanma stilleri, sosyal kaygı gibi farklı değişkenler dahil edilerek yeni çalışmalar yapılarak alanyazına katkı sağlanabilir.

6.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

Araştırma bulgularının alanda çalışan uzmanların da çalışmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Okul psikolojik danışmanları tarafından öğrencilere akademik erteleme ve gelişmeleri kaçırma korkusu ile ilgili önleyici ve farkındalık oluşturacak seminerler

düzenlenebilir. Psikolojik danışmanlar tarafından akademik erteleme ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri yüksek olan öğrenciler ile bireysel psikolojik danışma oturumları yapılabilir. Ayrıca okul psikolojik danışmanları uygulamalarında öğrencilerin yanı sıra veli ve öğretmenlere de akademik erteleme ve gelişmeleri kaçırma korkusu konularında çeşitli seminerler düzenleyebilir. Araştırma bulgularının değişkenler arasında çeşitli farklar olduğu bulgusundan yola çıkarak, okul psikolojik danışmanlarının uygulamalarında bu bilgiyi gözetmeleri önemlidir. Ayrıca, önleyici psikolojik danışma hizmetleri kapsamında, gelişmeleri kaçırma korkusu değişkeni açısından risk altında olabilecek öğrenciler belirlenerek bu öğrencilerle grupta psikolojik danışma yapılabilir.

Saltürk'e (2021) göre, Türkiye'de lise öğrencileri kültürel beklentiler ve yüksek akademik başarı baskısı nedeniyle ağır bir yük taşımaktadır. Başarılı bir geleceğin ve daha yüksek sosyal statüye sahip prestijli bir hayatın temel belirleyicisi olarak, ulusal ölçekte yapılan sınav sonucuna göre yerleştirilecekleri üniversite gösterilmektedir. Bu durum öğrencilerde rekabete dayalı bir baskı ve strese sebep olmaktadır. Bu koşullarda öğrencilerde yüksek düzeyde akademik erteleme davranışı gösterme davranışı görülebilmektedir. Gelişimsel rehberlik faaliyetleri kapsamında bu çalışma sonuçlarından faydalanılabilir. Gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik ertelemenin bir yordayıcısı olduğu sonucuna dayanarak okullarda gelişmeleri kaçırma korkusu temelli müdahale çalışmaları yapılabilir. Öğrencilere gelişmeleri kaçırma korkusu ile ilgili farkındalık etkinlikleri planlanabilir. Kazanılan bilgi, beceri ve davranışların kalıcı olması amacıyla bu kazanımların ev ortamında da devam etmesi için veli, öğrenci ve okul arasındaki iletişimin süreklilik taşıması önemlidir.

Coninck ve Bloemen'e (2020) göre ergenlik döneminde aile yapısının ve ebeveynlik tarzının, FoMO'nun gelişiminde önemli bir yeri olduğu görülmüştür. Ergenlerin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin akademik ertelemeyi yordaması bulgusundan yola çıkarak, okul psikolojik danışmanları ailelere sosyal medya ve internet kullanımına yönelik bilgilendirici etkinlikler düzenleyebilir, öğrencilerin akademik ertelemelerinde gelişmeleri kaçırma korkusunun önemi aktarılabilir. Bu doğrultuda, teknoloji bağımlılığı ve bilinçli teknoloji kullanımı hakkında okul rehberlik ve psikolojik danışma servislerinin yaptıkları seminerlere ailelerin katılımı yararlı olacaktır.

Dönmez'e (2019) göre otoriter ana baba tutumunun da ergenleri akademik ertelemeye sevk ettiği görülmüştür. Bu sebeple ailelerin çocuklarıyla iletişim kurması ve kaliteli zaman geçirmesi faydalı olacaktır. Ayrıca aileler çocuklarında psikolojik veya davranışsal olarak

meydana gelen bir takım değişimleri, akademik anlamda yaşanan ani düşüşleri takip etmeli ve okul psikolojik danışmanları ile iletişim halinde olarak koordineli bir şekilde çalışabilirler.



