

**T.C.**  
**BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI**  
**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI**

**ORTAÖĞRETİMDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN ZAMAN  
YÖNETİMİ DÜZEYLERİ**

**DERYA DENİZ**

**BOLU – 2019**

**T.C.**  
**BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI**  
**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI**

**ORTAÖĞRETİMDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN ZAMAN**  
**YÖNETİMİ DÜZEYLERİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Hazırlayan**  
**Derya DENİZ**

**Danışman**  
**Dr. Öğr. Üyesi Gülsen ÖZCAN**

**BOLU, TEMMUZ 2019**

## YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Derya DENİZ tarafından hazırlanan "Ortaöğretim Düzeyinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Zaman Yönetimi Düzeyleri" adlı çalışma, jürimiz tarafından Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir. (19.07.2019)

### Akademik Unvan ve Adı Soyadı

İmza

Üye (Tez Danışmanı) : Dr. Öğr. Üyesi Gülşen ÖZCAN

Üye : Dr. Öğr. Üyesi İqıl AKTAĞ

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Müherra ÇELEBİ

Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nün Onayı

Prof. Dr. Türkan ARGON  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

## ETİK İLKELERE UYGUN OLDUĞUNA DAİR BEYAN

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum, “Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Zaman Yönetimi Düzeyleri” başlıklı çalışmanın yazılmasında bilimsel ve etik kurallara uyduğumu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda atıfta bulunduğumu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, tezin tamamını ya da bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitede tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim. 27/06/2019

Derya DENİZ

## TEŞEKKÜRLER

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi düzeylerinin araştırıldığı bu çalışmada bilimsel bakış açısı ve yapıcı yönlendirmeleriyle tezi bitirme sürecimde beni motive ederek, büyük katkı sağlayan, her daim desteğini ve güvenini üzerimde hissettiğim değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Sayın Gülsen ÖZCAN'a,

Veri toplama sürecinde emeği geçen öğretmenlerime ve gönüllü olarak çalışmama katılan tüm katılımcılara,

Ayrıca çalışmamın her aşamasında desteklerini benden esirgemeyen aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

## İÇİNDEKİLER

ETİK İLKELERE UYGUN OLDUĞUNA DAİR BEYAN .....	i
TEŞEKKÜRLER .....	ii
İÇİNDEKİLER .....	iii
KISALTMALAR DİZİNİ .....	ix
ÖZET .....	ix
ABSTRACT .....	xii
<b>I. BÖLÜM</b>	
1. Giriş .....	1
1.1. Araştırmanın Amacı .....	3
1.2. Araştırmanın Önemi .....	3
1.3. Araştırmanın Problem Cümlesi .....	4
1.3.1. Alt problemler .....	4
1.4. Sayıtlılar .....	4
1.5. Sınırlılıklar .....	5
1.6. Tanımlar .....	5
<b>II. BÖLÜM</b>	
2. Kuramsal Temeller ve Literatür Taraması .....	6
2.1. Kuramsal Temeller .....	6
2.1.1. Zaman kavramının tanımı .....	6
2.1.2. Zaman algısı .....	7
2.1.2.1. Sübjektif zaman algısı .....	7
2.1.2.2. Objektif zaman algısı .....	7
2.1.3. Zaman türleri .....	8
2.1.3.1. Objektif (nesnel) zaman .....	8
2.1.3.2. Sübjektif (psikolojik) zaman .....	8
2.1.3.3. Biyolojik zaman .....	8
2.1.3.4. İşletme (örgüt) açısından zaman .....	9
2.1.3.5. Yönetim açısından zaman .....	9
2.1.3.6. İktisat açısından zaman .....	9
2.1.3.7. Sosyolojik açıdan zaman .....	9
2.1.3.8. Hukuk açısından zaman .....	9

2.1.4.	Zaman yönetimi tanımı ve önemi.....	10
2.1.5.	Zaman yönetimi süreci.....	12
2.1.5.1.	Zaman kullanım analizi (zaman cetveli) .....	12
2.1.5.2.	Zaman problemlerini tanımlama.....	13
2.1.5.3.	Kendini tanımlama.....	13
2.1.5.4.	Amaç ve öncelikleri belirleme.....	13
2.1.5.5.	Program hedeflerini uygulama planlarına aktarma.....	14
2.1.5.6.	Günlük programlar ve rehberler hazırlama .....	15
2.1.5.7.	Zaman yönetimi tekniklerini geliştirme .....	16
2.1.5.8.	Sürecin izlenmesi ve yeniden analizi .....	17
2.1.6.	Zaman yönetimi ilkeleri.....	17
2.1.7.	Zaman yönetiminde farklı yaklaşımlar .....	18
2.1.7.1.	Düzenli yaşam (kendini toparla) yaklaşımı .....	18
2.1.7.2.	Savaşçı yaklaşım (hayatta kalma ve bağımsız üretim) .....	19
2.1.7.3.	ABC yaklaşımı.....	20
2.1.7.4.	Sihirli araç yaklaşımı (teknoloji) .....	20
2.1.7.5.	Beceri yaklaşımı.....	21
2.1.7.6.	Hedef belirleme yaklaşımı.....	21
2.1.7.7.	İyileştirme (rehabilitasyon) yaklaşımı.....	22
2.1.7.8.	Kendini akıntıya bırak yaklaşımı .....	22
2.1.8.	Zaman tuzağı kavramı .....	23
2.1.8.1.	Kişiden kaynaklanan zaman tuzakları.....	23
2.1.8.1.1.	Öz disiplin yokluğu.....	23
2.1.8.1.2.	Bireysel hedeflerin belirsizliği.....	24
2.1.8.1.3.	Erteleme ve oyalama.....	24
2.1.8.1.4.	Kendine aşırı güven veya güvensizlik .....	25
2.1.8.1.5.	Hayır diyememek ve aşırı sosyallik .....	26
2.1.8.1.6.	Hafife alma ve önyargılar.....	26
2.1.8.1.7.	Önceliklerin belirsizliği.....	27
2.1.8.1.8.	Stres ve zaman baskısı .....	27
2.1.8.1.9.	Olumsuz kişisel tutum.....	28
2.1.8.1.10.	Alışkanlıkların kontrolünde olmak .....	28
2.1.8.1.11.	Kararsızlık .....	28
2.1.8.1.12.	Güç (zor) olandan kaçınmak.....	29

2.1.8.1.13. Sigara kullanmak.....	29
2.1.8.2. İşten ve çevreden kaynaklanan zaman tuzaqları.....	30
2.1.8.2.1. Telefon görüşmeleri.....	30
2.1.8.2.2. Beklenmedik ziyaretçiler.....	30
2.1.8.2.3. Rutin ve gereksiz işler.....	30
2.1.9. Eğitim ve okullarda zaman yönetimi.....	31
2.2. Literatür Taraması.....	33
2.2.1. Konu ile ilgili yurt içi araştırmalar.....	33
2.2.2. Konu ile ilgili yurt dışı araştırmalar.....	38
2.2.3. Konu ile ilgili farklı alanlarda yapılan çalışmalar.....	40
<b>III. BÖLÜM</b>	
3. Yöntem.....	48
3.1. Araştırmanın Modeli.....	48
3.2. Evren ve Örneklem.....	48
3.3. Veri Toplama Aracı.....	51
3.4. Verilerin Toplanması.....	52
3.5. Verilerin Analizi.....	53
<b>IV. BÖLÜM</b>	
4. Bulgular.....	54
4.1. Birinci Alt Probleme Ait Bulgular.....	54
4.2. İkinci Alt Probleme Ait Bulgular.....	58
4.3. Üçüncü Alt Probleme Ait Bulgular.....	60
4.4. Dördüncü Alt Probleme Ait Bulgular.....	63
<b>V. BÖLÜM</b>	
5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler.....	65
5.1. Tartışma.....	65
5.2. Sonuçlar.....	75
5.3. Öneriler.....	76
5.3.1. Araştırmayla ilgili öneriler.....	76
5.3.2. İleride yapılacak araştırmalara öneriler.....	77
KAYNAKÇA.....	78
<b>EKLER</b>	
EK – 1. Zaman Yönetimi Ölçeği Kullanım İzni (ZYÖ).....	91



EK – 2. Zaman Yönetimi Ölçeği (ZYÖ).....	92
EK – 3. Etik Kurul İzin Yazısı .....	94
EK – 4. Bolu Valilik Oluru ve Ekleri .....	95
EK – 5. Özgeçmiş .....	98



## TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 2.1. Temel faaliyet planı .....	14
Tablo 2.2. Haftalık plan tablosu .....	15
Tablo 2.3. Günlük plan tablosu .....	16
Tablo 3.1. Ortaöğretim öğrencilerinin okul türüne göre dağılımları .....	49
Tablo 3.2. Ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyete göre dağılımları .....	49
Tablo 3.3. Ortaöğretim öğrencilerinin sınıf düzeyi dağılımları .....	50
Tablo 3.4. Ortaöğretim öğrencilerinin okulda veya kulüpte lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre dağılımları .....	50
Tablo 4.1. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi toplam puan ortalamalarına ilişkin betimsel istatistiği .....	54
Tablo 4.2. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının öğrenim gördükleri okul türüne göre betimsel istatistiği .....	55
Tablo 4.3. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının öğrenim gördükleri okul türüne göre karşılaştırılması .....	56
Tablo 4.4. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının öğrenim gördükleri okul türüne göre Tukey fark tablosu .....	57
Tablo 4.5. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının cinsiyete göre karşılaştırılması .....	59
Tablo 4.6. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının sınıf düzeyine göre betimsel istatistiği .....	60
Tablo 4.7. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının sınıf düzeyine göre karşılaştırılması .....	61
Tablo 4.8. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının sınıf düzeyine göre Tukey fark tablosu .....	62
Tablo 4.9. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının lisanslı spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması .....	63

## ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 2.1. Etkin zaman yönetimi süreci .....	12
--	----



## KISALTMALAR DİZİNİ

Maksimum : Max.

MEB : Milli Eğitim Bakanlığı

Minimum : Min.

ZYÖ : Zaman Yönetimi Ölçeği



## ÖZET

### ORTAÖĞRETİMDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN ZAMAN YÖNETİMİ DÜZEYLERİ

Deniz, Derya

Yüksek Lisans Tezi

Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı

Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Gülsen ÖZCAN

Temmuz, 2019, 98 sayfa

Bu çalışmayla Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın örneklemini Bolu Merkez İlçe'deki ortaöğretimde öğrenim gören, 1861 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada kullanılan Zaman Yönetimi Ölçeği Bolu Merkez İlçe'de bulunan 10 ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilere uygulanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Britton ve Tesser (1991) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Alay ve Koçak (2002) tarafından yapılan "Zaman Yönetimi Ölçeği" kullanılmıştır. ZYÖ' nin Zaman Planlaması (16 madde), Zaman Tutumları (7 madde), Zaman Harcattırıcılar (4 madde) olmak üzere üç alt boyutu ve toplam 27 maddesi bulunmaktadır. Ölçek beşli likert tipindedir ve uygulanan grup ölçekte her bir madde için "Her Zaman (5)", "Sık sık (4)", "Bazen (3)", "Nadiren (2)" ve "Hiç (1)" seçeneklerinden kendileri için en uygun olanı işaretlemektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 27, en yüksek puan 135'dir.

Araştırmadan elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPSS programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde yüzde (%), frekans (f) ve aritmetik ortalama ( $\bar{X}$ ) değerlerinden faydalanılmış, sonrasında elde edilen bulgular

yorumlanmıştır. Bu araştırmadaki verilerin arpıklık ve basıklık değerleri -1,5 ve +1,5 arasında yer aldığından normal dağılım gösterdiği kabul edilerek, iki ilişkisiz örneklemin karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t-testi, ikiden fazla ilişkisiz örneklemin karşılaştırılmasında ise tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizinde farklılık oluşturan grupları belirlemek amacıyla Tukey HSD oklu Karşılaştırma Testi kullanılmıştır. Yapılan yorumlarda anlamlılık düzeyi ( $p < 0.05$ ) olarak belirlenmiştir.

Araştırmada sonuç olarak okul türü, cinsiyet, sınıf düzeyi ve okulda veya kulüpte lisanslı olarak spor yapma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Bu farklılıklar; okul türüne göre genel zaman yönetimi ve alt boyut puanlarının arasında anlamlı fark belirlenmiştir ( $p < 0,05$ ). Cinsiyete göre genel zaman yönetiminin; zaman planlaması, zaman tutumları ve zaman harcattırıcılar alt boyutlarında anlamlı fark elde edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Sınıf düzeyine göre; genel zaman yönetiminin zaman planlaması ve zaman harcattırıcılar alt boyut puanları arasında anlamlı fark belirlenmiştir ( $p < 0,05$ ). Ayrıca spor yapma durumuna göre genel zaman yönetimi ve alt boyut puanları arasında anlamlı fark ortaya çıkmıştır ( $p < 0,05$ ).

**Anahtar Kelimeler:** Ortaretim, Zaman, Zaman Yönetimi, Zaman Planlaması, Zaman Tuzakları.

**ABSTRACT****TIME MANAGEMENT LEVELS OF THE STUDENTS STUDYING AT  
SECONDARY EDUCATION**

Deniz, Derya

Master Degree, Institute of Education Sciences,

Pyshical Education Teaching Department

Education Department of Pyshical Education

Thesis Advisor: Asist. Prof. Gülsen ÖZCAN

July, 2019, 98 pages

In this study, it is aimed at searching the time management levels of students who are studying at secondary. 1861 students, studying at the secondary school in Bolu central district, exemplify the study.

The Time Management Scale used in the study is applied on 10 secondary education students in the central district of Bolu. Time Management Scale, was developed by Britton and Tesser and adaptation in Turkish version Alay and Koçak, is used as the data collection tool. ZYÖ has three sub-dimensions and including time scheduling (16 articles), time attitudes (7 articles), time-consumers (4articles) and a total of 27 articles.

The scale is in quinary likert type and the applied group mark the most compatible one in the scale such as “Always (5)”, “Frequently (4)”, “Sometimes (3)”, “Rarely (2)” and “None (1)”. In addition, the highest point is 135, the lowest point is 27 in the scale.

The data obtained from the study is analyzed using SPSS program in computer environment. Percentage, frequency and arithmetic mean values are used to be able to analyze the data, afterwards, The findings obtained is interpreted. The data in this study is considered to be in normal distribution owing to the skewness and kurtosis values between -1.5 and +1.5, and on the one hand independent groups T-test is used to compare two unrelated samples, on the other hand, Anova Test (one-way variance analysis) is used to compare more than two unrelated samples. Tukey HSD Multi-

Mixing Test was applied to determine the groups that differ in Anova tests. The level of significance is determined as ( $p < 0.05$ ) in the comments.

As a result, statistically significant difference is found in terms of school type, gender, grade level and ability of sporting ( $p < 0.05$ ).

These differences; According to the school type, there is a significant difference between the general time management and sub-dimension plans. General time management in terms of gender; A conspicuous difference observed is in sub-dimensions of time planning, time attitudes and time-spenders. According to class levels; A significant difference is observed between the time schedule of the general time management and the time-consumer sub-dimensions. Furthermore, A substantial difference emerged between the general time management and the sub-dimension scores according to the sporting situation.

**Key words:** Secondary Education, Time, Time Management, Time Planning, Time Traps.





# I. BÖLÜM

## 1. Giriş

Modern yönetim anlayışında zaman, üretimin önemli bir faktörü olarak kabul edilmekte ve yatırımlar arasında büyük bir paya sahip kaynak olarak düşünülmektedir (Webber, 1972). Zaman, değeri en az anlaşılan ve kötü kullanılan kaynaklardan biri olduğu söylenebilir. Bunun nedeni zaman kavramının bireyler tarafından açık ve net anlaşılmasından kaynaklanabilir. Zaman diğer kaynaklardan bağımsız olarak akıp gitmekte iken ender bulunan bu kaynağın sürekli işlemesi, bireylerin zamanı mümkün olduğunca etkin ve verimli kullanması ihtiyacını doğurabilir. Bireylerin günümüzdeki hızlı gelişmeler ve bilim ile teknoloji alanındaki değişimlere ayak uydurabilmesi ve kısıtlı olan zamanı en yüksek verimlilikle kullanabilmesi plan yapma gereksinimini zorunlu kılması durumunu ortaya çıkarabilir.

Zamanın özelliklerine bakıldığında; durdurulamaması, geriye döndürülememesi, depolanamaması, parayla satın alınamaması, satılamaması, değiştirilememesi gibi özelliklerinden dolayı hiçbir kaynağa benzemez. Zamanın yerini alabilecek başka bir muadili yoktur. Zaman sadece harcanabilen bir kaynaktır (Mackenzie, 1989).

Zamanın nasıl daha verimli kullanılacağı sorusu çoğu insanın zamanlarını kullanırken karşılaştığı sorundur. Zamanda verimliliği elde etmek için, üretim yeteneğini en üst seviyeye çıkararak yapılan işe ayrılan zamanı en aza indirmek gerekmektedir (Eren, 1996).

Hedef ve amaçlara planlanan zaman dilimi içerisinde ulaşabilmek, bu süreç içerisinde karşılaşılabilecek kişisel ve çevresel zaman tuzaklarının üstesinden gelebilmek, bireylerin beklenmedik işler karşısında önlemlerini alabilmesi gibi durumlar zaman yönetiminin önemini ortaya koyabilir. Günümüzde zaman yönetimi veya zaman kullanımı kişiler açısından çok büyük bir önem taşıdığı düşünülmektedir. Zaman yönetimi deyince akla sadece zaman kontrolü gelmemelidir, ancak zamanın kontrolü kişilerin yaşam kalitesini arttırmayı sağlayan önemli unsurlardandır (Alay,

2000). Bireyin belirlenen zaman dilimi içerisinde, istenilen hedef ve amaçlara ulaşabilmesi zamanın etkili ve verimli bir şekilde kullanılmasına bağlıdır. Zamanın etkin ve verimliliği ise bireyin kendisine, özel ve çalışma yaşantısına, dinlenme ve eğlenmesine, bireysel ihtiyaçlarının giderilmesine ayırdığı zamanı dengelemesiyle mümkündür (Karaküçük, 2017; Tekin, 2015).