KAYNAKÇA

- Abarghuei, A. M., Falsafinejad, M. R., Ghavam, E. S., & Dortaj, F. (2016). The causal relationship of the social support and maladaptive perfectionism with the academic burnout mediated by the self-efficacy among undergraduate students of Shahid Chamran University. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 7(4), 11-22. <https://doi.org/10.5901/mjss.2016.v7n4s1p11>
- Abel, J. P., Buff, C. L., & Burr, S. A. (2016). Social media and the fear of missing out: Scale development and assessment. *Journal of Business and Economics Research (JBER)*, 14(1), 33–44. <https://doi.org/10.19030/jber.v14i1.9554>
- Akbay, S. E. (2009). *Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: Akademik güdülenme, akademik özyeterlik ve akademik yükleme stillerinin rolü*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Akbay, S. ve 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(1), 60- 78.
- Akkaya, E. (2007). *Academic procrastination among faculty of education students: The role of gender, age, academic achievement, perfectionism and depression*. (Unpublished Master Thesis). Middle East Technical University, Ankara.
- Aksoy, Ö. A. (1995). *Atasözleri ve deyimler sözlüğü 2*. İstanbul: İnkılâp Kitabevi.
- Al-Menayes, J. J. (2015). Dimensions of social media addiction among university students in Kuwait. *Psychology and Behavioral Sciences*, 4(1), 23-28. <https://doi.org/10.11648/j.pbs.20150401.14>
- Altun, F. ve Yazıcı, H. (2010). *Öğrencilerin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiler*. International Conference on New Trends in Education and Their Implications 11-13. Antalya.

- Aslan, Ü. (2018). *Dikkat eksikliği ve dürtüselliğin sosyal medya kullanımı ve gelişmeleri kaçırma korkusu ile olan ilişkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ataş, N. S. (2018). *Ergenlerin akademik erteleme davranışları, akademik öz yeterlik inançları ve mükemmeliyetçilik düzeyleri*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Ataş, N. S. ve Kumcağız, H. (2020). Ergenlerin akademik erteleme davranışları, akademik öz yeterlik inançları ve mükemmeliyetçilik, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2020, 35(2), 375-386. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2019050341>
- Ateş, N. B., Fettahlıoğlu, M. Ş. ve Çıkmaz, G. (2019). Sosyal medya bağımlılığı ve nomofobi'nin akademik ertelemeye etkisi, *Journal of Social And Humanities Sciences Research (JSHSR) 2019*, 6 (42) 2875-2896
- Aydın, G. (2017). *Bilişsel sınav kaygısı modelinin test edilmesi: psikolojik esnekliğin dolaylı etkisi yoluyla ruminasyon, kendini affetme, mükemmeliyetçi düşünceler ve bilişsel ayrışmanın rolü*. (Doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Aydın, G. ve Yerin-Güneri, O. (2018). Mükemmeliyetçi düşünceler ölçeğinin türkçeye uyarlanması. geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *YILDIZ Journal of Educational Research*, 3(1), 91-110.
- Aydoğan, D. (2008). *Akademik erteleme davranışının benlik saygısı, durumluluk kaygı ve öz-yeterlik ile açıklanabilirliği*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2012). Akademik erteleme davranışlarının benlik saygısı, durumluluk kaygı ve öz-yeterlik ile açıklanabilirliğinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 2 (3), 1-9.
- Azak, C. (2019). *Genç erişkinlerde mükemmeliyetçilik ile depresyon, anksiyete ve erteleme davranışı ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Balkıs, M. (2006). *Öğretmen adaylarının davranışlarındaki erteleme eğiliminin, düşünme ve karar verme tarzları ile ilişkisi*. (Doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Balkıs, M. ve Duru, E. (2010). Akademik erteleme eğilimi, akademik başarı ilişkisinde genel ve performans benlik saygısının rolü, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2010, 27, 159-170.
- Balkıs, M., Duru, E., Buluş, M. ve Duru, S. (2006). Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme eğiliminin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 7(2), 57-73. <https://dergipark.org.tr/en/pub/egeefd/issue/4915/67280>
- Barrow, J. C. & Moore, C. A. (1983). Group interventions with perfectionist thinking. *Personnel and Guidance Journal*, 61(10), 612–615. <https://doi.org/10.1111/j.2164-4918.1983.tb00008.x>
- Baş, A. U. ve Siyez, D. M. (2014). Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *İlköğretim Online*, 9(3), 898-909.
- Başer, S. C. (2007). *Batıkent İlköğretim Okulu sekizinci sınıf öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin akademik başarıya etkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bayrakçı, Ç. (2021). *Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının affetme ve mükemmeliyetçilik ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bursa Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Bayram, S. B. (2016). *Ergenlerin mükemmeliyetçilik özellikleri ve akademik alanda arzuların ertelenmesi ile akademik stres arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Belgin, B. (2019). *Kendini affetmenin yordayıcıları olarak akademik erteleme ve akademik mükemmeliyetçilik*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bencik, S. (2006). *Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Beşenk, İ. (2018). *Sosyal medya platformlarının kullanımı ile gelişmeleri kaçırma korkusunun duygusal şemalarla ilişkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C. & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69-72.
- Bor, A. H. (2018). *Ergenlerde sosyal medyaya yönelik tutum, sosyal medya kullanımında gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiler*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bozdemir, E. (2011). *Ergenlerin mükemmeliyetçilikleri ile mizah duyguları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bulut, R. (2014). *Sosyal Bilgiler öğretmen adaylarının akademik erteleme davranışlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon
- Büyüköztürk, Ş. (2005). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (5. Baskı). Ankara: Cankin Matbaası.
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (23. Baskı). Ankara: Pegem Yayınları
- Camadan, F. (2009). *Orta öğretim öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Can, G. & Satıcı, S. A. (2019). Adaptation of fear of missing out scale (FoMOs): Turkish version validity and reliability study. *Psicologia, reflexao e critica : revista semestral do Departamento de Psicologia da UFRGS*, 32(1), 3. <https://doi.org/10.1186/s41155-019-0117-4>

- Can, S. (2018). *Ergenlerin akademik erteleme davranışları, internet bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçları: bir model önerisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Casale, S., Rugai, L., & Fioravanti, G. (2018). Exploring the role of positive metacognitions in explaining the association between the fear of missing out and social media addiction. *Addictive behaviors*, 85, 83-87. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.05.020>
- Cerit, H. (2019). *Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarıyla akademik erteleme ve genel erteleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Chang, E., Lee, A., Byeon, E., Seong, H., & Lee, S.M. (2016). The mediating effect of motivational types in the relationship between perfectionism and academic burnout. *Personality and Individual Differences*, 89, 202-210 <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.010>
- Cıla, S. M. (2015). *Anadolu lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının, akademik özyeterlik, mükemmeliyetçilik ve akademik güdülenmeden yordanması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*, 2nd ed. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Coşar, A. H. (2019). *Öğretmen adaylarının sosyal medya bağımlılığı ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.
- Çakıcı, D. (2003). *Lise ve üniversite öğrencilerinde genel erteleme ve akademik erteleme davranışının incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çakır, Z. (2020). *Gelişmeleri kaçırma korkusu, sosyotropik ve otonomik kişilik boyutlarının psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

- Çalikoğlu, B.S. (2009). *Üstün zekalı öğrencilerin çalışma alışkanlıkları ile mükemmeliyetçilik özellikleri arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çavdar, A. (2020). *11-14 yaş grubu öğrencilerin akademik erteleme düzeylerinin sosyo demografik özellikler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Çelik, F. ve Diker, E. (2021). Covid-19 sürecinde depresyon, stres, gelişmeleri kaçırma korkusu ve zorlayıcı sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiler. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 2021, 8(1), 17 – 43. <https://doi.org/10.31682/ayna.783472>
- Çetin Ş. (2009). Eğitim Fakültesi öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarına ilişkin görüşlerinin incelenmesi, *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25, 1–7.
- Çetin, N. ve Ceyhan, E. (2018). Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının sürekli kaygı, akılcı olmayan inanç, öz düzenleme ve akademik başarı ile ilişkisi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)* 2018, 33(2): 460-479. <http://www.efdergi.hacettepe.edu.tr/yonetim/icerik/makaleler/2487-published.pdf>
- Çetinkaya, F. Ö. (2019). *Sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusunun kişinin tatil satın alma niyetine etkisi*. (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çinar, Y. Ç. (2017). *Üniversite öğrencilerinde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusunun düzeyi ve ilişkili etmenler*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Damian, L. E., Stoeber, J., Negru, O. and Baban, A. (2013). On the development of perfectionism in adolescence: Perceived parental expectations predict longitudinal increases in socially preaeascribed perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 55(6), 688-693. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.05.021>
- Demir, M. F. (2018). *Lise son sınıf öğrencilerinin üstbilis becerileri ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırşehir.

- Deniz, Ç. (2019). *Lise öğrencilerinin eleştirel düşünme eğilimleri, akademik güdülenme ve mükemmeliyetçilik düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kayseri
- Deniz, N. (2011). *Liseye devam eden ergenlerin risk alma davranışları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Dossey, L. (March/April 2014). "FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment". *Explore*, 10(2), 69-73.
- Dönmez, S. M. (2019). *Lise öğrencilerinin ana baba tutumları, mükemmeliyetçilik ve akademik erteleme arasındaki ilişkiler*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Düşmez, İ. (2013). *Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma dayalı akademik erteleme davranışını önleme eğitim programının üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları üzerine etkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. New York: Signet Books.
- Emmett, R. (2003). *Sorumluluklarını geciktiren çocuklar* (T. Şahin, çev.). İstanbul: Kariyer Yayınları.
- Ener, T. G. (2021). *Yetişkinlerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul veya reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gedik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Engin, G. ve Genç, S. Z. (2020). Öğretmen adaylarının akıllı telefon ekran kullanım süreleri ile akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 18 (1); 314-325. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1016813>
- Erdoğan, A., Yılmaz, Y. ve Hocoğlu, Ç. (2021). Modern çağın yeni hastalığı: gelişmeleri kaçırma korkusu "FoMO" nedir? bir gözden geçirme. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology*, 3(3): 217-222. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.21.3.23>