Zaman tüm bireylere eşit bir şekilde dağıtılmış (Karaoğlan, 2006), kontrol edilmesi zor bir kaynaktır. Bireyler özel ve iş hayatında yalnızca kendini ve kendi zamanını yönetmelidirler. Hayatta başarılı bir birey olabilmenin ön koşulu zamanı iyi kullanmaktır. Bu nedenle zaman yönetimini iyi bilmek gerekir, bilmek kadar bunu uygulamak da çok önemlidir (Yeşil, 2009). Bireyler için zamanın ne kadar olduğundan çok sahip olunan bu zaman içerisinde neler yapılabildiği önemlidir. Peter F. Drucker 'ın bakış açısı "Zaman en az bulunan kaynaktır, eğer o doğru yönetilmiyorsa hiç bir şey yönetilmiş sayılmaz" şeklindedir (Mackenzie, 1989).

Zaman yönetimi birçok etkinliği bir arada yürütebilecek şekilde planlama yapmak ile mümkündür (Özgen, 2000). Ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin, geleceklere yön verebilmeleri ve hayatlarında başarılı olabilmeleri için hedefler belirlemesi ve bu doğrultuda çeşitli sorumluluklar almaları gerektiği düşünülmektedir. Eğitimde, zaman yönetiminin önemi burada ortaya çıkmaktadır. Nasıl ki eğitimde belirlenen hedef davranışlara ulaşmak için önceden planlanmış bir müfredat var ve bu müfredat belirlenen zaman diliminde öğrencilere veriliyorsa, öğrencilerde kendileri için belirlediği hedef ve amaçlara ulaşmak için kendilerince plan yaparak zamanlarını yönetebilmelidirler. Günlük veya haftalık olarak zamanın nasıl tüketildiği ile ilgili veri toplanmalı ve bu veriler analiz edilerek zaman kullanımıyla ilgili nerede hata yapıldığı belirlenmeli ve bu durumun giderilmesi için çözüm önerileri getirilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Öğrencilerin gelecekteki başarısını olası olarak sınavlar belirler. Zaman yönetimini iyi planlayan öğrencilerin sınav hazırlığını son ana bırakmayıp, zamanlarını daha kontrollü kullandığı söylenebilir. Bu durumda başarı kaçınılmaz hale gelebilir. Aksini yaşayan öğrencilerin düştükleri bu durum zamanlarını iyi planlayamadıklarından veya zamanlarını iyi yönetemediklerinden kaynaklanabilir. Yapılan bu araştırmayla, ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetim düzeyleri incelenmiştir.

Ayrıca literatürde zaman yönetimi ile ilgili daha çok yönetim ve iş alanında çalışmalar yapılmış olması, zaman yönetiminin öğrenciler ile ilişkisini inceleyen çalışmaların yetersiz oluşu bu çalışmanın alana bir katkısı olarak görülmektedir.

### **1.1. Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmayla Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi düzeyleri okul türü, cinsiyet, sınıf düzeyi, okulda veya kulüpte lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre incelenmesi amaçlanmıştır.

### **1.2. Araştırmanın Önemi**

Zamanı yönetebilmek, toplumun en önemli yaşam becerilerinden biridir. Zaman yönetiminde ortaya çıkan problemler doğal akışı bozarak bireylerin hayatının aksamasına neden olur. Sorumluluklarının bilincinde olan bireyler zamanı daha dikkatli kullanarak hayatlarının kontrolünü kendileri sağlarlar. Eğitim süreci zaman kontrolünün sağlanmasını daha önemli kılan ve buna olanak tanıyan dönemlerden biridir. Zaman ve zaman yönetimi kavramı öğrenciler tarafından ne kadar doğru algılanır ve önemi anlaşılırsa, öğrencilerin başarıya ulaşmaları da bir o kadar kolay olacaktır (Gümüştül, 2013).

Yapılan araştırmalarda, başarılı öğrencilerin zaman yönetimi düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrenciler için zaman yönetimi becerilerinin kazanılması yalnızca okul hayatında başarı sağlaması için değil, mezun olduktan sonra iş hayatında da başarı sağlamasında etkili olacaktır. İyi bir zaman yönetimi ancak önceliklerin belirlenerek, kısa ve uzun vadeli hedefler koyarak bunlara ulaşmakla mümkün olacaktır (İşcan, 2008).

Zaman yönetimi kavramı daha çok iş hayatında yöneticiler için kullanılan bir kavram olarak görünse de tüm bireyler ve özellikle de bireylerin geleceğini etkileyen öğrencilik hayatı için de önemli bir kavram olarak görüldüğü düşünülmektedir. Yapılan bu araştırmayla ortaöğretim öğrencilerinin zaman yönetimi algılarını etkilediği

düşünülen faktörlerin, öğrencilerin zaman yönetimi algıları üzerindeki etkisi tespit edilmeye çalışılmıştır. Zaman yönetimini etkilediği öngörülen okulda veya kulüpte lisanlı olarak spor yapma durumu değişkenine göre Türkiye'deki araştırmaların yetersiz olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla bu araştırmadan elde edilen veriler sonucunda, ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimini etkileyen değişkenlerin ortaya koyulması ve bu konuda yapılacak çalışmalara kaynaklık etmesi açısından önem taşıdığı düşünülmektedir.

### **1.3. Araştırmanın Problem Cümlesi**

“Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi düzeyleri nedir?” sorusu bu araştırmanın problem cümlesini oluşturmaktadır.

#### **1.3.1. Alt problemler**

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin;

1. Öğrenim gördükleri okul türlerine göre zaman yönetimi düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?
2. Cinsiyetlerine göre zaman yönetimi düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?
3. Sınıf düzeylerine göre zaman yönetimi düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?
4. Okulda veya kulüpte lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre zaman yönetimi düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?

### **1.4. Sayıtlar**

Ölçek maddelerinin katılımcılar tarafından içtenlikle ve doğru olarak cevaplandığı varsayılmaktadır.

### 1.5. Sınırlılıklar

1. Bu araştırma 2016-2017 eğitim öğretim yılı bahar döneminde Bolu İl'i merkez ilçede bulunan, Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler, Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler, Meslek Liseleri, Anadolu Liseleri ve İmam Hatip Lisesi olmak üzere beş adet lise türü ve on liseyle sınırlıdır.
2. Bu araştırma on ortaöğretim kurumunda öğrenim gören 1861 öğrenci ile sınırlandırılmıştır.
3. Bu araştırma kamuya bağlı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerle sınırlıdır.

### 1.6. Tanımlar

**Ortaöğretim:** Ortaöğretim kurumları, ortaokul veya imam-hatip ortaokulu üzerine öğrenim süresi dört yıl olan yatılı ve/veya gündüzlü olarak eğitim ve öğretim veren kurumlardır (MEB, 2017).

**Zaman:** Bir işin, bir oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakit olarak tanımlanmıştır (TDK, 2019).

**Zaman Yönetimi:** Zaman yönetimi, sınırlı zaman içerisinde yapılacak etkinliklerin niteliğini arttırmak amacıyla kişinin gerek özel gerekse çalışma hayatındaki amaç ve hedeflerine etkin bir şekilde ulaşabilmesi için yönetim işlevlerini kendi etkinliklerine uygulama sürecidir (İşcan, 2008).

**Zaman Planlaması:** Zaman içerisinde, gidilmek istenilen yer ve o yere nasıl gidileceğini mantık çerçevesinde önceden belirlemektir (Yılmaz ve Aslan, 2002).

**Zaman Tuzakları (zaman harcattırıcılar):** Kişisel ve sosyal faktörlerden kaynaklanan, zamanın verimsiz kullanılmasına neden olan faaliyetlerdir (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

## II. BÖLÜM

Bu bölümde araştırma problemine ışık tutacak kuramsal temeller ile bu konuda yapılmış yurt içi ve yurt dışı araştırmalara yer verilmiştir.

### 2. Kuramsal Temeller ve Literatür Taraması

#### 2.1. Kuramsal Temeller

##### 2.1.1. Zaman kavramının tanımı

Zamanın birçok tanımı vardır. Bu tanımlardan bazıları şunlardır:

Öktem (1993)'e göre zaman, özelliği gereği uzaklık yakınlık anlamında bir ölçü birimini ifade ederken, dün, bugün sözcükleri ile kullandığında belli bir süreyi ifade etmektedir. Karaoğlan (2006)' ya zaman bir olayın başlayıp bittiği zaman dilimidir. Yeryüzünde hareket halinde olan her şeyin bir an için hareketsiz kaldığı hayal edildiğinde, böyle bir durumda zaman kavramından bahsetmek mümkün değildir. Tengilimoğlu ve diğerleri (2015)' e göre zaman en, boy, derinlik gibi özellikler taşımamasından dolayı ifade edilmesi zor bir kavramdır. Bu yüzden Einstein varlığı tanımlarken bu üç özelliğe zaman boyutunu da eklemiştir. İki hareket arasında geçen süre zamanı ifade eder. Scoot (1995)'e göre zamana değer biçemezsiniz. Sistemli olarak işleyen zamanı durduramazsınız. Zaman her bireye eşit olarak verilmiştir. Satın alınması, biriktirilmesi, değiştirilmesi mümkün değildir. Yapılabilecek tek şey akıp giden zamandan maksimum düzeyde fayda sağlamaktır

Birçok bilim adamı zaman ile ilgili farklı görüşlerde bulunmuşlardır. Newton, en önemli eseri Principia'da "mutlak, gerçek, matematiksel zaman; doğası gereği kendi dışında hiçbir şeye bağlı olmaksızın hep eşit şekilde akan şey" şeklinde tanımlamıştır. Newton mutlak zaman ile günlük dilde kullanılan zamanın birbirinden bağımsız düşünülmesi gerektiğini savunuyordu. Einstein ise özel görelilik kuramında iki

önermede bulundu. Birincisi "İvmelenmeyen referans sistemlerine göre fizik kanunları aynıdır." İkincisi ise "Boş bir uzayda ışığın hızı bütün ivmelenmeyen referans sistemlerine göre aynıdır." Einstein'a göre Newton'un düşüncesinin aksine, zaman ve uzayın birbirinden bağımsız olmadığını bu durum bireylerin bakış açılarına göre değişebileceğini savunmaktadır (www. bilimsonsuzlugu.blogspot.com). Leibniz ise, "zaman tek başına bir varlık değildir her bir olayın sırası vardır" şeklinde zamanı başka bir açıdan ele almıştır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

### **2.1.2. Zaman algısı**

Zaman algısı her birey için farklı anlamlar taşımaktadır. Bunu bir örnekle açıklamak gerekirse, 1 saat kadar bir süre kimi insan için çok hızlı geçmekte iken, kimi insan için ise hiç geçmemekte veya yavaş geçmektedir. Bu durum kişinin içinde olduğu zamanı sevdiği, eğlendiği işlerle ya da hoşlanmadığı, keyif almadığı işlerle geçirmesiyle ilgilidir. Zamanın sabit ve değişmez bir yapıya sahip olduğu fiziksel olarak kanıtlanmıştır. Zamanın hızlı ya da yavaş akması her cismin hızına ve mevcut konumuna bağlıdır. Buna göre iki çeşit zaman algısı vardır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.2.1.Sübjektif zaman algısı**

Bu algı, yaşadığımız zamanı güzel veya kötü, görmemize bağlı olarak değişir. Yaşadığımız süre eğlenceli ise zaman kısa, sıkıcı ise uzun olarak algılanır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.2.2. Objektif zaman algısı**

Tüm bireyler için aynı algılanan zaman algısıdır. Örneğin; gece – gündüz değişimi, yarım saatte 30 dakika olması gibi (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

### **2.1.3. Zaman türleri**

#### **2.1.3.1. Objektif (nesnel) zaman**

Saate bağlı, izlenebilen, gerçek bir ölçüme dayanan zamandır (Değirmenci, 1998; akt. Andıç, 2009). Fizyolojik olaylar objektif zamana örnek gösterilebilir. Objektif zamanın kaynağı dünyanın güneş etrafındaki hareketleri sonucunda ortaya çıkan zamandır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015). Herkes için aynı algılanan gerçek zamandır. İşe giriş - çıkış saatleri, randevuların planlanması, toplantı saatlerinde harcanan sürelerdir. Hem öğrenciler hem de çalışanlar, belirli bir işi bitirmek için zamanla yarıştıklarından objektif zaman stres yaratır (Bayramlı, 2015).

#### **2.1.3.2. Sübjektif (psikolojik) zaman**

Hissedilen ya da psikolojik olan zamana denir (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1995). Objektif zaman ölçülebilir ancak sübjektif zamanı ölçmek ve değerlendirmek zor olup, duruma göre değişiklik gösterebilir (Erdem ve Kaya, 1998). Kısacası sübjektif zaman herkes için aynı olan zaman diliminin, her birey tarafından farklı algılanmasına neden olan zamandır.

#### **2.1.3.3. Biyolojik zaman**

Her canlının kurulu belirli bir biyolojik saati vardır. Bu saat hayatımızın ve organların devamlılığını sağlayıp, hayatımızı kolaylaştırır. (Passig ve diğerleri, 2004). Biyolojik zaman sübjektif zamanın bir türüdür. Evrendeki tüm canlılar belirli bir biyolojik yapıya sahiptir. Örneğin: göçmen kuşların kış aylarında daha sıcak yerlere göç edip daha sonra biyolojik yapıları gereği geri dönme zamanları geldiğinde hava koşulları nasıl olursa olsun göç ettikleri görülmektedir. Biyolojik zaman davranışları otomatik hale getirir. (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).



#### **2.1.3.4. İşletme (örgüt) açısından zaman**

İşletmelerin amaçlarına ulaşabilmeleri için gerekli olan mal ve hizmet üretimine ayrılan zamandır (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1995). Örgüt tarafından zaman, önemli bir kaynaktır. Her işletmenin farklı amaçları vardır ve bu amaçlara ulaşma süreleri eşit değildir. Bu yüzden örgütsel zaman her işletme için farklı süreyi ifade eder (Baykal, 1992).

#### **2.1.3.5. Yönetim açısından zaman**

Yönetim açısından zaman işçilik zamanı ve yönetsel zaman şeklinde iki zamandan oluşur. İşçilik zamanı, çalışanların üretimde sarf ettikleri zamanı gösterirken, yönetsel zaman ise yöneticilerin yönetimdeki çalışmalarını için ayrılan zaman olarak tanımlanır (Erdem ve Kaya, 1998).

#### **2.1.3.6. İktisat açısından zaman**

Yapılan bir işin emeği karşılığında verilen ücretin saat, gün, hafta veya ay üzerinden hesaplanması anlamına gelir (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.3.7. Sosyolojik açıdan zaman**

İnsanların belirli gün ve haftalar için bir araya geldikleri toplumsal olaylar için bir araçtır. Örneğin; milli ve dini bayramlar, törenler, doğum günleri ve anma günleri gibi belirli günlerde insanları bir araya getiren etkinliklerdir (Özgen ve Doğan, 1997).

#### **2.1.3.8. Hukuk açısından zaman**

Bir sözleşmenin başlangıç-bitiş tarihleri, bir cezanın süresi, bir hakka sahip olma ve hakkın bitmesi gibi hukuksal durum ve olayların tümü hukuk bilimi ile zaman arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### 2.1.4. Zaman yönetimi tanımı ve önemi

Zaman yönetimi ilk kez Danimarka'da eğitim aracı olarak işgücü yoğun yöneticilerin zamanlarını daha iyi planlamaları amacıyla ortaya çıkmıştır (Güçlü, 2001). Zaman yönetimi, günümüzde yeni bir kavram olmasıyla birlikte 1970'li yıllarda ortaya çıkmış, 1980'li yılların başında yöneticiler, zamanı yönetilmesi gereken bir kaynak olarak algılamış ve nasıl yönetilmesi gerektiği konusunda farklı yöntemler ileri sürmüşlerdir (Claessens ve diğerleri, 2007). En çokta profesyonel iş hayatında başarı için en önemli kaynaklardan biri haline gelmiştir (Koch, 1998).

Bireylere göre zaman yönetimi kavramı farklı biçimlerde tanımlanabilmektedir. Zaman yönetimi, yönetimin doğasında var olan, rasyonellik, düzen, verimlilik ve etkinlikle belli bir zaman aralığında her türlü faaliyetlerin etkin yönetimidir (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015). Zaman yönetimi kavramında asıl olay zaman ifadesinin tanımlanması değil, şu andaki zamanın nasıl değerlendirileceği ile ilgili alternatiflerin ortaya konulmasıdır (Erdem ve Kaya, 1998). Zaman yönetimi bireylerin, olayları kontrol altında tutması, kendisini yönlendirerek ve yöneterek olayları yönetmesidir (Güçlü, 2001). Zaman yönetimi, belirlenen ihtiyaçları karşılamak ve amaçlara ulaşmak için sınırlı zamanın iyi planlanması ve bilinçli olarak kontrol edilmesi şeklinde tanımlanmıştır (Durmaz ve diğerleri, 2016). Zaman yönetiminde zamanı kullanmanın en önemli kısmı, hangi işlere öncelik verileceği, hangilerinin ertelenebileceği ve nelerin yapıp yapılmaması gerektiğine karar verebilmektir (Latif ve diğerleri, 2005). Zaman yönetimi, bireylerin bireysel amaçlarını başarabilmeleri için zaman faktörünü göz önünde bulundurarak, eldeki kaynakları verimli kullanması demektir (Yılmaz ve Aslan, 2002).

Todd L. Pearson, "Zaman yönetimi kavramının yanlış kullanıldığını belirterek" aslında yönetilen zaman değil bireyin kendisini zamana göre yönetmesidir ifadesini kullanırken, D. T. Hall'de "insanlar zamanı yönetemezler fakat sahip oldukları zamanı daha iyi kullanabilirler" şeklinde ifade etmektedir (Deniz, 1996).