- Erdoğan, P. ve Şanlı, Y. (2019). Gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya tutumları üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 2019, 22 (2) ,615-627. <https://doi.org/10.29249/selcuksbmyd.598768>
- Eşitti, Ş. (2015). Bilgi çağında problemlerli internet kullanımı ve enformasyon obezitesi: Problemlerli internet kullanımı ölçeğinin üniversite öğrencilerine uygulanması, *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 49(2): 75-97. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iuifd/issue/22900/245174>
- Fabris, M. A., Marengo, D., Longobardi, C. & Settanni, M.(2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, 106, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106364>
- Farran, B. (2004). *Predictors of academic procrastination in college students*. (Unpublished Doctoral Dissertation). Fordham University. ABD
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L. & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York : Plenum Press
- Fettahlioğlu, M. Ş., Ateş, N. B. ve Çıkmaz, G. (2019). Sosyal medya bağımlılığı ve nomofobi'nin akademik ertelemeye etkisi, *Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi*, 2019, 6(42), 2875-2896.
- Flett, G. L. & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional and treatment issues. Flett, G. L. & Hewitt, P. L.(Eds.). *Perfectionism: Theory, research and treatment*. (pp. 5-31) Washington, D.C. American Psychological Association
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update* (10a ed.) Boston: Pearson
- Gezgin, D. M., Hamutoğlu, B. N., Sezen Gültekin, G. ve Yıldırım, S. (2019). Öğretmen adaylarının akıllı telefon, mobil telefonsuz kalma korkusu (Nomofobi) ve gelişmeleri kaçırma korkusuna (FoMO) ilişkin algılarının metafor kullanılarak belirlenmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 733-783. <https://doi.org/10.14686/buefad.516540>

- Gökler, M. E. vd., Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeğinin Türkçe sürümünün geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2016, 17, 53-59, s.54.
- Gülebağlan, C. (2003). *Öğretmenlerin işleri son ana erteleme eğilimlerinin, mesleki yeterlilik algıları, mesleki deneyimleri ve branşları bakımından karşılaştırılmasına yönelik bir araştırma*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gwen, A., Benson, K., & Eva, M. P. (2005). The role of mothers' use of control in children's perfectionism: Implications for the development of children's depressive symptoms. *Journal Of Personality*, Vol. 73 (1) 23-46.
- Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, 2021 (2021, Ağustos). *Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni*, 37437. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2021-37437](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2021-37437)
- Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, 2020. (2020). Türkiye İstatistik Kurumu Resmi Sayfası. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679)
- Hawi, N. S. &, Samaha, M. (2017). The relations among social media addiction, selfesteem, and life satisfaction in university students. *Social Science Computer Review*, 35(5), 576-586. <https://doi.org/10.1177/0894439316660340>
- Hazar, M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı-bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 32, 151-176.
- He, S. (2017). A multivariate investigation into academic procrastination of university students. *Open Journal of Social Sciences*, 5(10), 12.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington: American Psychological Association.
- Hızarcı, Ö. (2018). *Problemlili cep telefonu kullanımı, sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (GKK), yaşam doyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin demografik*

- değişkenler açısından incelenmesi.* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hiçdurmaz, D. (2010). *Bilişsel-davranışçı grup danışmanlığının benlik algısı ve stresle baş etme biçimlerine etkisi.* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hoşgör, H., Koç Tütüncü, S., Gündüz Hoşgör, D. ve Tandoğan, Ö. (2017). Üniversite öğrencileri arasında sosyal medyadaki gelişmeleri kaçırma korkusu yaygınlığının farklı değişkenler açısından incelenmesi / Examination in terms of different variables of prevalence of fear of missing out among college students. *International Journal of Academic Value Studies.* 3(17), s. 213-223. ISSN:2149-8598
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L. & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology: Journal of psychosocial research on cyberspace,* 13(1), 1-17. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-1-4>
- Işık, B. G. (2019). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin psikolojik dayanıklılığının ve akademik erteleme düzeylerinin incelenmesi.* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Kağan, M. (2009). Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme davranışını açıklayan değişkenlerin belirlenmesi, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi,* 42/2, 133–128. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000001179
- Kağan, M. (2010). *Akılcı duygusal davranışsal yaklaşıma dayalı akademik erteleme davranışını önleme programının etkililiğinin değerlendirilmesi.* (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kandemir, M. (2010). *Akademik erteleme davranışını açıklayıcı bir model.* (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kandemir, M. (2012). Öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının, kaygı, başarısızlık korkusu, benlik saygısı ve başarı amaçları ile açıklanması, *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi / 2012,* 2(4), 81-88.