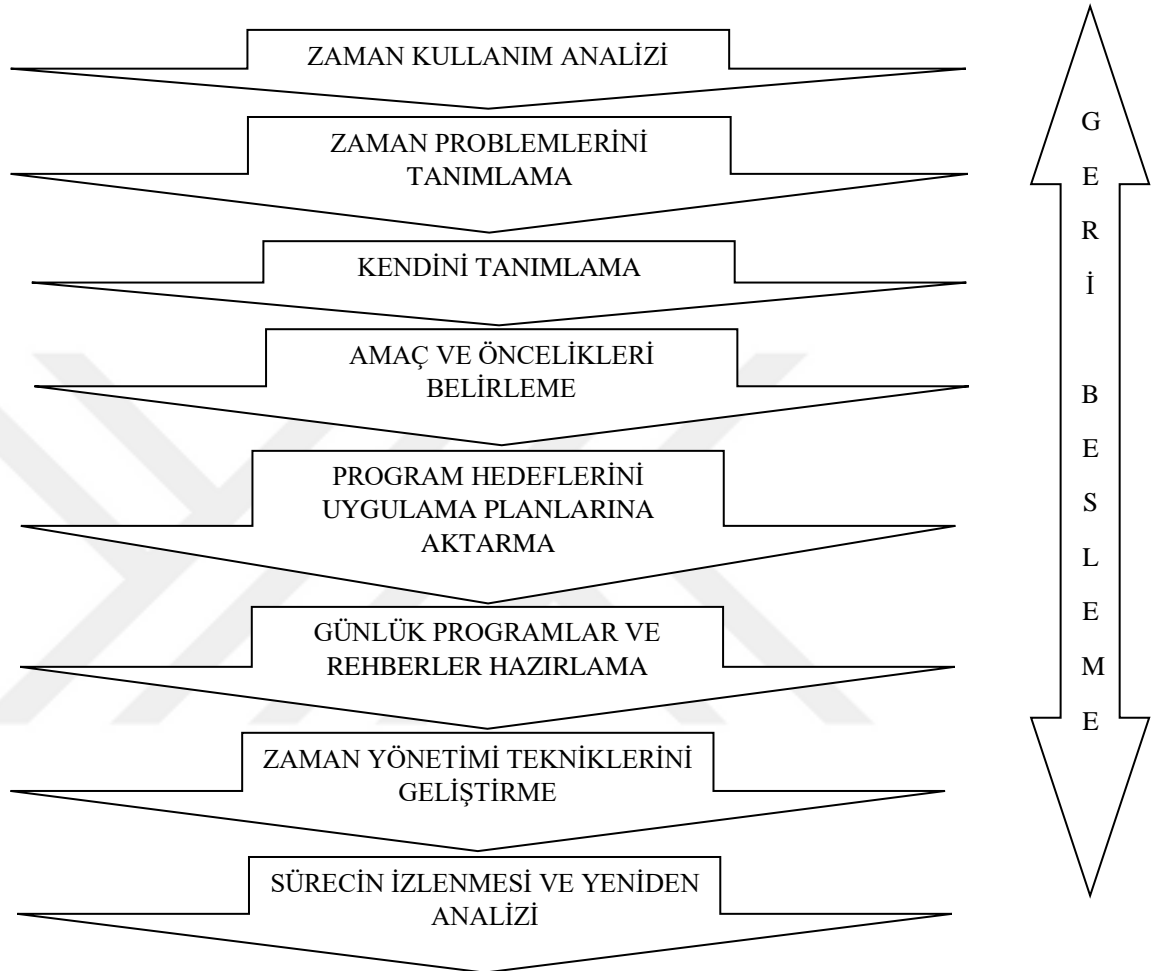
Zaman yönetiminde ilk adım ihtiyaçları belirlemek, belirlenen ihtiyaçlar doğrultusunda ihtiyaçları giderecek hedefleri saptamak, yapılacak işleri öncelik ve önem sırasına koyarak zamanı plan, program ve listeleme yoluyla ilişkilendirmektir (Erdul, 2005).

Zaman yönetimi, insanların ilk aklına gelen sadece iş hayatını değil, bütün hayatını etkin kullanabilmesi için önemlidir (Çitken, 1998). Zaman yönetiminde asıl amaç, önemli işlere öncelik vererek, önemli ve gereksiz görülen işleri birbirinden ayırmak, yapılan etkinliklerde verimliliği arttırarak, işleri daha uzun sürede yapmaktan çok daha kısa ve sınırlı sürede nitelikli işlerin çıkarılmasına dayanır (Gözel, 2009). Sabuncuoğlu ve Paşa (2002)' de belirttiği gibi, zaman yönetimi, işlerin hızlı zaman içerisinde yanlış yapılması değil, kısa zamanda doğru yapılması gerektiğini söylemiştir.

Zamanda öncelikleri bilmek ve zamanı etkin kullanmak planlama yapmaktan geçer. Planlama ile bireyin şu anki konumundan gitmek istediği konuma nasıl ulaşacağı ve bu konuma en kısa sürede varması planlamanın amaçlarındandır (Efil, 2007). Cambell ve Svenson (1992)' ye göre, zamanı doğru kullanamama akademik başarının azalmasına sebep olduğu gibi kişisel ve sosyal aktivitelere ayrılan zamanın yetersiz olmasına ve bunun sonucunda yaşamdan alınan doyumun azalmasına sebep olmaktadır.

### 2.1.5. Zaman yönetimi süreci

Zaman yönetim süreci şekil 2.1' de görüldüğü gibi sekiz aşamadan oluşmaktadır.



**Şekil 2.1.** Etkin zaman yönetimi süreci

**Kaynak:** Akgeçici, T., Çelik, A., Aydoğan, E., ve Akatay, A. (2003) *Zaman Yönetimi Ve Yönetmel Zamanda Etkinlik*, Ankara: Gazi Kitabevi.

#### 2.1.5.1. Zaman kullanım analizi (zaman cetveli)

Zaman yönetim sürecinin birinci basamağı, zamanın nereye harcandığını belirlemektir. Zamanını nereye, nasıl kullandığı hakkında bilgi sahibi olan çok az birey vardır. Bazı bireylerde zamanlarını nereye harcadıklarının farkında olduklarını düşünmektedirler. Bireylerin zamanlarını en verimli düzeyde yönetmeleri demek, gerçekte zamanlarını nerelerde ve ne zaman kullandıklarını ortaya çıkarmakla

mümkündür. Zaman analizi yapabilmek için zaman cetvelleri kullanılır (Akgemci ve diğerleri, 2003).

#### **2.1.5.2. Zaman problemlerini tanımlama**

Zamanın boşa harcanmasına neden olan problemlerin belirlendiği aşamadır. Bu problemlerin temelinde genellikle planlama eksikliği, karar verememe, dağınıklık, iletişim eksikliği ve kişisel sorunlar yatmaktadır. Bu sorunları ortadan kaldırmak için zaman cetvelinde yer alan faaliyetler gözden geçirilmelidir. Oluşturulan plan dâhilinde faaliyetlerin uygulanması esnasında bir sıkıntı oluşursa, problemin nereden kaynaklandığı belirlenerek, sorun giderilmelidir (Akgemci ve diğerleri, 2003).

#### **2.1.5.3. Kendini tanımlama**

Kişinin kendisini tanıdığı aşamadır. Kendini değerlendirerek birey kendisini tanımış olur. Bireyin yetenek ve kabiliyetlerini değerlendirmesi, zamanın boşa harcanmasına sebep olan davranışlardan uzaklaşması bireyin zaman kontrolünün sağlanması için önemlidir (Akgemci ve diğerleri, 2003). Bireylerin kendilerini sık sık değerlendirme çalışmaları yapması amacıyla yapılan işlerde nasıl zaman kazanacağını ve bu zaman kazanımlarını ne şekilde kullanacağını belirlemesi gerekir (Türkel ve Lelebici, 2000).

#### **2.1.5.4. Amaç ve öncelikleri belirleme**

Öncelikle amaçlar belirlenmekte, bu amaçlara ulaşımı sağlayacak hedefler oluşturulmakta sonrasında öncelik taşıyan hedefler belirlenmekte ve bu hedeflere ulaşmak için yapılması gerekenler saptanmaktadır (Akatay, 2003). Bu aşamadan elde edilen ölçülebilir sonuçlar sayesinde işlerin istenilen düzeyde olup olmadığının kontrolü sağlanabilir (Akgemci ve diğerleri, 2003). Amaçlar belirlenirken, belirtilen hususlara dikkat edilmelidir. Amaçlar somut olmalıdır, gerçekçi olmalıdır, her amacın büyüklüğüne göre gerçekleştirme süresi olmalıdır. Uygulama sırasında amaçlar belirli

zaman dilimlerinde kontrol edilerek, gerekli düzeltmeler anında gerçekleştirilmelidir (Eren, 2004).

### 2.1.5.5. Program hedeflerini uygulama planlarına aktarma

Belirlenen amaç ve hedeflere ulaşmak için bunlarla ilgili gerekli olan çabanın gösterilmesi gerekmektedir. Hedeflere ulaşmada yapılan işe bir yön çizmek ve kesinlik kazandırmak isteniliyorsa bu ancak planlama ile mümkün olacaktır (Akgemci ve diğerleri, 2003).

Neyin, ne zaman, nasıl, nerede ve kim tarafından yapılacağını önceden belirleme sürecine planlama denir (Balıkçı, 1991; Usta, 2001).

Program hedeflerini uygulama planlarına aktarmada amaçlarla birlikte temel faaliyet planının hazırlanması gerekmektedir. Temel faaliyet planı hazırlanırken sırasıyla; öncelikli hedeflere ulaşmada yapılması gereken tüm işler listelenmekte, yapılacak işler için gerekli tüm kaynaklar oluşturulmakta, hedeflere ulaşmada ve her işin gerçekleştirilmesi için gerekli olan süre belirlenmektedir. Temel faaliyet planı ilerleyen safhalarda hazırlanacak orta ve kısa vadeli planlar için zemin hazırlamaktadır. Temel faaliyet planı aşağıdaki Tablo 2.1. 'de gösterilmiştir (Akgemci ve diğerleri, 2003).

**Tablo 2.1.** Temel faaliyet planı

Öncelikli Hedefler		
Faaliyet Planı		
Hedeflere ulaşmak için yapılması gereken iş Faaliyetler	Faaliyet planı gerekli kaynaklar (para, insan, zaman vb.)	Zaman
1.		
2.		

### 2.1.5.6. Günlük programlar ve rehberler hazırlama

Temel faaliyet niteliğindeki planlar doğrultusunda kısa dönemli planlar ve programlar oluşturulmaktadır (Akgemci ve diğerleri, 2003). Temel faaliyet planı oluşturulduktan sonra kısa ve uzun vadeli amaçlar için öncelikle haftalık bir süreyi kapsayan planlama yapılması, daha sonra haftalık planlamayı temel alan günlük faaliyet planının hazırlanmasını içerir (Akatay, 2003).

Haftalık plan tablosu her hafta düzenli olarak tekrarlanmalıdır. Tablo 2.2. 'de gösterilen haftalık planda, hafta başından sonuna kadar ulaşılmak istenilen hedefler ve bu hedeflere ulaşmak için yapılması gerekenler aşağıdaki örnek tabloda zaman bazında gösterilmiştir (Akgemci ve diğerleri, 2003).

**Tablo 2.2.** Haftalık plan tablosu

Planın Kapsadığı Tarih: .././.. - .././..			
Hedefler: .....			
Gün	Zaman	Faaliyet	Mektup/Telefon
Pazartesi			
Salı			
Çarşamba			
Perşembe			
Cuma			
Cumartesi			
Pazar			

Haftalık plan temel alınarak ona uygun günlük plan hazırlanır. Günlük planlamada öncelikle haftalık planda yer alan faaliyetlerden hangilerinin o gün yapılacağını belirlemek, arkasından o gün için plan çerçevesinde yer almayıp sonradan

ortaya çıkan yeni işleri de var olan işlere ekleyerek bütün iş ve faaliyetleri göstermektir. Günlük plan tablosu bireylerin ihtiyaçlarına göre farklı şekillerde düzenlenebilir. Günlük plan tablosu örneği aşağıdaki Tablo 2.3’de gösterilmiştir (Akgemci ve diğerleri, 2003).

**Tablo 2.3.** Günlük plan tablosu

Tarih:			
Yapılacak Faaliyetler	Öncelikli Faaliyetler	Öncelikli Faaliyetler için süre	
1.			
2.			
3.			
GÜNLÜK PLAN			
Faaliyet No	Diğer Faaliyetler	Zaman Aralığı	
Günlük Hedef Sıra No	Günlük Hedefler	Hedefe Ulaşıldı mı?	
1.		E	H
2.		E	H

#### 2.1.5.7. Zaman yönetimi tekniklerini geliştirme

Zaman kaybına neden olan kişisel ve sosyal sorunların çözümü için üretilecek teknikler bu aşamanın konusunu oluşturmaktadır. Bu aşamada zaman kaybına neden olan durumlar belirlenir ve giderilmesi için çalışmalar yapılmaktadır. Bu sayede zaman kaybına neden olan ertelemeler, kesintiler, plansızlık gibi durumların ortadan kaldırılması sağlanır (Akgemci ve diğerleri, 2003).



### 2.1.5.8. Sürecin izlenmesi ve yeniden analizi

Son aşamada sürecin izlenmesi ve yeniden analizi yapılır (Akgemci ve diğerleri, 2003). Bu aşamada zaman yönetimi programı hem uygulama esnasında hem de uygulama sonrasında izlenerek gerekli değişiklikler yapılmaya çalışılmalı, uygulanan planlar değerlendirilmelidir (Sayan, 2005; Silaharoğlu, 2004).

Aralıksız akıp giden zamanın sonunda istenilen sonuçlara ulaşılmadığı takdirde iyileştirme çalışmaları yapılmalıdır. Zaman yönetiminde başarı elde etmek, planların hazırlanıp uygulamaya konulmasıyla değil, sürecin izlenip değerlendirilmesiyle mümkün olacaktır (Uğur, 2000).

### 2.1.6. Zaman yönetimi ilkeleri

Kişilerin zamanlarını kontrol altında tutabilmeleri ve zamanlarından en etkili ve verimli bir şekilde fayda sağlayabilmeleri için bir takım ilkeler belirlenmiştir. Bu ilkeler aşağıdaki gibi sıralanmıştır (Akgemci ve diğerleri, 2003).

- **Bireysel hazırlık:** Zaman yönetiminde başarılı olmak ve zamandan maksimum verim almak isteyen bir birey bunun bir başka bireyin yardımıyla değil ancak kendi isteği ve çabasıyla mümkün olacağı farkında olmalıdır (Akgemci ve diğerleri, 2003).

- **Toplam çalışma zamanının % 100 'ünü planlamaktan kaçınmak (%60 kuralı):** Bireyler gün içerisinde zaman kaybına neden olabilecek birçok işle karşılaşabilmektedir. Bireylerin kendi planlarının aksamaması ve planları dışında gelişen işlerin üstesinden rahatlıkla gelebilmeleri için toplam çalışma sürelerinin %100' ünü planlamamaları gerekmekte ve sadece %60'ını planlamalıdır. Böylelikle kalan % 40'lık esnek zaman bölümü beklenmedik faaliyetler, plan dışı gelişen işler ve sosyal etkinlikler için ayrılmalıdır (Akgemci ve diğerleri, 2003).

- **Önce etkinlik daha sonra verimlilik:** Zaman kullanma, işlerin uzun sürede bitirilmesinden çok kısa zamanda yapılan işten verim sağlamaktır. Etkinlik kısa zamanda amaca uygun doğru işi yapmak demektir. Yapılan işin doğruluğundan emin olunduktan sonra bu iş üzerinde yoğunlaşmak ise verimlilik demektir. Verimlilik elde bulunan

zaman ve kaynağın minimum düzeyde kullanarak maksimum fayda elde etmeyi amaçlar (Akgemci ve diğerleri, 2003).

- **Her gün için amaçların listelenmesi ve öncelikli olanların belirlenmesi:** Önem ve öncelik arz eden işlerin zamanında yapılması ilkesi zaman yönetiminde başarılı bir bireyin başlangıç noktasını temsil eder. Bu amaçla birey, iyi bir planlama ile öncelikli amaçlarını ve bu amaçlara ulaşmada gerekli olan kaynakları belirlemeli ve bu işleri önem derecesine göre sıralamalıdır (Akgemci ve diğerleri, 2003).

- **Belirli bir zamanda belirli bir iş yapılması:** Bireyler başladıkları bir işi bitirmeden yeni bir işe geçmemeli ve enerjilerini sadece tek bir iş üzerinde yoğunlaştırmalıdır. Başlanılan bir işi zamanında bitirmek, o işi ikinci kez ele alındığında konuyu tekrar hatırlamak için zaman harcamak gerekmeyeceğinden bireye zaman kaybı yaşatmayacaktır (Akgemci ve diğerleri, 2003).

- **Çalışma programının yapılması:** Bir işe başlamadan önce mutlaka belirli bir plan ve program yapılmalıdır. Uzun süreli planlar uzun vadede başarı sağlarken, günlük programları hazırlama ve uygulamaya koyma bireye daha fazla zaman kazandıracaktır.

- **Zaman kayıplarını giderme:** Bireyin mevcut zamanını etkin kullanmasını engelleyen kişisel ve çevresel nedenleri belirleyerek, uzun ve kısa vadede bu sorunları giderecek yöntemleri uygulamaya koymaktır (Akgemci ve diğerleri, 2003).

### 2.1.7. Zaman yönetiminde farklı yaklaşımlar

Kişisel zaman kullanımı ve yönetimi konusunda geliştirilmiş değişik yaklaşımlar bulunmaktadır.

#### 2.1.7.1. Düzenli yaşam (kendini toparla) yaklaşımı

Zaman yönetimi sorunlarının büyük bir kaynağı düzensizliktir. Düzensizlik denilince akla daha çok aradığın bir şeyi yerinde bulamama, karışık masa düzeni gibi

durumlar zamanın boşa harcanmasına neden olmaktadır. Bu durumun üstesinden gelebilmek için hayatımızın üç alanında düzenleme yapılması gerekmektedir.

- **Nesneleri düzenlemek:** Bireylerin yaşamlarında sıklıkla kullandığı her türlü ekipman araç ve gerecin düzenlenmesini içerir. Örneğin; Anahtar, verilerin bilgisayar ortamına sistemli kaydedilip kolay bulunması, evrak dosyalama sistemi.
- **Görevleri düzenlemek:** Yapılması gereken işleri basitten karmaşığa ilkesine göre düzenlemektir.
- **İnsanları düzenlemek:** Bireylerin kendi işleri ve başkalarının yapması gereken işlerin tanımlanması ve yetki devretmek.

Bu yaklaşımın güçlü yanları: Zamandan tasarruf ve disiplin sağlar. Çabaların boşa harcanacağı işlere zaman ayrılmasına izin vermez. Birey düzenleme sayesinde birçok şeyi daha net görür.

Zayıf yanları: Zamanın büyük bir kısmını üretim yerine planlama yapmakla geçirir. Birçok kişi zamanın çoğunu planlama yapmakla geçirdiği için işini yaptığını sanır, oysa aslında önemli iş bitmemiş aksine ertelenmiş olur (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### 2.1.7.2. Savaşçı yaklaşım (hayatta kalma ve bağımsız üretim)

Yaklaşımın temeli, kişinin zamanına sahip çıkması temeline dayanır. Kişinin kendi zaman sınırları başka unsurlar tarafından ihlal edilebilir. Kişi zamanından verim alabilmek için bu unsurlardan olabildiğince kendisini soyutlamalıdır. Bunun için yapılması gerekenler;

- **Kendini yalıtma:** Sekreteri kullanmak, izinsiz odaya girmemek, kapıları açık bırakmamak, telesekreter kullanmak ve gereksiz randevuları geri çevirmek gerekir.
- **Yalnız kalmak:** Bireyin çalışmasını engel olacak durumlar karşısında kendini dış çevreye karşı izole etmesini içerir.

- **Yetki devretmek:** İş yükünü azaltmak ve zamanını etkili işlere ayırmak için başkalarına yetki vermek.

Bu yaklaşımın güçlü yanları: Çalıştığımız iş üzerinde yoğunlaşabilmek ve verim alabilmek, sakin bir ortamda çalışmaya ve dış rahatsız edicilerden kendimizi soyutlamaya bağlıdır.

Zayıf yanları: Savaşçı yaklaşım, bireyin sosyal bir varlık olduğu düşüncesini unutmaktadır. Başkalarını düşman olarak görür. “Onlar senin için zaman tuzağı olmadan, sen onlar için tuzak ol” anlayışını savunur ([www.safakkeklik.com](http://www.safakkeklik.com)).

### **2.1.7.3. ABC yaklaşımı (önceliklerin sıralanması ve değerlerin belirlenmesi)**

Çabaların öncelikle en önemli işler üzerine yoğunlaşması esasına dayanan, hedefe ulaşmada önceliklere ulaşmayı engelleyen tuzaklardan uzak kalmak için işlerin A,B,C, şeklinde önem sırasına göre belirlenmesi yaklaşımını önemli gören zaman kullanma yaklaşımıdır (Güçlü, 2001). Adından anlaşıldığı üzere, A: Birincil öncelikli ertelenemez, B: Orta derecede önemli ertelenebilir, C: Sonraya bırakılabilir, yapılmadığında zarar doğurmayan işler olarak gruplandırılabilir ([www.liderlikokulu.com.tr](http://www.liderlikokulu.com.tr)).

Bu yaklaşımın güçlü yanları: İşlerin öncelik sırasının belirlenmesi bireye belli bir çerçeve çizeceği düşüncesini savunur. Düzensizliği ortadan kaldırır.

Zayıf yanları: Yaşam kalitesini ilke ve doğal yasaların belirlediği bu toplumda belirlenen yasalarla farklı değerlerin çelişmesi, yaşam kalitesinin olumsuz etkilenmesine sebep olmakta ve bu durum bireyin başarısızlığını da beraberinde getirmektedir (Paşa, 2001).

### **2.1.7.4. Sihirli araç yaklaşımı (teknoloji)**

Bu yaklaşım, “iyi işler, doğru araçlarla yapılır” anlayışına dayanır. Teknolojik araçlar, iyi kullandığı takdirde zamanın daha tasarruflu kullanılacağı üzerinde

durmaktadır. Bu araçlar öncelikleri belirlememize, işleri planlamamıza ve böylelikle ana bilgiye kolayca erişmemizi sağlar (Güçlü, 2001).

Bu yaklaşımın güçlü yanları: Doğru araçlar, işlerin daha kısa süre ve etkin bir şekilde yapılmasını sağlar. Araçlar bir umudu işaret eder (Güçlü, 2001).

Zayıf yanları: İyi araçlar “işlerin yanlışsız yapılması” için gereklidir, ancak “doğru işler için” iyi araçlar yetmez. Bunun için vizyon, misyon, doğru karar ve strateji geliştirme yeteneği gerekir. En muhteşem araç bile yaratıcılığın, kişilik ve yeterliliğin yerini alamaz (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.7.5. Beceri yaklaşımı**

Bu yaklaşım zaman yönetiminin bir beceri olduğu düşüncesine dayanır. Zaman yönetimi becerilerine sahip olup olunmadığı zamanın nasıl tüketildiğinin analiz edilmesi sonucu ortaya çıkacaktır. Bireyler bu beceriye sahip olabilmek için zamanlarını iyi planlamalı, bu planlamayı yaparken öncelikli işlerini önem sırasına göre belirlemeli ve başka bireylere yetki devretmelidir (Alay, 2000).

Bu yaklaşımın güçlü yanları: Günümüzde başarılı olmak, fazla zaman harcayarak çok çalışmak ile değil etkin çalışmak ile mümkündür. Etkin çalışmak ise ancak bilgi ve beceriyle olur. Beceri, daha az enerji ve zaman sarfederek, işlerin bitirilmesini sağlar.

Zayıf Yanları: Beceri kişinin kendisinde olmalıdır. Bu yüzden bireylerin zaman yönetimi algılarını arttırmaya yönelik eğitimlerin çoğu zaman tasarrufu sağlayabilmek için farklı hilelere başvurmakta ve kişilerde yanlış algı oluşturmaktadır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.7.6. Hedef belirleme yaklaşımı**

Hedef belirleme yaklaşımının temelinde “ne istediğini bil ve başarmak için çaba harca” ifadesi yatmaktadır. Uzun, orta ve kısa vadeli planlama, hedef belirleme, gözünde canlandırma, kendini motive etme ve olumlu bir düşünce tarzı yaratma ve

teknikleri içerir. Kısa vadeli planlamada en önemli nokta, kişilerin gündelik ve haftalık yapacağı işleri düzenlemesi, programlaması ve öncelik ve önem sırasına göre listelemesidir. Fakat birçok kişi hiç plan yapmadığından, zamanlarını boşa harcamış olurlar (Alay, 2000).

**Bu yaklaşımın güçlü yanları:** Bu yaklaşım daha çok dünya çapında büyük başarılarla imza atan olimpik sporcuların yaklaşımıdır. Hedeflerini belirleyen kişi ve kurumların kişisel gelişim alanında daha başarılı oldukları bulunmuştur.

**Zayıf yanları:** Bireylerin ulaşmaya çalıştıkları hedefler amaca hizmet etmeli ve beklentisini karşılamalıdır. Beklentisinin karşılığını alamayan bireyler büyük hayal kırıklığına uğrarlar. Bu duruma düşmemek için doğru hedefler belirlenmesi gerekir (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.7.7. İyileştirme (rehabilitasyon) yaklaşımı**

Bu yaklaşıma göre, kendi amacına aykırı ya da işlevsiz zaman yönetimi davranışları şeklinde kendini gösteren çevre, kalıtım ve diğer etkinliklerin sonucunda ruh dünyasında temel eksiklikler oluşmaktadır. Bu yaklaşımın doğurduğu sonuçlara çözüm önerisi olarak, zaman yönetimi sorunlarını oluşturan psikolojik ve sosyolojik faktörleri iyileştirmek gerektiği düşünülmektedir (Güçlü, 2001).

Zaman yönetimi konusuna Batılı yaklaşım (zamanı ekonomik kaynak görme yaklaşımı), yaşamın fiziksel yanlarının, yani medeniyetin gelişmesine katkı sağlar. Zaman yönetimine Doğulu yaklaşım (zamanı insani değerlerin içinde ortaya çıktığı bir değer olarak görme yaklaşımı) ise, kültürün gelişmesine katkı sağlar. Zaman yönetimi konusundaki bu iki farklı yaklaşım göz önünde bulundurularak, olumlu tarafları alınarak zaman yönetiminin etkinliği artırılmalıdır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.7.8. Kendini akıntıya bırak yaklaşımı**

Bu yaklaşım zaman yönetimi anlayışına karşı çıkmakta ve asıl olanın kişinin zamanı yönetmesi değil, kendisini zamanın doğal akışına bırakması düşüncesine dayanır. Birey bu yaklaşımla, akıntıya kapılmayı öğrenip, yaşamın doğal uyumuna

dönerek, yaşantısını doğasında bulunan doğallığa ve beklenmedik fırsatlara açmaktadır. Bireylerin ve toplumun gelişmesine katkı sağlamayacak bir yaklaşımdır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

### **2.1.8. Zaman tuzağı kavramı**

Zaman yönetiminin etkin kullanımı; zamanın nasıl kullanılacağı, bu süreçte ne gibi problemlerle karşılaşılacağı ve bunların nedenlerinin bilinmesi ile mümkün olacaktır (Haynes, 1999). Zamanın etkin kullanımını engelleyen faktörlere “zaman tuzağı” denir ve bireyin zaman yönetimini olumsuz etkileyen, asıl gerekli olan işlerin yapılmasına izin vermeyen ve zamanını çalan tüm faaliyetleri kapsar (Silahtaroglu, 2004).

Genel olarak zaman tuzaklarının birçoğu bireyin kendisinden kaynaklanmaktadır. Çizgi roman karakteri Pago'nun “düşmanla tanıştık, meğerse düşman bizmişiz” dediği gibi, kişi düşmanı önce kendinde ararsa zaman tuzaklarından büyük ölçüde kurtulmuş olur (Mackenzie, 1989).

Zamanı etkin kullanılmasını engelleyen zaman tuzakları, kişiyi zor durumda bırakarak, zamanın boşa harcanmasına neden olur. İş hayatından, örgüt yapısından, sosyal ve kültürel ilişkiler gibi dışsal faktörlerden de kaynaklanabilir (Bayramlı, 2015; Mackenzie, 1989; Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015). Bu tuzaklar aşağıda belirtilmiştir.

#### **2.1.8.1. Kişiden kaynaklanan zaman tuzakları**

##### **2.1.8.1.1. Öz disiplin yokluğu**

Öz disiplin; doğuştan edinilen bir özellik olmayıp, yaş, tecrübe ve eğitimle kazanılan, dışarıdan bir güç olmadan bireyin isteyerek ve nedenlerini anlayarak doğru davranışları seçme becerisidir. Öz disiplini gelişmiş bireyler, kimsenin kontrolü ile hareket etmedikleri gibi, zamanın kontrolünde de değildirler. Zaman baskısı yaşamazlar, öncelikleri bellidir, doğru zamanda doğru işler yaparlar, zaman onları değil, onlar zamanı yönetirler (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

Başarmak duygusu, kendimize olan takdir etme duygusunu güçlendirirken, başaramamak duygusu, özsaygımızla birlikte hayatımızı olumsuz etkiler (Smith, 1998).

#### **2.1.8.1.2. Bireysel hedeflerin belirsizliği**

Hedef belirleme, bireyin bulunduğu konumun dışına çıkarak kendisine yeni rota belirlemesidir (Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002).

Bulduğumuz mevcut konumun ve ulaşmak istediğimiz yerin doğrulundan emin olmak için hedefin bilinmesi gerekir. Ulaşılan sonuç nerede olmak istediğinizi ifade eder, hedefe nasıl gidileceği konusunda yol gösterir ve varıldığı anda bunu size bildirir. Hedefler gösterilen çabayla var olan enerjinizi bütünleştirir, süreç içerisinde yaptıklarınıza amaç ve anlam katar, sonuç olarak günlük faaliyetler şekline dönüşür (Karaoğlu, 2006).

Hedefler ölçülebilir, anlaşılabilir ve ulaşılabilir özellikte ise bireyin hedeflerine ulaşması için göstereceği çaba ve zaman bir anlam kazanırken (İşcan, 2008), tam tersi durumda bireyin göstereceği çaba ve zaman anlamsız hale gelir (Karaoğlu, 2006).

#### **2.1.8.1.3. Erteleme ve oyalama**

Bitirilmesi gereken başlanmış bir işi isteyerek ya da alışkanlıklarla, daha sonra yapmak üzere bir köşeye bırakmaktır (Akgemci ve diğerleri, 2003).

Bazen önemsiz gördüğümüz işleri başımızdan gidene kadar ertelemek iyi bir düşüncedir. Ancak bitirilmesi gereken önemli işleri ertelemek ise kesinlikle iyi bir düşünce değildir (Allan, 1999), çünkü yapılmasında öncelik olan işler ertelene ertelene bir araya yığılır ve giderek katlanır, normalde biteceği zamandan daha geç bir zamanda biter. Her iş zamanında tamamlanmadığında, ileride bu işlere zaman bulunamamakta ve bitirilememektedir. İşlerde istenilen etkinlik ve verimliliğe ulaşmak için işimizi zamanında yapmak gerekir aksi takdirde ertelenmiş işleri yapmaya zaman ayrılrsa bile ayrılan bu zaman kısıtlı olacağı için istenilen verime ulaşamayacaktır. Tamamlanması



gereken iş için yeterli zamana sahip olunmadığında işin bitmeyeceği düşüncesi motivasyonu ortadan kaldırır ve stresi meydana getirir (Karaoğlan, 2006).

Erteleme, sadece işin bitirilme süresini uzatmak değil gerçekleştirilecek hedeflerin ve amaçların da ertelenmesi demektir. İşin ertelenmesi aşağıdaki sebeplerden kaynaklanabilir:

- Bazı işlerin hoş gitmemesi,
- İşin sonuçlarının beklenildiği gibi çıkmayacağına olan inanç,
- İşin nasıl yapılacağına bilinmemesi,
- Önceliklerin belirlenmesindeki kararsızlık,
- Zor işlere başlama konusunda duyulan çekingenlik,
- İş için uygun zaman olmadığına inanç,
- Plansızlık veya aşırı planlama
- Alışkanlıklar (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.8.1.4. Kendine aşırı güven veya güvensizlik**

Kendine güvenmek, yeterli seviyede olduğu sürece iyi bir özelliktir. Ancak bu seviye istenilenden daha yüksek olduğunda birey işlere ve insanlara karşı ilgisiz ve boş vermiş davranışlar sergiler. Aşırı güven denilen bu durum, zihinsel, fiziksel ve hafıza gücüne olan güven şeklinde karşımıza çıkabilir. Zihinsel gücüne aşırı güven duyan bir birey “zihinsel yeteneğim sayesinde ben bu işi şu kadar zamana sığdırabilirim” şeklinde aşırı bir inanç duygusu içerisine girer ve bu durum işin ertelenmesine neden olur. Fiziksel gücüne aşırı güven duyan bir birey fiziksel güç gerektiren işlerin ertelenmesine, daha az zamana sığdırılmasına neden olur. Hafıza gücüne aşırı güven duyan bir birey ise “tüm bilgileri zihnimde tutabilirim” diyerek not almaz ve böylece işler unutulur ve zaman kaybına neden olur (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

Kendine aşırı güven gibi güvensizlikte zaman kaybına neden olur. Bazı zamanlar yaptığımız işlerin performansından ve yeterliliğinden emin olmayabiliriz. "Ben bu işi zaten yapamam, bu yüzden hiç başlamamalıyım" tarzında düşünceler kendine güvensizlik belirtisidir (Öğrenci Gelişim ve Danışma Merkezi, 2008).

### 2.1.8.1.5. Hayır diyememek ve aşırı sosyallik

Zamanı etkin kullanabilmek için “hayır” diyebilmeyi öğrenmek gerekmektedir. Başkalarının istekleriyle, kendi planları dışında kalan işlere öncelik veren, önemsiz görülen görüşmelere hayır diyemeyen bireyler yapmaları gereken işleri için yeterli zamanı bulamayacaklar ve dolayısıyla başarısız olacaklardır (Erdem ve Kaya, 1998).

Bazen karşınızdaki bireyde, reddetme algısı oluşmasını diye “hayır” diyemezsiniz. Ancak karşınızdaki birey mutlu olacak diye yapacağınız işlerin zarar görmesine izin vermemelisiniz. Arkadaşlarınıza her defasında evet dediğinizde, onlar sizin iyi niyetinizi istismar ederek, onlar tarafından kolay ulaşılabilecek biri haline gelebilirsiniz (Allan, 1999).

Ayrıca işlerinde başarılı olan kişiler, aşırı sosyallik tuzağına da düşmemelidir. Sosyal kişiliğiniz yalnızca gerektiği kadarıyla sınırlanmalıdır. Sosyalleşmek adına arkadaşlarınızla yapacağınız sohbetlerin sizin kariyerinize bir katkısının olmayacağını bilmelisiniz (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

### 2.1.8.1.6. Hafife alma ve önyargılar

Bireyler içinde yaşadığı hayatın değişmez gerçeklerini hafife almakta ve önemsememektedir. Bu durum, bireyin “zaten yapamayacağım” diyerek o işi hiç umursamaması ya da kendilerine olan aşırı özgüvenden kaynaklanır. Hayatın gerçeklerini önemseyen bir birey hiçbir şeyi basite almaz (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

Aşırı güven içerisinde olan insanlar, belli bir zaman diliminde yapılması gereken işleri, her şartta yapabileceklerini düşünerek önemsemezler ve işlerini ileri bir tarihe atarlar. Kişinin bu düşünceye sahip olmasının nedenlerinden olan, işin kolay ya da zamanın önemsiz olduğu yönündeki bir önyargı da kişileri yapılacak işin önemini anlamaktan uzaklaştırır ve kişide daha sonra yaparım düşüncesi oluşur. Bunun sonucunda işi bitirmek için verilen gerekli zaman diliminin sonuna gelindiğinde kişide zaman baskısı artmaya başlar (Özdemir, 2006).

### **2.1.8.1.7. Önceliklerin belirsizliği**

Bireysel ve örgütsel zaman yönetiminde, en çok zaman kaybına neden olan zaman tuzaklarındandır. Önceliklerin belirlenmesi için öncelikle bireysel hedeflerin belirlenmesi gerekir. “Bir hedef belirleme şu anki durumla planlı bir çatışmayı gösterir. Bir hedefe ulaşmak, rahatlık bölgelerimizin bildik, rahat coğrafyasından çıkıp yeni ufuklarda dolaşmaktır” (Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002).