- Kandemir, M., Palancı, M., İlhan, T. ve Avcı, M. (2017). Sınıf tekrarı yapan öğrencilerin akademik erteleme nedenleri, *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2017, 19(2), 285-30. <https://doi.org/10.17556/erziefd.334989>
- Karahisar, T. (2019). *Sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik başarıya olan etkisi üzerine bir analiz: Bakırköy Anadolu Lisesi örneği*. Babacan, H., Unvan, A. Y. ve Özcan, T. (Ed), ERASMUS Eğitim ve Sosyal Bilimlerde Uluslar arası Akademik Çalışmalar Sempozyumu. 5-6 Nisan 2019, İzmir, Türkiye.
- Karatay, S. (2018) *Hyperconnectivity kavramı bağlamında mobil sosyal medya uygulamaları: Nomofobi ve FoMO rahatsızlıklarına yönelik bir araştırma*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kartol, A., Peker, A. (2020). Ergenlerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (Fomo) yordayıcılarının incelenmesi, *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 2020, 15(21), 454-474. <https://doi.org/10.26466/opus.628081>
- Kaya, F. ve Peker, A. (2016). Üniversite öğrencilerinin affetme ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki: Duygusal zekânın aracı rolü. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 15 (4), 1086-1094. <https://doi.org/10.21547/jss.265492>
- Khan, M.J., Arif, H., Noor, S. S., & Muneer, S. (2014). Academic procrastination among male and female university and college students. *FWU Journal of Social Sciences*, 8(2), 65-70.
- Kızılkaya Cumaoğlu, G. ve Diker Coşkun, Y. (2012). Öğretmenlerin akademik erteleme davranışı ile teknoloji kullanım durumları arasındaki ilişki, *International Periodical For The Languages, Literature And History of Turkish or Turkic*, 7/4, 2237-2247. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.4140>
- Kljajic, K., Gaudreau, P. & Franche, V. (2017). An investigation of the 2×2 model of perfectionism with burnout, engagement, self-regulation, and academic achievement. *Learning and Individual Differences*, 57, 103-113. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2017.06.004>
- Kocalar, H. E. (2019). *Öz eleştirel ruminasyon ölçeğinin psikometrik özelliklerinin incelenmesi ve üniversite öğrencilerindeki mükemmeliyetçilik ile akademik erteleme*

- ilişkilerinde öz eleştirel ruminasyonun aracılık rolü.* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Köroğlu, A. (2008). *Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile rekabetçi tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kutlu, M. ve Demir, Y. (2016). *Ergenlerdeki akademik erteleme davranışının incelenmesi, Hedefe Doğru İnsan Psikolojik Danışma ve Rehberlik 2 (PDR Sempozyumu),* 378-385
- Kutlu, M. ve Demir, Y. (2017). İnternet bağımlılığı, akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişkiler, *International Journal of Social Science III, 2017, 61 ,* 91-105.
- Kuzu, A., Tozkoparan, B. S. (2019). Öğretmen adaylarının gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) düzeyleri ve siberaylaklık davranışları arasındaki ilişki. *Anadolu Journal of Educational Sciences International, 2019; 9(1):* 87-110. <https://doi.org/10.18039/ajesi.520825>
- Küçü, E. (2018). *Lise öğrencilerinde mükemmeliyetçilik, ihtiyaç doyumu ve psikolojik iyi-oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi.* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Nartgün, Ş. ve Çakır, M. (2014). Lise öğrencilerinin akademik başarılarının akademik güdülenme ve akademik erteleme eğilimleri açısından incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi 3(3),* 379-391. ISSN: 2146-9199
- Odacı, H. ve Kaya, F. (2019). Mükemmeliyetçilik ve umutsuzluğun akademik erteleme davranışı üzerindeki rolü: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi 9(1),* 43-51. <https://doi.org/10.5961/jhes.2019.308>
- Oxford (2017). *Definition of FoMO.* Erişim Tarihi: 28 Temmuz 2021, <https://www.lexico.com/definition/fomo>
- Özcan, H. M. (2019). *Kişilik özellikleri ile sanal kaytarma davranışı arasındaki ilişkide gelişmeleri kaçırma korkusunun (GKK) rolü.* (Doktora tezi). Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Özer, A. ve Altun, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme nedenleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1(21),* 45-72.

- Özer, U. B. (2009). Bir grup lise öğrencisinde akademik erteleme davranışı: Sıklığı, olası nedenleri ve umudun rolü, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 2009, 4 (32), 12-19.
- Pirinççi, L. N. (2009). *Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29, 1814-1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- 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.
- Rashmei, M., & Khosravi, A. A. (2016). The role of online social networks in academic procrastination of junior high school students (Case study: District 4 of Tehran, Iran). *International Journal of Humanities and Cultural Studies (IJHCS)* ISSN 2356-5926, 1525-1535.
- Saltürk, A. (2021). *Lise öğrencilerinin akademik yönelimlerinin belirlenmesinde mükemmeliyetçilik özellikleriyle başarı amaç yöneliminin etkisi*. (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Saraç, Y. (2019). 2018 YKS yükseköğretime geçişte il - bölge başarıları ve nüfus hareketliliği. https://www.yok.gov.tr/Documents/Yayinlar/Yayinlarimiz/2018_YKS_il_karnesi.pdf
- Sarioğlu, A. F. (2011). *Öğretmen adaylarının akademik erteleme eğilimi ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Seymen, F. A. (2017). Y ve Z kuşak insanı özelliklerinin milli eğitim bakanlığı 2014-2019 stratejik programı ve Tübitak vizyon 2023 öngörülerini ile ilişkilendirilmesi, *Kent Akademisi | Kent Kültürü ve Yönetimi Hakemli Elektronik Dergi*, 10/4, 467-489.

- Sezgin, A. A. ve Karabacak, Z. A. (2019). Dijital çağda korku ve keyfin yeni tanımı: FoMO ve JoMO. *Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi İletişim Fakültesi Süreli Elektronik Dergi*, 49 (1), 1-11.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001), The revised almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-146. <https://doi.org/10.1080/07481756.2002.12069030>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Stoeber, J. (Ed.). (2017). *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications*. London: Routledge.
- Şahin, L. Y. (2020). Facebook sosyal ağ kullanıcılarının akademik erteleme davranışları ile eğitsel ortamlardaki siber aylıklık durumlarının incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1): 629-666. DOI:10.29299/kefad.2020.21.01.017
- Şendoğan, B. (2020). *Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme ve akılcı olmayan inançlar*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Şimşek, M. (2018). *Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile mükemmeliyetçilik ve olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki ilişkilerde benlik saygısının aracı rolü*. (Yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Şimşek, M. ve Kaya, A. (2019). Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolü, *Okul Psikolojik Danışmanlığı Dergisi* 2(2),95-121.
- Şirin, B. A. (2011). *Mükemmeliyetçilikle ilgili psikoeğitim programının ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ve akademik başarılarına etkisi*. (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.) Pearson,

- Tanrikulu, M. (2013). *Ergenlerin akademik erteleme davranışlarıyla benlik saygılarının incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Taşdemir, E. (2017). *Sosyal medya iletişimi*. Ankara: Gece Kitaplığı.
- Tengour, Z. İ. (2019). *Sosyal paylaşım sitelerinin sosyal ilişkilere etkisi üzerine bir araştırma: kocaeli üniversitesindeki facebook kullanıcıları üzerine örnek çalışma*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Tayız, V. (2018). *Üniversite öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Toker, B. (2014). *Bilişsel davranışçı kurama dayalı olarak geliştirilen akademik erteleme davranışıyla baş etme beceri eğitimi psiko eğitim grup yaşantısının üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarına etkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Traş, Z. ve Öztemel, K. (2019). Facebook yoğunluğu, gelişmeleri kaçırma korkusu ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 6, 91–113. <https://doi.org/10.15805/addicta.2018.6.1.0063>
- Türk, T. (2020). *Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ile sosyal medya kullanım tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi; İstanbul ili Şişli ilçesi örneği*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Türkçapar, M. H. (2007). *Bilişsel terapi: Temel ilkeler ve uygulama*. HYB Yayıncılık, Ankara.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2021). *Son üç ay içinde bireylerin yaş grubuna ve cinsiyetine göre bilgisayar ve internet kullanım oranları*.
- Uçar, H. (2020). Uzaktan eğitimde akademik erteleme davranışını ve akademik erteleyicileri anlamak. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 40-55. <https://hdl.handle.net/11421/24999>
- Uzun, B. ve Demir, A. (2015). Erteleme: Türleri, bileşenleri, demografik etkenler ve kültürel farklılıklar. *Ege Eğitim Dergisi*, (16)1, 106-112. <https://doi.org/10.12984/eed.09571>