Bireyler aklındaki tüm işlerini bitirmek için gerekli olan zamana sahip değillerdir. Bireyler sıklıkla “zamanım yok” ya da “işlerimi yetiştiremedim” şeklinde yakınırırlar. Bütün işler hiçbir zaman aynı aciliyet ve önem sırasına sahip olmadığından birey öncelikle yapılacak işlerini, önem derecesi ve önceliğine göre sıralamalı, gereksiz görülen işlere zaman harcamayarak ortadan kaldırmalıdır (Özdemir, 2006).

### **2.1.8.1.8. Stres ve zaman baskısı**

Bağışıklık sistemini bastırarak bedenin hastalıklara karşı direncini düşüren stres enerjimizi emerek, psikolojik ve fizyolojik hastalığa sebep olur. Karar verme gücümüzü ve performansımızı zayıflatır, bizi mutsuz ve özgüvensiz biri haline getirir (Scoot, 1995).

Zamanımızın boşa harcanmasına sebep olan tüm faaliyetler, bizi yeterince zamanımız olmadığı stresine iter. Zamanı tüketirken panik yaparız, heyecanlanırız dolayısıyla bu durum günlük ve çalışma hayatımızı olumsuz etkiler (Küçük, 2008).

Zamanında bitmesi gereken işleri yetiştiremeyen yöneticiler, yaşadıkları zaman baskısı nedeniyle stres yaşarlar. İşkolik yöneticilerde sıklıkla görülen yetkiyi paylaşmama, dinlenmek için zamanı ayırmama, sürekli koşturma, plansız çalışma gibi özelliklerden dolayı stres ve yan etkilerinden kaçınmak neredeyse olanaksızdır (Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002).

Tüm başarılı insanlar stresin olumsuz etkilerinden minimum düzeyde etkilenmek için tüm dikkatini ve enerjisini yaptığı iş üzerinde yoğunlaştırır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.8.1.9. Olumsuz kişisel tutum**

İnsanın zihinsel, düşünsel ve duygusal yeteneklerini tam olarak kullanabilmesi psikolojik sağlık olarak tanımlanır. Kişilerin mutlu olması tam kapasite ile çalışmasına bağlıdır. Duygusal ve zihinsel karışıklık, verim ve enerjide düşüğe sebep olur. Kendini koruma, kıskançlık duygusu, mücadele, öfke, hırs ve buna benzer olumsuz duygular kişinin çalışmasının önüne set koyduğu gibi üretici olunabilecek zamanı da boşa harcatır (Özdemir, 2006).

Olumsuz kişisel tutum veya yanlış tutum, ölümcül sonuçlara neden olabilir. Bu durum her zaman üretimi azaltır. Bunun ilacı iyi bir iletişimdir. İnsanlar çoğu zaman yanlış bir davranış sergilediklerinin farkında değildirler. Çevrenizdeki insanlar mutlaka sizin çözümünüz değil, sorunun bir parçası olduğunuzu söyleme cesaretini bulurlar (Smith, 1998).

#### **2.1.8.1.10. Alışkanlıkların kontrolünde olmak**

Kendimizi tanımanın yolu kendimizi kontrol altında tutmaktan geçmektedir. Günlük yaşamda karşılaştığımız birçok problemin altında kendi davranışlarımız yatıyor olabilir. Kendimizi tanıyıp, alışkanlıklarımızın bilincinde olmalıyız. Zamanımızı boşa harcayan alışkanlıklardan uzaklaşmalı ve fayda sağlar alışkanlıklar edinmeliyiz (Efil, 2007). Hayatımızın yapı taşları olan alışkanlıklar, bilinçaltında görev yaptığından onları kırmak oldukça zordur (Scoat, 1995).

Alışkanlıklar her zaman kötü değildir. Alışkanlıklar bizi binlerce işi ve rutini beyinlerimizde aşırı bir yüklenme olmadan yerine getirmemizi sağlar. Aksi halde herşeyi bilinç seviyesinde yapmak zorunda kalsaydık, bilgi kargaşası yaşar, çok az iş yapabilirdik (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.8.1.11. Kararsızlık**

Yapmakta olduğumuz bir iş veya bir sorunu çözmeye çalıştığımızda eğer o konu ile ilgili yeteri kadar bilgi sahibi değilsek bu durum kararsızlıkla sonuçlanacaktır. Kararsızlığın nedeni, bazen verdiğimiz kararın riskli olması bazen de başarısız olmak

korkusundan kaynaklanmaktadır. Karar veremediğimiz zaman başkaları bizim adımıza kararlar verir ancak sonucunun ne getireceği bilinmemektedir (Smith, 1998).

Örgütsel zaman içinde zaman kaybına sebep olan tuzaklardan biri de kararsızlıktır. Yöneticilerin çoğu karar verme aşamasına geldiğinde yaptıkları işin sonucuyla yüzleşeceklerinden tereddüt ederek, erteleyerek ya da bahaneler üreterek, karar vermekten kaçınırlar. Özellikle resmi örgütlerde yöneticiler, az planlanmış ve hızlı verilen kararlar yüzünden zamanlarının çoğunu bu kararları düzeltmekle uğraşırlar (Yılmaz ve Aslan, 2002).

İnsanlar bazen de yapacak birçok işleri ve seçenekleri olduğu zaman kararsızlığa düşerler. Karar vermek için olduğundan fazla zaman harcıyor ve kararsızlık batağından çıkamıyorsanız, alternatiflerinizi birbiriyle karşılaştırmadan önce en çok ulaşmak istediğiniz seçenek üzerinde yoğunlaşın ve tüm enerjinizi bu kararınızın gerçekleşmesi için harcayın (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.8.1.12. Güç (zor) olandan kaçınmak**

Bir işin nasıl yapıldığı kadar ne zaman yapıldığı da önemlidir. Öncelikle gözünüzde büyüyen ve zor gelen işlere el atmanız gerekir. Çünkü zor olan işleri ertelemek o işi daha da zor hale getirir. Ancak bireyler çoğunlukla zevk alarak yaptıkları işleri öne sürer, düşündüren zor olan işleri ise mümkün olduğunca erteleme yoluna giderler. Bu durumun sonucunda yalnızca iş bitirdiğinizi düşünerek kendinizi kandırılmış olursunuz. Zor görünen işlere başlamamanızın nedeni zamanınızın olması değil, enerjinizi ve var olan zamanınızı basit işlere ayırmanızdan kaynaklanmaktadır (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.8.1.13. Sigara kullanmak**

Sigara, sadece bireyin kendisine verdiği zararla kalmaz aynı zamanda çevresinde bulunan pasif içicilere de zarar vermektedir. İşlerin acil yetiştirilmesi gerektiği bir zaman diliminde sigara molası verme davranışı bireyler açısından normal bir davranış olarak görülse de sigara zaman tuzaklarından birisidir (Smith, 1998).

### **2.1.8.2. İşten ve çevreden kaynaklanan zaman tuzakları**

#### **2.1.8.2.1. Telefon görüşmeleri**

En yaygın iletişim araçlarının başında gelen telefon, iş ortamında haberleşme sağlayan en hızlı ve önemli araçlardan biridir. Günümüzde ise telefon özellikle öğrenciler için bir araçtan çok bir amaç haline gelmiştir. Öğrenciler telefonu zaman tasarrufu sağlayan bir kaynak olarak görmesi gerekirken bir sohbet aracı haline dönüştürmüşlerdir (Türkmen, 1992).

Telefonun zaman tuzağına dönüşmesini engellemek ve zaman tasarrufundan maksimum fayda sağlayabilmek için; telefonda işe yaramayacak görüşmelerin yapılmaması, not almak için kalem ve kağıdın el altında bulundurulması, söyleneceklerin önceden planlanması, verilecek mesajın açık ve net olarak verilmesi ve iyi bir dinleyici olunması gerekir (Tengilimoğlu ve diğerleri, 2015).

#### **2.1.8.2.2. Beklenmedik ziyaretçiler**

Beklenmeyen ziyaretçi, bireyde deprem etkisi yaratır. Elbette aşırıya kaçmamak kaydıyla sosyalleşmek gerekir. Sosyal çevre kişinin dinlenmesine olanak tanır. Ancak sosyal ortamda yapılan bazı sohbetler işe yarar nitelikte olmadığı gibi zaman kaybına da neden olabilmektedir (Allan, 1999).

Türk toplumunun kültürel özellikleri göz önüne alındığında ziyaretlerin, zaman kaybına neden olduğu görülmektedir. Yapılan bir araştırma sonucunda; ziyaretçilerin kişilerin işlerini aksatmasına neden olduğu ve dikkatlerini dağıttığı, tekrar aynı konu üzerinde odaklanmanın ise zaman aldığı görülmüştür. Plan dâhilinde olmayan ani ziyaretlerin kişilerin başka bir iş için ayırdığı zamanı işgal ettiği ve günlük iş planlarından uzaklaştırdığı belirtilmektedir (Karaoğlu, 2006).

#### **2.1.8.2.3. Rutin ve gereksiz işler**

Rutin işler, günlük olarak düzenli yapılan ve sıradanlaşan işleri ifade eder (Özçelik, 2006).

Her bireyin gün içerisinde haftada bir veya zamanın herhangi bir diliminde tekrarlayarak yaptığı bazı işler vardır. Bu yapılan işlere, bireye özgü ise “alışkanlık” işe özgüyse “rutin işler” denir. Alışkanlıklar, hayatımızı kolaylaştırarak zihnimizi yormadan işleri ve rutini bitirmemizi sağlar. Rutin işler, alışlagelen, sıradan, sıradanlık, çeşitlilik göstermeyen, alışlagelmiş düzen içinde yapılan işlerdir.

Yapılacak faaliyetlere hiçbir olumlu katkısı olmayan işlere gereksiz işler denir. Gereksiz işler üzerinde zaman harcamak sadece zaman kaybına neden olacaktır (Özdemir, 2006).

### **2.1.9. Eğitim ve okullarda zaman yönetimi**

Eğitim kavramı, ilk insanla birlikte ortaya çıkan, her dönemde önemi koruyan ve farklı dönemlerde sosyal özellikler paralelinde farklı tanımlanan bir kavramdır. Eğitimin; “terbiye, yönlendirme, yetiştirme, geliştirme, şartlandırma, alıştırma, pedagoji, eğitim bilimi, öğrenim ve öğretim, eğitilmişlik, edeb-rabb” gibi çeşitli şekillerde kullanımları vardır (Küçük, 2014). Dewey ‘göre eğitim, “yaşantıyı yeniden inşa etme yoluyla yetiştirmektir.” Tyler ‘ göre eğitim, “davranış değiştirme sürecidir.” Oğuzkan (1993)’ e göre eğitim, “önceden saptanmış amaçlara göre insanların davranışlarında belli gelişmeler sağlamaya yarayan planlı etkiler dizesidir.” Ertürk (1994)’ göre eğitim, “bireyin davranışlarında kendi yaşantısı yoluyla ve kasıtlı olarak istedik değişme meydana getirme sürecidir.” Tanrıoğen (2006)’ ya göre eğitim, “çocuğa toplumsal yaşamda kolaylıkla ve etkili bir vatandaş olarak yaşayabilmesi için gereksinim duyduğu bilgileri, becerileri, tutumları ve değerleri kazandırmasıdır.” (Akt: Saylan, 2017).

Bireylerin; hayatları boyunca saygın bir kimlik kazanması, sosyal ve kişisel yaşamı ile çalışma ve iş hayatını sağlam temeller üzerine kurması eğitimle mümkün olacaktır. Eğitim hayatında başarı sağlayabilmek, bu alana ne kadar zaman ayrıldığına ve bu ayrılan zamanın ne kadarının verimli kullanıldığına bağlı olacaktır (Kibar, 2014).

Hayatın her alanında önemli olan zaman kavramı eğitim alanında da önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Özçelik, 2006). Eğitim kurumları olan okulların kaynağını yöneticiler, öğretmenler ve öğrenciler oluşturmaktadır. Bu görevlerin

yüklendiği misyonlar kendi amaçları ve hedefleri doğrultusunda zamanı kullanmaktadırlar. Zaman bireylere yüklenen görev ve sorumluluklarına göre farklı anlamlar içermektedir. Bir öğrenci için zaman sınavlara hazırlanmak, ödev yapmak, kitap okumak gibi bir süreyi ifade ederken (Alay ve Koçak, 2003), bir öğretmen için zaman akademik dönemde planlanan hedefleri yapmakla açıklanabilir. Bu noktada zaman yönetiminin eğitim için ne kadar önemli bir kavram olduğunu söyleyebiliriz. Eğitimin her döneminde öğretmenler, öğrenciler büyük bir çabanın içerisindeyler. Yol gösterici olan öğretmenler, zamanlarını etkin kullandıklarında, hedeflere ulaşmada doğru planlar yaptıklarında başarılı olacak ve bunun yanında öğrencilerinin de başarılı olmalarını sağlayacaklardır (Gümüşgöl, 2013). Öğrenciler öğretim hayatında başarılı olabilmek için etkili gördüğü her yolu denemekte ve işlerini şansa bırakmamaktadırlar. Burada önemli olan öğretime ayrılan yeterli bir zaman diliminin olması ve bu zamanında etkin kullanılması gerekmektedir. Öğrenmenin istenilen nitelikte ve verimlilikte olabilmesi için öğrencinin çalışma temposunu iyi ayarlaması ve zamanını iyi planlaması gerekmektedir. Aksi takdirde öğrenci ne kadar çok çalışırsa çalışsın öğrenmeye gereğinden fazla zaman ayırsa da başarı olamayacaktır. Başarısızlığın altında yatan temel neden, düzensiz, plansız ve dengesiz bir çalışma şeklinden kaynaklanmaktadır. Tam bu noktada hayatın neredeyse her alanında yapılması gereken bir sıra izlenmelidir. Öncelikle günlük veya haftalık zamanın nereye harcandığı hakkında bilgiler toplanmalı ve bu bilgilerin analiz edilerek doğru planlama yapılması, zamanı kullanma sorunlarının belirlenerek bunlara çözüm yolları geliştirmek gerekmektedir. Bu durumu eğitime uyarladığımızda öğrencilerin öğretimden maksimum seviyede yarar sağlayacakları şekilde ders planlarını yapması ve öğrencinin çalışma saatlerini en verimli olduğu saatleri ayarlayarak çalışmalarını bu şekilde yürütmesi gerekmektedir (Erdul, 2005).

Zaman yönetimi ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, öğrencilerin proje-ödev teslim tarihleri ve sınav dönemleri gibi zamanın öğrenciler için önem kazandığı durumlarda stres ve kaygı düzeylerinde artış olduğu, zaman ve zaman yönetimi kavramlarının önemini yeterince anlayamayan öğrencilerin, anlayan öğrencilere kıyasla daha çok kaygı ve stres yaşadıkları belirtilmiştir (Sezen, 2013).

Öğrencilerde zamanın yetmeyeceği algısı kendilerini akademik yönden yetersiz hissetmelerine, stres ve kaygı yaşamalarına sebep olabilir. Öğrenciler zamanla ilgili



başarısızlıkları yüzünden yeterince doyum sağlayamamaları, kendilerine olan güvenlerini kaybetmeleri, suçluluk ve eksiklik duygusu gibi birçok olumsuz psikolojik duygu yaşamalarına sebep olabilir (Erdul, 2005).

## **2.2. Literatür Taraması**

Bu bölümde, zaman yönetimi ile ilgili Türkiye’de ve yurt dışında yapılan araştırmalara yer verilmiştir. Araştırmalar seçilirken öncelikli olarak eğitim alanında olan çalışmalara yer verilmiş, zaman yönetimi ile ilgili işletme, yönetim ve diğer alanlarda yapılan araştırmalara çok yer verilmemiştir.

### **2.2.1 Konu ile ilgili yurt içi araştırmalar**

Eldeleklioğlu (2008), tarafından yapılan çalışmada ergenlerin zaman yönetim düzeyleri çeşitli değişkenler açısından incelenmiş ve durumluk-sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Çalışma sonucunda, zaman yönetiminin alt boyutları ile durumluk-sürekli kaygı düzeyleri arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca kadın öğrencilerin zaman yönetim becerileri erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde farklılık gösterirken, yaş değişkenine göre farklılaşmamaktadır.

Andıç (2009), tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada sonucunda, öğrencilerin akademik başarıları zaman yönetimi toplam puanı ve zaman planlaması alt boyutu arasında pozitif yönde istatistiksel anlamlı bir fark olduğu, cinsiyet değişkeninin zaman tutumları alt boyutunda kadınlar lehine anlamlı fark olduğu, yaş değişkeni açısından zaman harcattırıcılar alt boyutunda farklılığın 18-21 yaş arası öğrencilerde olduğu bulunmuştur.

Erdem, Pirinçci ve Dikmetaş (2004), tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi davranışları farklı değişkenlere göre incelenmiş ve bu davranışların akademik başarı ile ilişkisi ortaya konulmaya çalışılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre öğrencilerin genel zaman yönetimi puanlarının orta düzeyde olduğu,

incelenen değişkenler ile arasında anlamlı farklılıklar olmadığı ancak öğrencilerin akademik başarı puanları ile öğrenim gördükleri sınıf hariç, diğer tüm değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterdiğini tespit etmişlerdir. Bu farklılığın ise kadın öğrenciler, yaşça küçük olanlar ile özel yurtlarda ve kredi yurtlarda kalanlar lehine olduğudur.

Alay ve Koçak (2003), tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin zaman yönetimleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca zaman yönetimi ve akademik başarı üzerinde cinsiyete göre anlamlı bir fark olup olmadığına bakılmış, kadın öğrencilerin zaman planlaması ve genel zaman yönetiminde erkek öğrencilere oranla daha başarılı oldukları bulunmuştur. Öğrencilerin genel zaman yönetimi ve akademik başarıları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki varken, zaman tutumları alt boyutunda anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Türe (2013), tarafından yapılan çalışmasında hazırlık okulu öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile stres yönetimi becerileri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonucunda, zaman yönetimi ve stres yönetimi toplam puanı orta düzeydedir. Öğrencilerin zaman yönetim düzeyleri İngilizce başlangıç seviyesinde olan öğrenciler lehine anlamlı farklılık gösterirken, cinsiyet, yaş, yaşadığı yer, hazırlık okulunda buldukları yıl, okuyacakları alan değişkenlerine göre farklılık göstermemektedir.

Zekioğlu, Erdoğan ve Türkmen (2015), tarafından yapılan çalışmasında sporcu öğrencilerin zaman yönetimi becerileri çeşitli değişkenlere göre incelenmiş ve akademik başarıları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonucunda, öğrencilerin zaman yönetimleri ile akademik ortalamaları arasında anlamlı farklılık yoktur ancak zaman harcattırıcılar alt boyutunda pozitif yönde bir ilişki vardır. Ayrıca genel zaman yönetimi ve zaman planlaması alt boyutunda yaş değişkeni açısından anlamlı düzeyde bir farklılık vardır.

İşcan (2008), tarafından yapılan çalışmasında, Pamukkale üniversitesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri farklı değişkenlere göre incelenmiş ve bu becerilerin öğrencilerin akademik başarıları üzerindeki etkisi belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma sonucuna göre, öğrencilerin zaman yönetimi becerileri yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermektedir. Öğrenciler zaman tutumları alt boyutunda cinsiyet, yaş, öğrenim gördükleri fakülte, öğrenim gördükleri sınıflar arasında anlamlı farklılığın olduğu cinsiyet değişkeni açısından farkın kadın öğrenciler lehine olduğu bulunmuştur.

Öğrencilerin zaman yönetimi düzeyleri ve alt boyutları akademik başarılarını anlamlı olarak etkilemektedir.

Bezci (2018), tarafından yapılan çalışmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi düzeyleri farklı değişkenler açısından incelenmiştir. Öğrencilerin zaman yönetim düzeyleri cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde zaman planlama alt boyutunda kadın öğrenciler, zaman harcattırıcılar alt boyutunda ise erkek öğrenciler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Bölüm değişkeni açısından zaman harcattırıcılar alt boyutunda, yaş değişkeni açısından zaman planlaması ve zaman harcattırıcılar alt boyutunda, lisanslı olarak spor yapma durumuna göre genel zaman yönetimi ile zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutlarında, millilik sayısına göre genel zaman yönetimi ile zaman planlaması, zaman tutumları ve zaman harcattırıcılar alt boyutlarında, ilgilenilen spor dalına göre zaman harcattırıcılar alt boyutunda, sportif başarı durumuna göre genel zaman yönetimi ile zaman planlaması, zaman tutumları alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur.

Hacıbalayeva (2017), tarafından yapılan çalışmada Ondokuz Mayıs Üniversitesi ve Azerbaycan Devlet İktisat Üniversitesi lisansüstü öğrencileri karşılaştırılarak zaman yönetimi becerileri incelenmiş ve öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinin cinsiyet, medeni durum, konaklama yeri, not ortalaması, üniversite faktörlerine göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre, soruların yeniden yapılandırılması için yapılan faktör analizinde ortaya çıkan zaman planlaması ve zaman tuzakları boyutlarında lisansüstü öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinde cinsiyete, medeni duruma, konaklama yerine, not ortalamasına göre farklılıklar tespit edilmiştir.

Yıldız (2018), tarafından yapılan çalışmada Eğitim Fakültesi son sınıf öğrencilerinin zaman yönetim düzeyleri ve stres algıları incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, öğrencilerin zaman yönetim düzeyleri ve stres algıları orta seviyededir. Öğrencilerin zaman yönetimi algıları cinsiyet ve akademik ortalamaya göre farklılık göstermemektedir. Öğrencilerin stres algıları cinsiyete göre farklılık göstermemekte ve zaman yönetimi algıları arasında negatif düzeyde bir ilişki bulunmamaktadır.

Tektaş ve Tektaş (2010), tarafından yapılan çalışmada Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi ve akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırma sonucuna göre, zaman yönetimi davranışları ile akademik başarı puanları arasında anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuş ve öğrencilerin akademik başarı notu yükseldikçe zaman yönetim puanları da yükselmiştir.

Karaoğlu (2015), tarafından yapılan çalışmada Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi davranışları çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Çalışma sonucunda, öğrencilerin orta düzeyde zaman yönetimi becerilerine sahip olduğunu, cinsiyetlerine, öğrenim durumlarına, yaşlarına ve günlük serbest zamanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığını, bölüm ve genel akademik not ortalaması değişkenleri açısından anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür.

Sezen (2013), tarafından yapılan çalışmada İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, üst sınıf öğrenci gruplarının toplam puanları diğer gruplara göre daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin yaşları ve sınıf düzeyleri arttıkça zaman yönetimi becerileri de artmaktadır.

Dinçay (2010), tarafından yapılan çalışmada seçilmiş üniversite öğrencilerinin zaman yönetim becerileri ile fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda, fiziksel aktiviteye ayrılan süre ile zaman planlaması alt boyutunda anlamlı pozitif yönde, zaman harcattırıcılar alt boyutunda negatif yönde ilişki bulunmuştur. Ayrıca öğrencilerin zaman yönetim becerileri cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Sugötüren ve diğerleri (2011), tarafından yapılan çalışmada Spor Bilimleri ve Teknoloji Yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi davranışları incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda, öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre zaman harcattırıcılar alt boyutunda kadın öğrenciler lehine, sınıf düzeyine göre zaman tutumları alt boyutunda birinci sınıflar lehine anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Demirtaş ve Özer (2007), tarafından yapılan çalışmada öğretmen adaylarının zaman yönetimi becerileri ile akademik başarıları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre, öğretmen adaylarının zaman yönetimleri ile akademik başarıları arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Kadın öğrencilerin akademik

başarıları daha yüksek çıkmıştır ve erkek öğrencilere göre zamanı daha etkin kullanmaktadırlar.

Çağlıyan ve Güral (2009), tarafından yapılan çalışmada Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimlerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Öğrencilerin zaman yönetimi becerileri mezun oldukları lise, ÖSS puan türü, cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğretim türü faktörlerine göre incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre; mezun olunan lise türü, sınıf düzeyi ve öğretim türü faktörleri açısından fark bulunamamış olsa da, ÖSS puan türüne göre sayısalcıların ve cinsiyet faktörüne göre kadın katılımcıların zaman yönetimi becerileri puanları yüksek bulunmuştur.

Dallı ve Pekel (2017), tarafından yapılan çalışmada Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin gelecek zaman algı düzeyleri ile zaman yönetimi davranışları bazı değişkenlere göre değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonucuna göre, öğrencilerin zaman yönetimi algıları cinsiyet, yaş, üniversite ve bölüm değişkenlerine göre, gelecek zaman algıları ise bölüm değişkenine göre anlamlı derecede farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Çıkan bu sonucun, öğrencilerin okuldan aldıkları teorik ve uygulamalı derslerin farklılığına, kendilerini tanımaları ve sorumluluk sahibi olmalarına ve karşılaştıkları fırsatların farklı olmasına bağlı olduğu düşünülmektedir.

Yılmaz, Yoncalık ve Bektaş (2010), tarafından yapılan çalışmada Spor Yöneticiliği bölümü öğrencilerinin zaman yönetimi davranışı ile akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuca göre, öğrencilerin zaman yönetimi davranışlarının cinsiyet, yaş ve sınıf değişkenleri açısından anlamlı derecede farklılaşmadığı ve akademik başarıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Erdul (2005), tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin zaman yönetim becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerin zaman yönetimi becerileri arttıkça kaygı düzeyleri azalmaktadır. Ayrıca genel zaman yönetimi ve zaman planlaması alt boyutunda cinsiyet değişkenine göre kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre zamanı daha iyi kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Kıbar (2014), tarafından yapılan çalışmasında Karabük üniversitesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri çeşitli değişkenlere göre incelenmiş ve akademik başarıları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırma sonucunda, öğrencilerin zaman yönetimi becerileri cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşadıkları yer ve öğrenim gördükleri üniversiteye göre anlamlı düzeyde farklılık gösterirken, öğretim türleri arasında anlamlı farklılık göstermemektedir. Öğrencilerin zaman yönetimi becerileri arttıkça akademik başarıları da artmaktadır.

Küçüktop (2018), tarafından yapılan çalışmasında spor yapan üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinin ölçeğin genelinde ve alt faktörlerinde, cinsiyet, yaşanan yer, sınıf düzeyi, yerleşim yeri, anne ve baba tutumu, baba mesleği, anne mesleği değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinin aylık harcama değişkenine göre ölçeğin genelinde; ailenin aylık geliri değişkenine göre zaman planlaması boyutunda; öğrenim türü değişkenine göre ölçeğin geneli ve zaman harcatıcıları boyutunda; iş durumu değişkenine göre zaman tutumu alt boyutunda; düzenli spor değişkenine göre ölçeğin genelinde ve alt boyutlarında anlamlı farklılık gösterdiği bu farklılığında düzenli olarak spor yapan öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinin çok yüksek bir düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Buda öğrencilerin belirli bir düzeyin üstünde farkındalığa sahip olduklarını göstermektedir.

### **2.2.2. Konu ile ilgili yurt dışı araştırmalar**

Macan ve diğerleri (1990), tarafından yapılan çalışmasında “Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi: Akademik Performans ve Stres ile İlişkisi” incelenmiştir. Çalışmadan elde edilen veriler sonucunda, öğrencilerin zaman yönetimi ile stres arasında negatif yönde, zaman yönetimi ile akademik başarılar arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca erkek öğrencilerin zaman yönetimi becerileri kadın öğrencilere nazaran düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Nonis ve Hudson (2006), tarafından yapılan “Üniversite Öğrencilerinin Akademik Performansı: İş ve Çalışmaya Harcanan Zamana Etkisi” konulu araştırmasında, öğrencilerin yetenekleri, motivasyonları ve çalışmaları için ayırdıkları zamanın, çalışma performansları üzerinde etkili olduğunu göstermiştir. Öğrenciler çalışmak için ne kadar çok zaman ayırırlarsa, performansları o derecede yüksek olmaktadır. Ayrıca çalışma sonuçları, performansı yüksek olan öğrencilerin eğitim öğretim hayatı sonrasında, işe alınması ve tutulması üzerinde de olumlu etkileri olduğunu göstermektedir.

Claessens ve diğerleri (2007), tarafından yapılan “Zaman Yönetimi İle İlgili Yapılan Araştırmalara Genel Bir Bakış” konulu araştırmasında 1982-2004 yılları arasında yapılan 32 ampirik araştırmayı gözden geçirmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre; zaman yönetimi davranışlarının, algılanan zaman kontrolü, iş tatmini, sağlık ve stres üzerinde olumsuz etkilere sahip olduğu tespit edilmiştir. Zaman yönetimi eğitimi, zaman yönetimi becerilerini geliştirse de daha iyi bir performansla sebep olmamıştır. Bu araştırma, zaman yönetimi ile ilgili hangi etkilerin ortaya çıkabileceğini, hangi yönlerin hangi bireyler için yararlı olabileceğini ve hangi çalışma özelliklerinin olumlu etkileri artıracaklarını ya da engelleyeceğini açıkça ortaya koymaktadır. Bu çalışma, daha etkili zaman yönetimi uygulamalarının geliştirilmesine yardımcı olabilir.

Britton ve Tesser (1991), tarafından yapılan çalışmasında “Zaman Yönetimi Becerilerinin Akademik Başarı Üzerindeki Etkisini” incelemiştir. Araştırma sonucuna göre, kısa süreli planlamanın öğrencilerin akademik başarılarına olumlu yönde katkıda bulunduğu ancak uzun süreli planlamanın önemli bir etken olmadığı, öğrencilerin zaman yönetimi tutum ve becerilerinin akademik başarılarını pozitif olarak etkilediği araştırma sonucunda ortaya çıkmıştır.

Misra ve McKean (2000), tarafından yapılan “Zaman Yönetimi ve Serbest Zaman Etkinlikleri ile Akademik Stres Arasındaki İlişki” araştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre, Zaman yönetimi algısının akademik strese büyük etki gösterdiği araştırma sonucunda ortaya çıkmıştır. Kadın öğrencilerin zaman yönetimi becerileri ve kaygı düzeylerinin erkek öğrencilere göre yüksek olduğu ve zaman yönetimi becerilerinin yaşla birlikte artış sağladığı belirlenmiştir. Ayrıca erkek öğrencilerin

serbest zamanlarını değerlendirme aktivitelerinde kadın öğrencilerden daha başarılı oldukları görülmüştür.

Trueman ve Hartley (1996), tarafından yapılan çalışmada genç ve yaşça olgun üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile akademik başarı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, öğrenciler üç grupta toplanmıştır; 21 yaş altı öğrenciler, 21-25 yaş arası öğrenciler ve 25 yaş üzeri öğrenciler. Kadın öğrencilerin, zaman yönetiminde daha başarılı oldukları, 21 yaş altı ve 21-25 yaş arası öğrencilere oranla 25 yaş üzeri öğrencilerin zamanı daha iyi yönettikleri, yaşın akademik başarıyı az da olsa etkilediği, uzun süreli planlamada her iki cins arasında anlamlı bir farklılık olmazken kısa süreli planlamada kız öğrencilerin erkeklerden daha başarılı olduğu görülmüştür.

Cyril (2015), öğrenciler üzerinde yaptığı incelemede cinsiyet ve akademik başarının zaman yönetimi ile anlamlı ilişkisi bulunduğunu rapor etmiştir.

Liu, Rijmen, Maccann ve Roberts (2009), tarafından yapılan “Ortaokul Öğrencilerinin Zaman Yönetiminin Değerlendirilmesi” konulu araştırmalarında, zaman yönetiminin öz değerlendirilmesi ortaokul öğrencileri için geliştirilmiştir. Çalışma, ABD’de toplam 814 yedinci sınıf öğrencisine uygulanmıştır. Çalışmada açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Sonuç olarak kız öğrencilerin cevapları zaman yönetiminin her iki faktöründe de önemli derecede yüksek çıkmıştır.

Wells (1994), tarafından yapılan “Zaman Yönetimi ve Akademik Başarı” konulu araştırmasında, zaman yönetimi ile akademik başarı arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma grubunu, 88 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Zaman yönetimi tek boyutlu bir yapı olmadığı, zaman yönetimi tutum, davranış ve inançlarının genel yeteneğin etkisi ve akademik başarı üzerinde etkiye sahip olduğu sonucuna varılmıştır.

### **2.2.3. Konu ile ilgili farklı alanlarda yapılan çalışmalar**

Gözel (2009), tarafından yapılan çalışmada ilköğretim okulu öğretmenlerinin zaman yönetimi hakkındaki görüşleri farklı değişkenler açısından incelenmiş ve zaman yönetim düzeyleri yüksek seviyede bulunmuştur. İlköğretim okulunda görev yapan



öğretmenlerin genel zaman yönetimi hakkındaki görüşleri ile cinsiyet değişkenini arasında sadece zaman yönetiminin, zaman harcattırıcılar alt boyutunda bayan öğretmenler lehine, okul türü değişkeninde ise sadece zaman harcattırıcılar alt boyutunda özel okullarda görev yapan öğretmenler lehine anlamlı bir farklılığın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İlköğretim okulu öğretmenlerin zaman yönetimi hakkındaki görüşleri ile kıdem değişkeni arasında genel zaman yönetimi ve zaman planlaması alt boyutunda anlamlı bir farklılığın olduğu, öğretmenlerin zaman yönetimi hakkındaki görüşleri ile eğitim durumu değişkeni genel zaman yönetimi ve zaman planlaması alt boyutunda ön lisans mezunlar lehine anlamlı bir farklılığın olduğu, kadro durumu değişkeni ile öğretmenlerin zaman yönetimi hakkındaki görüşleri arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı, yayın okuma değişkeninde anlamlı farklılığın olduğu, branş değişkeninde zaman tutumları alt boyutu hariç diğer boyutlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Işık ve Cengiz (2018), tarafından yapılan çalışmada doğa kulüplerine üye olan bireylerin zaman yönetim becerileri ve karar verme stilleri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, bireylerin zaman yönetim becerileri yaş ve cinsiyet değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık varken, eğitim durumları değişkenine göre farklılık yoktur. Araştırmaya katılan bireylerin zaman yönetimleri ve karar verme stilleri arasında ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Silahtaroglu (2004), tarafından yapılan çalışmasında akademisyenlerin zaman yönetimleri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, kişisel ve örgütsel zaman kaybettiricilere yakalanma ve zamanın verimli kullanılması boyutunda öğretim üyeleri ve diğer öğretim elemanları arasında anlamlı farklılık yoktur. Örgütsel zaman kaybettiricilere yakalanma ve zamanın verimli kullanılması boyutunda idari görevi olan ve olmayan akademisyenler arasında anlamlı farklılık yoktur. Lisans düzeyinde çalışan akademisyenler örgütsel zaman kaybettiricilere yakalanma ve zamanın verimli kullanılması boyutunda ön lisans düzeyinde çalışan akademisyenlere oranla anlamlı bir farklılık olmasa da daha az kişisel zaman tuzaklarına düştükleri sonucuna ulaşılmıştır.

Güler (2018), tarafından yapılan çalışmasında Kocaeli İl genelinde görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetimi becerileri ile iş doyumunu arasındaki ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, beden eğitimi öğretmenlerin yüksek

seviyede zaman yönetimi becerilerine ve iş doyumuna sahip oldukları görülmektedir. Beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetimi becerileri ile iş doyumunu arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, beden eğitimi öğretmenlerin zaman yönetimi becerileri arttıkça iş doyumları da artmaktadır. Zaman yönetimi becerilerine sahip olan beden eğitimi öğretmenlerinin iş doyumlarının yüksek olması mesleklerini severek yaptıkları ve işlerinden memnun oldukları şeklinde yorumlanmıştır.

Küçük (2014), tarafından yapılan çalışmada Adıyaman ilindeki ortaöğretim kurumu yöneticilerinin zaman yönetimi becerileri ile tutumları çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Çalışma sonucunda, yöneticilerin zaman yönetimi düzeyleri görev, mezun olunan okul, idarecilikte toplam hizmet yılı ve zaman yönetimi ile ilgili kurs alınması değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Akın, Çıray ve Sönmez (2013), tarafından yapılan çalışmada öğretmen adaylarının kullandıkları öğrenme stratejileri ile zaman yönetimi düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, öğretmen adaylarının öğrenim gördükleri bölüm değişkeni açısından öğrenme stratejilerini kullanma durumları ve zaman yönetimi düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Cesur (2018), tarafından yapılan çalışmada öğretmen adaylarının bağımsız çalışabilme ve sorumluluk alabilme yetenekleri ile mizah tarzları ve zaman yönetimi becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, öğretmen adaylarının bağımsız çalışabilme ve sorumluluk alabilme düzeyleri cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma gösterirken, yaş, bölüm, bölümden memnuniyetleri ve not ortalamaları değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Kullanılan ölçekler arasındaki ilişki bakımından, öğretmen adaylarının bağımsız çalışabilme ve sorumluluk alabilme düzeylerinin mizah tarzları ile ilişkilendirilemediği, buna karşın zaman yönetimi becerileri ile orta dereceli pozitif ve istatistiksel olarak çok yüksek seviyede anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.