- Ünal, Ç. (2019). *Çevrimiçi sosyal destek ve gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal anksiyete bozukluğu belirti düzeyi arasındaki ilişkinin açıklanmasında sosyal medya bağımlılığı ve sosyal medya yorgunluğunun aracı rolü*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yalçın, S. (2019). *Ergenlerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu, başarı ve yalnızlık değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yavuz, M. (15 Eylül 2015). Gelişmeleri Kaçırma Korkusu FOMO, Gençleri Esir Aldı. <https://www.reemnp.com/gelismeleri-kacirma-korkusu-fomo-gencleri-esir-aldi>
- Yıldırım, S. ve Kışioğlu, A. N. (2018). Teknolojinin getirdiği yeni hastalıklar: Nomofobi, Netlessfobi, FoMO. *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4): 473-480. <https://doi.org/10.17343/sdutfd.380640>
- Yu, J. H., Chae, S. J. & Chang, K. H. (2016). The relationship among self-efficacy, perfectionism and academic burnout in medical school students. *Korean Journal of Medical Education*, 28, 49-55. <https://doi.org/10.3946/kjme.2016.9>
- Yuen, L. J. (2019). *The relationship between academic motivation and academic procrastination among university students*. (Unpublished thesis). Tunku Abdul Rahman University College, Faculty of Social Science and Humanities, Kuala Lumpur.
- Yurdakul, A. N. (2017). *Ertelemeciliğin rahatsızlığa dayanıksızlık ve mükemmeliyetçilikle ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Yücel, C. (2019). *Güzel sanatlar lisesi müzik bölümü öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve akademik erteleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

EKLER

EK 1: Kişisel Bilgi Formu

Sevgili öğrenciler,

Lise öğrencilerinin akademik erteleme, mükemmeliyetçi düşünceler ve FoMO (eksik kalma korkusu) davranışlarını incelemek amacıyla bir araştırma yapılmaktadır. Bu amaç doğrultusunda kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Aşağıdaki maddelere kendinize en uygun cevabı vermeniz ve tüm soruları cevaplamanız bu araştırmanın güvenilirliği açısından çok önemlidir. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece bu araştırma için kullanılacaktır. Lütfen bütün sorulara cevap veriniz. Araştırmaya gönüllü katılımınız için teşekkürler.

Gözde COŞKUN

Hasan Kalyoncu Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Cinsiyetiniz nedir? Kız Erkek
2. Yaşınız: 14 15 16 17 18 19
3. Öğrenim gördüğünüz il hangisidir?
Gaziantep Şanlıurfa Diyarbakır Mardin Batman
Adıyaman Kilis Siirt Şırnak
4. Öğrenim gördünüz lise türü nedir?
 Anadolu Lisesi Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi
 İmam Hatip Lisesi Sosyal Bilimler Lisesi Fen Lisesi
5. Sınıf düzeyiniz nedir? Hazırlık 1 2 3 4
6. Sosyal medya sitelerini kullanım sıklığınız nedir?
 Her gün bir defa Her gün birkaç kez
 Haftada birkaç kez Kullanmıyorum
7. Sosyal medya programlarından en çok hangisini/hangilerini kullanıyorsunuz? (Birden fazla maddeyi seçebilirsiniz.)
Facebook Instagram Twitter Tiktok Snapchat Messenger Whatsapp
Youtube Pinterest LinkedIn Skype Hiçbiri Diğer

8. En çok ne amaçla internet kullanmaktasınız?
Oyun oynamak Müzik dinlemek Film/dizi/video izlemek
Sosyal medyayı kullanmak Eğitim(ödev/araştırma yapmak,..) Diğer
9. Koronavirüs pandemisinde önce internet kullanımının sıklığınız nedir?
Her gün bir defa Her gün birkaç kez
Haftada birkaç kez Kullanmıyordum
10. Koronavirüs pandemisinde internet kullanımının sıklığınız nedir?
Her gün bir defa Her gün birkaç kez
Haftada birkaç kez Kullanmıyorum
11. Hangi iletişim aracına/araçlarına sahipsiniz? (Birden fazla maddeyi seçebilirsiniz.)
Tuşlu telefon Akıllı telefon Tablet Laptop/Bilgisayar Hiçbiri
12. Bir dönem önce derslerinizin puan ortalaması kaçtır?
0-49 50-74 75-84 85-100
13. Annenizin eğitim durumu nedir?
İlkokul Ortaokul Lise
Önlisans Lisans Diğer
14. Babanızın eğitim durumu nedir?
İlkokul Ortaokul Lise
Önlisans Lisans Diğer

EK 2: Akademik Erteleme Ölçeği (AEÖ)						
<p>Bu ölçeğin amacı sizin ders çalışma alışkanlıklarınızı belirlemektir. Aşağıda bazı ifadeler verilmiştir. Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup sizi ne kadar tanımladığını aşağıdaki ölçekten yararlanarak maddelerin yanındaki sayıların üzerine (X) işareti koyarak belirleyiniz.</p>		Beni hiç yansıtmıyor	Beni çok az yansıtmıyor	Beni biraz yansıtmıyor	Beni çoğunlukla yansıtmıyor	Beni tamamen yansıtmıyor
1	Derslerimi düzenli olarak çalışırım.					
2	Ödevlerimi/projelerimi genellikle son belirlenen tarihte yetiştiririm					
7	Derslere hazırlanarak gelirim					
8	Sıkıcı derslere çalışmayı son ana bırakırım					
9	Herhangi bir dersle ilgili verilen okumaları derse okumuş olarak gelirim					
10	Ders çalışırken bir şey yapmak, birisiyle konuşmak, çay ya da kahve içmek vb. için sık sık ara veririm					
18	Ödevlerimi/projelerimi yapmayı önemsiz gerekçelerle son güne bırakırım					
19	Ben derslerimi çalışmayı son ana bırakan ancak bir daha ki sefere çalışmaya zamanında başlayacağım diyen bir öğrenciyim					