Çimen ve diğerleri (2017), tarafından yapılan çalışmada üniversite öğretim elemanlarının zaman yönetim anlayışları sportif etkinliklere katılma durumu, cinsiyet ve çalışma sürelerine göre ele alınmıştır. Çalışma sonucunda, üniversite öğretim elemanlarının zaman yönetim düzeyleri cinsiyet değişkeni açısından

farklılaşmamaktadır. Zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutlarında spor yapma durumuna göre, zaman tutumları alt boyutunda çalışma sürelerine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Yurdagül (2016), tarafından yapılan çalışmasında aktif spor yapan bireylerde zaman yönetimi, demografik farklılıklar açısından incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, aktif spor yapan bireylerin serbest zaman yönetiminde, üniversite mezunlarının spor yapma yılı 6-10 yıl olan sporcuların zamanı daha etkin değerlendirdiği, spora başlamada en önemli faktörün akraba ve arkadaşları olduğu ve bu faktörün serbest zamanı değerlendirmede sporcu üzerindeki etkisinin daha fazla olduğu görülmüştür. Medeni durum değişkenindeki evli bireylerin 26-30 ve 31-35 yaş arasındaki sporcuların zaman yönetiminde daha özenli oldukları tespit edilmiştir.

Samuk (2014), tarafından yapılan çalışmasında Osmangazi üniversitesinde görev yapan akademik ve idari personelin fiziksel aktivitelere katılmalarını zaman yönetimi açısından incelemiştir. Araştırma sonucuna göre, yaş faktörü ile zaman planlaması, zaman harcattırıcılar, arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Görev kadrosu faktöründe ise zaman planlamasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Zaman planlama ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Uyduran (2014), tarafından yapılan çalışmasında ilkökul yöneticilerinin zaman yönetimi becerileri orta düzeyde bulunmuştur. Yöneticilerin zaman yönetimi becerileri cinsiyete, yaşa ve görev unvanına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Fakat yöneticilerinin zaman yönetimi becerilerinde medeni duruma, kıdeme, eğitim durumuna bağlı anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Elde edilen bulgular çerçevesinde yöneticilerin zamanını engelleyen faktörler belirlenmiş ve zamanı etkin kullanabilmeleri için ilkökul yöneticilerine öneriler sunulmuştur.

Gürer ve diğerleri (2016), tarafından yapılan çalışmasında beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetimleri çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, ileriye dönük ve uzun süreli zaman planlamasını daha çok kadınlar ve evliler yapmaktadır. Bu yüzden kadınların zaman kaybı yaşadıkları düşünülmektedir. Kısa süreli planları daha çok lisans mezunları ve 21-25 yaş aralığındaki öğretmenlerin yaptığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca bireysel farklılıkların zaman yönetimini etkilediği düşünülmektedir.

Caz (2014), tarafından yapılan çalışmasında beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetim becerileri incelenmiştir. Çalışma sonucunda, zaman yönetimi becerileri cinsiyet değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Zaman tutumları alt boyutunda yaş değişkenine göre anlamlı fark vardır. Bu fark öğretmenlerin yaşı arttıkça zaman yönetimi becerilerinin azaldığını göstermektedir.

Demir (2003), tarafından yapılan çalışmasında Gençlik Spor İl Müdürlüğü yöneticilerinin zaman yönetimlerini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre, yöneticilerin “her şeyin kolaylıkla bulunabileceği ve yerli yerinde olduğu bir dosyalama sistemine” dikkat ettikleri ve “zamanın hızlıca geçtiği duygusuna kapıldıkları” tuzağına düştükleri görülmüştür.

Çınar (2018), tarafından yapılan çalışmasında ilköğretim okulu yöneticilerinin zaman yönetimi düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, yöneticilerin zaman yönetim düzeyleri iyi seviyededir. Yöneticilerin zaman planlama boyutunda okul türü, yaş, medeni durum ve yöneticilikteki kıdemine göre, zamanı etkin kullanma ve zaman tuzaklarına düşmeme boyutlarında okul büyüklüğü değişkenine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Boduç (2016), tarafından yapılan çalışmasında hemşirelerin zaman yönetimleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda, hemşirelerin zaman yönetimleri yaş, medeni durum, zaman yönetimi eğitimi alıp-almama durumu, çalışılan kurum, mesleki ve kurumsal deneyim, yaptığı görev değişkenleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu farklılıklar medeni durumu evli olanlar, en az lisans mezunu, 35 yaş ve üstü, başhemşire, sorumlu hemşire gibi yönetsel görevlerde yer alanlar, zaman yönetimi eğitimi alan, görevde en az 11 yıl deneyimi olan hemşirelerin puan ortalamaları daha yüksek çıkmıştır.

Kocabaş ve Erdem (2003), tarafından yapılan çalışmasında yönetici adayı öğretmenlerin kişisel zaman yönetimi davranışları çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, öğretmenlerin zaman yönetimleri iyi durumdadır. İlçe merkezde çalışan öğretmenlerin yapılacak işleri öncelik ve önem sırasına göre belirlemede köy – belde merkezinde çalışan öğretmenlerden daha iyi olduklarını, il merkezinde çalışan öğretmenlerin ilçe merkezindeki öğretmenlere oranla daha çok hayatın amaçsız ve belirsiz olduğu düşüncesine kapıldığını, köy merkezlerinde

çalışan öğretmenlerin il – ilçe merkezinde çalışan öğretmenlere göre daha fazla gereksiz telefon konuşmaları yaptıkları sonucuna ulaşmışlardır.

Genç (2014), tarafından yapılan çalışmada bir kamu kurumunda çalışan iş görenlerin sanal tembellik davranışları ile etkin zaman yönetimleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, zaman tuzakları alt boyutunun sanal tembellik davranışını olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Başak, Uzun ve Arslan (2008), tarafından yapılan çalışmada hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre yaşı büyük olan grubun zaman yönetimi toplam puanları yüksek çıkmış ve akademik başarı puanları arttıkça zaman yönetimi toplam puanları da buna paralel olarak arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Köse, Çınar ve Akduran (2012), tarafından yapılan çalışmada hemşirelik öğrencilerinde internet bağımlılığın kişilik özellikleri ve zaman yönetimi ile ilişkisi incelenmiştir. Hemşirelik öğrencilerinin internet bağımlılığı düşük düzeyde, zaman yönetimi ölçeğinden alınan toplam puan ise yüksek çıkmıştır.

Dedik (2008), tarafından yapılan çalışmada 13-19 yaş arasındaki Tip 1 diyabetli adolesanların zaman yönetimi becerileri ve metabolik kontrol üzerine etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, zaman yönetimi puanı ortalama puanı geçen ve zaman yönetimi iyi/orta olarak değerlendirilen adolesanlar tüm grubun yarısından fazlasını oluşturduğundan adolesanların davranışsal olarak da kendi kendini yönetimlerinin iyi/orta düzeyde olduğunu, zaman yönetimi iyi adolesanların diyabete uyumlu olduğunu, diyabete uyumun metabolik kontrolün iyi olması üzerine etkili olmadığını sonucuna ulaşılmıştır.

Sayan (2005), tarafından yapılan çalışmada askeri hastanelerde çalışan yönetici hemşirelerin zaman yönetimleri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, yönetici hemşirelerin yaş, medeni durumu, eğitim durumu, yöneticilik yaptığı süreç, kurumdaki çalışan sayısı ile zaman planlama, önceliklerin belirlenmesi ve zaman tuzakları arasında anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Ancak hastanede genel olarak çalıştıkları süreye ve yetki devrine göre zaman planlama, öncelikleri belirleme ve zaman tuzakları arasında yüksek düzeyde anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Kıdak (2011), tarafından yapılan çalışmasında İzmir İli Eğitim ve Araştırma Hastane yöneticilerinin zaman yönetimi tutumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda, hastane yöneticilerinin zaman yönetimlerinin olumlu yönde olduğu ve zamanın boşa harcanması konusunda duyarlılıklarının fazla olduğu düşünülmektedir.

Öncel, Büyüköztürk ve Özçelikay (2005), tarafından yapılan çalışmasında serbest eczacıların zaman yönetim düzeyleri incelenmiştir. Serbest eczacıların zamanı nasıl yönettikleri, ne tür zaman tuzaklarına düştükleri, bu tuzaklara ne gibi önlemler getirilmesi gerektiği sorularına cevap aranmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuca göre, cinsiyet değişkenine göre zaman planlama alt boyutunda erkek eczacıların, kadın eczacılara oranla zamanlarını daha verimli kullandıkları bulunmuştur.

Şahin (2014), tarafından yapılan çalışmasında Lise Öğretmenlerinin zaman yönetimi hakkındaki düşüncelerini belirlemek ve farklı değişkenler açısından etkisini incelemek amaçlanmıştır. Araştırma sonucuna göre, öğretmenlerin zaman yönetimi hakkındaki düşünceleri yüksek seviyede bulunmuştur. Öğretmenlerin genel zaman yönetiminin zaman planlaması ve zaman harcattırıcılar alt boyutlarında okul türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Özkılıç ve Korkmaz (2004), tarafından yapılan çalışmasında Sosyal Bilimler, Fen Bilimleri ve Beden Eğitimi Spor Öğretmenlerinin sınıfta zaman yönetimi davranışları incelenmiştir. Çalışma sonucunda, öğretmenlerin ders öncesi ve ders sonrasında zamanın verimli kullanılmasına yönelik davranışların bazılarını yaparken bazılarını yapmadıkları tespit edilmiştir. Araştırmada öğretmenlerin çoğunluğunun zaman yönetimi ile ilgili bir faaliyete katılmadığı ve zaman yönetimi ile ilgili herhangi bir yazı okumadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Rodoplu (2001), tarafından yapılan çalışmasında stratejik yönetim düzeyinde zaman yönetimi ve yetki devrini incelemiştir. Gözlenen değerler sonucunda özel işletme yöneticilerinin % 71'i zaman yönetimini kullanırken, kamu yöneticilerinin sadece % 65'i zaman yönetimini kullanmaktadır sonucuna ulaşılmıştır.

Yalınbaş (2003), tarafından yapılan çalışmasında bölük komutanı ve takım komutanı düzeyindeki eğitim yöneticilerinin zaman yönetimlerinde duygusal zekayı

kullanmaları incelenmiştir. Araştırmanın sonucuna göre, duygusal zekası gelişmiş olan yöneticiler, duygularını kontrol edebilmekte ve çalışma arkadaşlarının duygularını, psikolojik durumlarını anlayabilmektedir sonucuna ulaşılmıştır.

Albayatı (2018), tarafından yapılan çalışmasında akademisyenlerin zaman yönetiminin iş tatmini ve tükenmişlik üzerindeki etkisi incelenmiştir. Kerkük Üniversitesi'ndeki akademisyenlerden anket yöntemiyle elde edilen istatistiki verilerin sonuçlarına göre, genel zaman yönetiminin zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutları ile iş tatmini arasında olumlu yönde istatistiksel bakımdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bunun yanında zaman planlaması ve zaman tutumlarının tükenmişlik üzerinde önemli etkiye sahip olduğu analizler sonucunda belirlenmiştir.

Ataş (2017), tarafından yapılan çalışmasında lise öğretmenlerinin sanal kaytarma davranışları ile zaman yönetimi düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma sonucunda, öğretmenlerin sanal kaytarma davranışları kıdem, medeni durum, eğitim durumu açısından anlamlı farklılık oluşturmadığı, zaman yönetim düzeylerinin cinsiyet, kıdem, medeni durum, eğitim durumu ve okul türü açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Toksoy (2010), tarafından yapılan çalışmasında toplam kalite yönetiminde zaman yönetiminin önemi araştırılmıştır. Araştırmada, meslek bakımından yapılan karşılaştırma sonucu akademik personelin toplam kalite yönetimi performansının idari personele göre daha fazla olduğu görülmektedir. Yalnız örgütsel zaman yönetimi açısından idari personelin toplam kalite yönetimi performansının daha yüksek düzeyde çıktığı saptanmıştır.

Hafner ve Stock (2010), tarafından yapılan "İşte Zamanın Kontrolünün Algılanması ve Zaman Yönetimi Eğitimi" konulu araştırmalarında işte performans, algılanan stres, zamanın kontrolünü algılama, psikolojik teori ve araştırmaya dayandırılan zaman yönetimi etkilerini incelemişlerdir. Araştırmacılar 35'i eğitim grubu, 36'sı kontrol grubu olmak üzere toplam 71 işçiyi çalışmaya dahil etmişlerdir. Araştırma sonucuna göre, zaman yönetimi eğitiminin algılanan stresi azaltmaya ve zaman kontrolünün algılanmasında artışa yol açtığı tespit edilmiştir. Katılımcılar öğretilen tekniklerin faydalı olduğunu belirtmişlerdir, fakat çeşitli tekniklerin kullanımında farklı kaygılar olduğu ortaya çıkmıştır.

## III. BÖLÜM

Araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama aracı, veri toplama süreci ve verilerin toplanması ile ilgili bilgiler bu bölümde yer almaktadır.

### 3. Yöntem

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada betimsel nitelikli tarama modeli kullanılmıştır. Büyüköztürk ve diğerleri (2016)' ya göre betimsel araştırmalar, verilen bir durumu olabildiğince tam ve dikkatli bir şekilde tanımlar. Tarama modeli ise var olan durumu, var olduğu biçimde ve nesnel bir yaklaşım ile ortaya koyma üzerine temellenmektedir (Karasar, 1999). Araştırmada veri toplama sürecinde, gönüllülük ilkesine bağlı olarak katılan öğrencilere ölçme aracı olarak anket uygulanmıştır.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2016/2017 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde Bolu Merkez İlçe 'deki ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören 5206 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, 2016/2017 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde Bolu Merkez İlçe' deki Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler, Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler, İmam Hatip Lisesi, Meslek Liseleri ve Anadolu Liselerinin farklı bölümlerinde öğrenim gören toplam 1861 öğrenci oluşturmaktadır. Çıngı (1994)' e göre, evreni 2000 olan bir çalışma grubunda örneklem en az 322, evreni 3000 olan başka bir çalışma grubundaki örneklem ise en az 341 olmalıdır. Bu değerlere göre 1861 öğrenciden oluşan çalışma grubu örnekleminin evreni temsil ettiği söylenebilir.



Katılımcı öğrencilerin demografik özellikleri ile ilgili bilgiler aşağıda verilmiştir.

**Tablo 3.1.** Ortaöğretim öğrencilerinin okul türüne göre dağılımları

Okul Türü	N	%
Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler	252	13,5
Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler	296	15,9
İmam Hatip Lisesi	189	10,2
Meslek Liseleri	736	39,5
Anadolu Liseleri	388	20,8
Toplam	1861	100,0

Tablo 3.1’de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin okul türü dağılımı ve yüzdelere bakıldığında, %13,5’i (n=252) Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler, %15,9’u (n=296) Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler, %10,2’si (n=189) İmam Hatip Lisesi, %39,5’i (n=736) Meslek Liseleri, %20,8 ‘i (n=388) Anadolu Liselerinde öğrenim gördüğü belirlenmiştir.

**Tablo 3.2.** Ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyete göre dağılımları

Cinsiyet	N	%
Kadın	937	50,3
Erkek	924	49,7
Toplam	1861	100,0

Tablo 3.2’de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin cinsiyetine göre dağılımı ve yüzdelere bakıldığında, %50,3 ‘ü (n=937) kadın, %49,7’si (n=924) erkek olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 3.3.** Ortaöğretim öğrencilerinin sınıf düzeyi dağılımları

Sınıf Düzeyi	N	%
9.Sınıf	713	38,3
10.Sınıf	590	31,7
11.Sınıf	312	16,8
12.sınıf	246	13,2
Toplam	1861	100,0

Tablo 3.3’de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin sınıf düzeyi dağılımı ve yüzdelerine bakıldığında, %38,3 ‘ü (n=713) 1.sınıf, %31.7’si (n=590) 2.sınıf, %16,8 ‘i (n=312) 3.sınıf, %13,2’si (n=246) 4.sınıf olarak belirlenmiştir.

**Tablo 3.4.** Ortaöğretim öğrencilerinin okulda veya kulüpte lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre dağılımları

Lisanslı Olarak Spor Yapıp Yapmama	N	%
Evet	505	27,1
Hayır	1356	72,9
Toplam	1861	100,0

Tablo 3.4’de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin lisanslı olarak spor yapıp yapmama durumlarına göre dağılımı ve yüzdelerine bakıldığında, %27,1 (n=505) öğrenci lisanslı olarak spor yaparken, %72,9 (n=1356) öğrenci lisanslı olarak spor yapmadığı belirlenmiştir.