EK 3: Çocuk Ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Sevgili öğrenci, aşağıda bazı cümleler yer almaktadır. Bu cümleleri okuyarak seni en iyi tanımlayan rakamı **yuvarlak içine al**. Doğru yanıtlar vermen, araştırmadan sağlıklı sonuçlar elde etmek için çok önemlidir. LÜTFEN HİÇBİR SORUYU BOŞ BIRAKMA !

Eğer okuduğun cümle senin için **hiç uygun değilse** 1'i yuvarlak içine al.

Eğer okuduğun cümle senin için **çoğunlukla uygun değilse** 2'yi yuvarlak içine al.

Eğer okuduğun cümle senin için **ne doğru ne yanlışsa** 3'ü yuvarlak içine al.

Eğer okuduğun cümle senin için **çoğunlukla doğruysa** 4'ü yuvarlak içine al.

Eğer okuduğun cümle senin için **çok doğruysa** 5'i yuvarlak içine al.

Teşekkürler..☺

		Yanlış					Doğru				
1	Yaptığım her şeyin mükemmel olmasına çalışırım.	1	2	3	4	5					
2	Yaptığım her şeyde en iyi olmak isterim.	1	2	3	4	5					
7	İnsanlar benden yapabileceğimden daha fazlasını bekliyorlar.	1	2	3	4	5					
8	Bir hata yaptığımda kendime çok kızarım.	1	2	3	4	5					
13	Yaptığım her şey mükemmel olmalı.	1	2	3	4	5					
14	Öğretmenler ödevimin mükemmel olmasını bekliyorlar.	1	2	3	4	5					
15*	Yaptığım her şeyde en iyisi olmak zorunda değilim.	1	2	3	4	5					
18	İnsanların benden çok şey istediklerini hissediyorum.	1	2	3	4	5					

EK 4: FOMO Ölçeği

		Beni hiç yansıtmıyor	Beni çok az yansıtmıyor	Beni biraz yansıtmıyor	Beni çoğunlukla yansıtmıyor	Beni tamamen yansıtmıyor
1	Başkalarının benden daha tatminkar yaşantılara sahip olmalarından endişe ederim.	()	()	()	()	()
5	Yaptıkları şakalardan, arkadaşlarımla kim olduklarını anlamak benim için önemlidir.	()	()	()	()	()
9	Önceden planlanmış bir arkadaş toplantısını kaçırmış olmak beni rahatsız eder.	()	()	()	()	()
10	Tatil de bile olsam, arkadaşlarımla neler yaptıklarını yakından takip ederim.	()	()	()	()	()

EK 5: İnsan Araştırmaları Etik Kurulu İzin Yazısı



T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU KARARI

Sayı : E--804.01-2102020036
Konu : Etik Kurul Hak.

Tarih:02.02.2021

Çalışmanın Türü:	Yüksek Lisans Tezi
Konu:	Anket Uygulama
Başlık:	"Lise Öğrencilerinde Mükemmeliyetçi Düşünceler ve FoMo'nun (Eksik Kalma Korkusunun) Akademik Ertelemeyi Yordamadaki Rolü"
Yürütücü / Danışman:	Dr. Öğr. Üyesi Gökçen AYDIN
Yazar:	Gözde COŞKUN
Karar:	Olumlu

Prof. Dr. Şener BÜYÜKÖZTÜRK
Etik Kurul Başkanı

Prof. Dr. Mazlum ÇELİK
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Özge HACİFAZLIOĞLU
Üye

Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Gül Rengin
KÜÇÜKERDOĞAN
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Osman Tolga ARICAK
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Osman Tolga ARICAK
Etik Kurul Üyesi

Ekler:

- 1-Etik_GözdeCoskun.pdf (Elektronik Ek)
- 2-Gözde etik 1.pdf (Elektronik Ek)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu **384806f8**

Belge Doğrulama Adresi: <http://ebys.hku.edu.tr/Dogrulama/Index>

Adres :Havaalanı Yolu Üzeri 8.Km - Şahinbey / GAZİANTEP

İrtibat:Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü/öğr

Tel / Fax :+90 342 211 80 91 / +90 342 211 80 92

Web sbe.hku.edu.tr

Keş Adresi :hasankalyoncu.univ@hs01.kep.tr

e-Posta sbe@hku.edu.tr