### 3.3. Veri Toplama Aracı

Çalışmada veri toplama aracı olarak “Zaman Yönetimi Ölçeği” kullanılmıştır (Ek2). Zaman Yönetimi Ölçeği üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerini ölçmek amacıyla Britton ve Tesser (1991) tarafından geliştirilmiş olup, Türkiye’ye uyarlaması Alay ve Koçak (2002) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin orijinali toplam 35 maddeden oluşmakta olup, toplam skor 52 ila 123 (ortalaması 91, standart sapması 14) arasında değişmiştir. Bu ölçeğin; kısa dönem planlama (short-range planning), zaman tutumları (time attitudes) ve uzun dönem planlama (long-range planning) olmak üzere üç alt boyutu vardır. Türkiye’ye uyarlanan Zaman Yönetimi Ölçeği’ndeki madde sayısı 27 olup ölçek toplam puanı 5-135 arasında değişmektedir. Bu ölçek; Zaman Planlaması (Kısa ve Uzun Vadeli Planlama), Zaman Tutumları ve Zaman Harcattırıcılar olmak üzere üç alt boyutta ele alınmış olup, Alay ve Koçak’ın (2002) çalışmasında toplam skor 47 ila 123 (ortalaması 86,68, standart sapması 13,21) arasında değişmektedir. 27 maddeden oluşan bu ölçekteki yanıtlar, 5’li likert tipine uygun olarak puanlanmakta, cevaplar ‘her zaman (5)’, ‘sık sık(4)’, ‘bazen(3)’, ‘nadiren(2)’ ve ‘hiç(1)’ ifadelerinden oluşmaktadır. Bu ifadelere 1 ile 5 arasında puan verilmiştir. Ölçeğin toplam 3 boyutlu bir yapıya sahip olduğu; birinci boyutta yer alan (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16) maddelerin zaman planlaması ile ilgili, ikinci boyutta yer alan (17,18,19,20,21,22,23) maddelerin zaman tutumları ile ilgili, üçüncü boyutta yer alan (24,25,26,27) maddelerin zaman harcattırıcıları ile ilgili zaman yönetimi unsurlarından oluştuğu görülmüştür. Boyutlardan alınan toplam puanın yüksekliği olumlu tutumu ifade etmektedir. Türkiye için geçerlilik güvenilirlik çalışmasında, ölçeğin Cronbach Alpha Katsayı Değeri 0,87, “Zaman Planlaması” boyutu için 0,88, “Zaman Tutumları” boyutu için 0,66 ve “Zaman Harcattırıcılar” boyutu için ise 0,47 bulundu. Literatür incelemesinde, Zaman Yönetimi ile ilgili çalışmalarda genellikle 1991 senesinde Britton ve Tesser tarafından geliştirilen ve 2002 yılında Alay ve Koçak tarafından Türkçe’ye uyarlanan bu ölçeğin kullanıldığı görülmektedir. Çalışmaların bir kısmında ölçekte herhangi bir değişiklik yapılmadan referans gösterilerek, bir kısmında ise bazı değişiklikler yapılarak uygulamaya konulmuştur. Bu araştırmada da “Zaman Yönetimi Ölçeğinin” kaynak olarak kullanılması için Prof. Dr. Sema Alay’a elektronik posta yolu ile ulaşılmıştır ve ölçeğin kullanımı ile ilgili izin alınmıştır (Ek 2).

Çalışma kapsamında hazırlanan kişisel bilgi formunda ise öğrencilerin cinsiyeti, okulu, sınıfı ve okulda veya kulüpte lisanslı olarak spor yapma durumu bilgileri yer almaktadır.

**Zaman planlaması (kısa ve uzun vadeli planlama) boyutu;** bireyin; kısa ve uzun vadede günlük, haftalık, dönemsel planlar yapıp yapmadığı, planlarındaki netlik, amaçlar ve öncelikler üzerinde durur. Bu boyutta; 16. madde ters puanlanmakta olup, diğer maddeleri düz puanlanan toplam on altı maddeden oluşmaktadır. Boyuttan alınan toplam puanın yüksekliği, kısa ve uzun vadeli planlamanın iyi yapıldığını ifade eder (Uyaniker, 2014).

**Zaman tutumları boyutu;** bireyin zamanı kullanmaya yönelik tutum, davranış ve yaklaşımlarını ölçmeye yönelik bir ölçektir. Zamanın nasıl kullanıldığı, bu yönde kişinin kendi yeterlilik derecesinin farkında olup olmadığı, kişinin mi zamanı yoksa zamanın mı kişiyi yönlendirdiği, bireyin karar alabilme derecesini, asli işlerini engelleyen meşguliyetlere girme derecesi üzerinde durur. Boyutta; 1., 3., 4. ve 5. maddeler düz, 2., 6. ve 7. maddeler ters puanlanmakta olup, bu boyut toplamda yedi maddeden oluşmaktadır. Boyuttan alınan toplam puanın yüksekliği, bireyin zaman tutumunun iyi olduğunun göstergesi olarak kabul edilir (Uyaniker, 2014).

**Zaman harcattırıcılar boyutunda;** bireyin zamanını boşa harcamasına neden olan zaman tuzaklarına karşı durumu ölçülmüştür. Bireyin özel ve çalışma hayatı arasında denge kurup kuramadığı, fayda sağlamayacak boş işlere girip girmediği, rutin olarak yapması gereken işlerini son ana bırakıp bırakmadığı üzerinde durur. Bu boyut toplamda 4 maddeden oluşmakta olup, bu maddelerin tamamı ters puanlanmaktadır. Boyuttan alınan toplam puanın yüksekliği, bireyin zaman tuzaklarına düşmemek konusunda iyi olduğunun bir göstergesidir (Uyaniker, 2014).

### 3.4. Verilerin Toplanması

Verilerin toplanması T.C. Bolu Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün 81622018-605.01-E.3943367 Sayılı araştırma izin belgesi ile birlikte, araştırmacı tarafından Bolu Merkez İlçe 'de bulunan 10 adet ortaöğretim kurumunda öğrenim gören öğrencilere

uygulanmıştır. Araştırmanın verileri 2016-2017 eğitim-öğretim yılı, bahar döneminde toplanmıştır.

### **3.5. Verilerin Analizi**

Araştırmadan elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPSS programı kullanılarak çözümlenmiştir. Verilerin çözümlenmesinde yüzde (%), frekans (f) ve aritmetik ortalama ( $\bar{X}$ ) değerlerinden faydalanılmış, sonrasında elde edilen bulgular yorumlanmıştır. Bu araştırmadaki verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri -1,5 ve +1,5 arasında yer aldığından normal dağılım gösterdiği kabul edilerek, iki ilişkisiz örneklemin karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t-testi, ikiden fazla ilişkisiz örneklemin karşılaştırılmasında ise tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizinde, farklılık oluşturan grupları belirlemek amacıyla Tukey HSD Çoklu Karşılaştırma Testi kullanılmıştır. Yapılan yorumlarda anlamlılık düzeyi ( $p < 0.05$ ) olarak belirlenmiştir.

## IV. BÖLÜM

Bu bölümde Zaman Yönetimi Ölçeğinin ortaöğretim öğrencilerine uygulanmasıyla elde edilen bulgular ve yorumlara yer verilmiştir.

### 4. Bulgular

**Tablo 4.1.** Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi toplam puan ortalamaları

	Ölçekten Alınabilecek Max. – Min. Puan	Ölçekten Alınan Max. – Min. Puan	$\bar{X}$	ss
<b>Zaman Yönetimi Toplam Puanı</b>	135 – 27	121 – 44	<b>84,35</b>	12,62
<b>Zaman Planlaması</b>	80 – 16	78 – 17	48,89	11,55
<b>Zaman Tutumları</b>	35 – 7	35 – 8	22,50	3,94
<b>Zaman Harcattırıcılar</b>	20 – 4	20 – 4	12,95	3,75

Tablo 4.1.'de görüldüğü gibi öğrencilerin zaman yönetimi ölçeğinden almış oldukları toplam puan ortalaması ( $\bar{X} = 84,35 \pm 12,62$ ; min=44, max=121), zaman yönetimi ölçeğinin zaman planlaması alt boyutunda ( $\bar{X} = 48,89 \pm 11,55$ ; min=17, max=78), zaman tutumları alt boyutunda ( $\bar{X} = 22,50 \pm 3,94$ ; min=8, max=35), zaman harcattırıcıları alt boyutunda ( $\bar{X} = 12,95 \pm 3,75$ ; min=4, max=20) olarak bulunmuştur.

#### 4.1. Birinci Alt Probleme Ait Bulgular

“Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin öğrenim gördükleri okul türlerine göre zaman yönetimi düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?” alt problemine ait bulgular aşağıda bulunmaktadır.

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının öğrenim gördükleri okul türüne göre betimsel istatistiği Tablo 4.2’ de verilmiştir.

**Tablo 4.2.** Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının öğrenim gördükleri okul türüne göre betimsel istatistiği

Okul Türü	N	Zaman Planlaması		Zaman Tutumları		Zaman Harcattırıcılar		Toplam Zaman Yönetimi	
		$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss
<b>Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler</b>	252	48,90	10,90	22,75	3,67	<b>13,35</b>	3,77	85,00	12,15
<b>Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler</b>	296	50,03	12,45	22,29	4,36	12,82	3,53	85,14	14,31
<b>İmam Hatip Lisesi</b>	189	<b>51,15</b>	11,27	<b>23,40</b>	4,05	12,90	4,22	<b>87,46</b>	12,79
<b>Meslek Liseleri</b>	736	47,91	11,20	22,20	3,87	13,14	3,66	83,26	11,98
<b>Anadolu Liseleri</b>	388	48,76	11,84	22,64	3,77	12,47	3,76	83,89	12,40

Yapılan analizler sonucunda, okul türüne göre ZYÖ toplam puan ortalaması en yüksek okul türü İmam Hatip Lisesi ( $\bar{X} = 87,46$ ), en düşük okul türü ise Meslek Lisesi ( $\bar{X} = 83,26$ ) olarak belirlenmiştir. Zaman yönetimi ölçeğinin “Zaman Planlaması” alt boyutunda en yüksek puan ortalaması İmam Hatip Lisesinde öğrenim gören öğrencilerde ( $\bar{X} = 51,15$ ), en düşük puan ise Meslek Lisesinde öğrenim gören öğrencilerde ( $\bar{X} = 47,91$ ) görülmüştür. Zaman yönetimi ölçeğinin “Zaman Tutumları” alt boyutunda en yüksek puan ortalaması İmam Hatip Lisesinde öğrenim gören öğrencilerde ( $\bar{X} = 23,40$ ), en düşük puan ise Meslek Lisesinde öğrenim gören öğrencilerde ( $\bar{X} = 22,20$ ) bulunmuştur. Zaman yönetimi ölçeğinin “Zaman Harcattırıcılar” alt boyutunda ise en yüksek puan ortalaması Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liselerde öğrenim gören öğrencilerde ( $\bar{X} = 13,35$ ) iken en düşük puan

ortalaması Anadolu Lisesinde öğrenim gören öğrencilerde ( $\bar{X} = 12,47$ ) olduğu görülmüştür.

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin, zaman yönetimi algılarının öğrenim gördükleri okul türüne göre karşılaştırılması Tablo 4.3’ de verilmiştir.

**Tablo 4.3.** Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının öğrenim gördükleri okul türüne göre karşılaştırılması

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark Tukey
Zaman Yönetimi Toplam Puanı	Gruplar Arası	3070,147	4	767,537			3 > 4
	Grup İçi	293538,077	1856	158,156	4,853	<b>,001*</b>	3 > 5
	Toplam	296608,224	1860				
Zaman Planlaması	Gruplar Arası	2057,593	4	514,398			
	Grup İçi	246095,697	1856	132,595	3,879	<b>,004*</b>	3 > 4
	Toplam	248153,291	1860				
Zaman Tutumları	Gruplar Arası	255,355	4	63,839			3 > 2
	Grup İçi	28667,782	1856	15,446	4,133	<b>,002*</b>	3 > 4
	Toplam	28923,137	1860				
Zaman Harcattırıcılar	Gruplar Arası	160,546	4	40,136			1 > 5
	Grup İçi	26006,351	1856	14,012	2,864	<b>,022*</b>	4 > 5
	Toplam	26166,897	1860				

**1:** Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler, **2:** Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler, **3:** İmam Hatip Lisesi, **4:** Meslek Liseleri, **5:** Anadolu Liseleri.

Tablo 4.3’ de görüldüğü üzere yapılan tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre, öğrencilerin “Zaman Yönetimi Ölçeği’ nin” toplam puan ortalaması ile ( $F_{(4-1856)} = 4.85$ ,  $p < 0.05$ ), “zaman planlaması” ( $F_{(4-1856)} = 3.88$ ,  $p < 0.05$ ), “zaman tutumları” ( $F_{(4-1856)} = 4.13$ ,  $p < 0.05$ ), ve “zaman harcattırıcılar” ( $F_{(4-1856)} = 2.86$ ,  $p < 0.05$ ), alt boyutlarından



elde ettikleri puan ortalamalarının okul türü açısından karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ( $p<0.05$ ).

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin, zaman yönetimi algılarının öğrenim gördükleri okul türüne göre Tukey Fark Tablosu Tablo 4.4’de verilmiştir.

**Tablo 4.4.** Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının öğrenim gördükleri okul türüne göre Tukey fark tablosu

	Okul Türü (i)	Okul Türü (j)	Ortalama Farkı	Standart Hata	p
<b>Zaman Planlaması</b>	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	Meslek Liseleri	3,23768	0,93900	,005*
	<b>Meslek Liseleri</b>	İmam Hatip Lisesi	-3,23768	0,93900	,005*
<b>Zaman Tutumları</b>	<b>Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler</b>	İmam Hatip Lisesi	-1,10482	0,36593	,022*
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler	1,10482	0,36593	,022*
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	Meslek Liseleri	1,19831	0,32049	,002*
	<b>Meslek Liseleri</b>	İmam Hatip Lisesi	-1,19831	0,32049	,002*
<b>Zaman Harcattırıcılar</b>	<b>Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler</b>	Anadolu Liseleri	0,87379	0,30285	,032*
	<b>Anadolu Liseleri</b>	Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler	-0,87379	0,30285	,032*
	<b>Meslek Liseleri</b>	Anadolu Liseleri	0,66736	0,23484	,037*
	<b>Anadolu Liseleri</b>	Meslek Liseleri	-0,66736	0,23484	,037*
<b>Zaman Yönetimi Toplamı</b>	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	Meslek Liseleri	4,19401	1,02552	,000*
	<b>Meslek Liseleri</b>	İmam Hatip Lisesi	-4,19401	1,02552	,000*
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	Anadolu Liseleri	3,56341	1,11554	,012*
	<b>Anadolu Liseleri</b>	İmam Hatip Lisesi	-3,56341	1,11554	,012*

Okul türüne göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testine göre; İmam Hatip Lisesi öğrencileri ( $\bar{X} = 51,15$ ) zaman planlaması alt boyutunda, Meslek Lisesi öğrencilerine ( $\bar{X} = 47,91$ ) göre daha yüksek ortalamaya sahiptirler.

Zaman Tutumları alt boyutunda, İmam Hatip Lisesi öğrencileri ( $\bar{X} = 23,40$ ), Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler ( $\bar{X} = 22,29$ ), ve Meslek Lisesi öğrencilerine ( $\bar{X} = 22,20$ ), göre daha yüksek ortalamaya sahiptir. Zaman Harcattırıcılar alt boyutunda, Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler ( $\bar{X} = 13,35$ ), Anadolu Lisesi ( $\bar{X} = 12,47$ ) ve Meslek Lisesi ( $\bar{X} = 13,14$ ) öğrencilerinden daha yüksek ortalamaya sahiptirler.

Zaman yönetim ölçeği toplamına bakıldığında, İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin ( $\bar{X} = 87,46$ ) toplam puanı, Meslek Lisesi ( $\bar{X} = 83,26$ ) ve Anadolu Lisesi ( $\bar{X} = 83,89$ ) öğrencilerinin toplam puanına göre daha yüksektir.

#### **4.2. İkinci Alt Probleme Ait Bulgular**

“Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin cinsiyetlerine göre zaman yönetimi düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?” alt problemine ait bulgular aşağıda bulunmaktadır.

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin, zaman yönetimi algılarının cinsiyete göre karşılaştırılması Tablo 4.5’ de verilmiştir.

**Tablo 4.5.** Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının cinsiyete göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
<b>Zaman Yönetimi Toplam Puanı</b>	Kadın	937	84,11	13,15	1859	-,835	,404
	Erkek	924	84,60	12,06			
<b>Zaman Planlaması</b>	Kadın	937	48,30	11,38	1859	-2,205	<b>,028*</b>
	Erkek	924	49,48	11,69			
<b>Zaman Tutumları</b>	Kadın	937	22,32	4,20	1859	-2,057	<b>,040*</b>
	Erkek	924	22,69	3,64			
<b>Zaman Harcattırıcılar</b>	Kadın	937	13,48	3,59	1859	6,196	<b>,000*</b>
	Erkek	924	12,42	3,82			

Tablo 4.5’ de görüldüğü üzere, öğrencilerin Zaman Yönetimi Ölçeği toplam puanının cinsiyete göre dağılımları arasında  $p < 0.05$  düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. ( $p = 0,404 > 0,05$ ).

Fakat ZYÖ’nin Zaman Planlaması ( $t_{(1859)} = -2,205$ ,  $p < 0,05^*$ ), Zaman Tutumları ( $t_{(1859)} = -2,057$ ,  $p < 0,05^*$ ) ve Zaman Harcattırıcılar ( $t_{(1859)} = 6,196$ ,  $p < 0,05^*$ ) alt boyutlarından elde ettikleri puanların cinsiyete göre dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Kadın ve erkeklerin görüşlerinin ortalama puanları arasındaki farklılığı ortaya çıkarmak amacıyla yapılan t-testi sonuçlarına göre; erkek öğrencilerin ( $\bar{X} = 49,48$ ) “Zaman Planlaması” alt boyutunda, kadın öğrencilerden ( $\bar{X} = 48,30$ ) daha yüksek ortalamaya sahip olduğu, erkek öğrencilerin ( $\bar{X} = 22,69$ ) “Zaman Tutumları” alt boyutunda, kadın öğrencilerden ( $\bar{X} = 22,32$ ) daha yüksek ortalamaya sahip iken kadın öğrenciler ( $\bar{X} = 13,48$ ) “Zaman Harcattırıcılar” alt boyutunda erkek öğrencilerden ( $\bar{X} = 12,42$ ) daha yüksek ortalamaya sahiptir. Bu durumda erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre zaman yönetimi algılarının daha yüksek olduğu söylenebilir.

### 4.3. Üçüncü Alt Probleme Ait Bulgular

“Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin sınıf düzeylerine göre zaman yönetimi düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?” alt problemine ait bulgular aşağıda bulunmaktadır.

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının sınıf düzeyine göre betimsel istatistiği Tablo 4.6’da verilmiştir.

**Tablo 4.6.** Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının sınıf düzeyine göre betimsel istatistiği

Sınıf Düzeyi	N	Zaman Planlaması		Zaman Tutumları		Zaman Harcattırıcılar		Toplam Zaman Yönetimi	
		$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss
<b>9.sınıf</b>	713	47,10	10,83	<b>22,71</b>	4,00	<b>13,87</b>	3,25	83,70	12,58
<b>10.sınıf</b>	590	<b>50,53</b>	11,70	22,39	3,97	12,47	3,82	<b>85,41</b>	12,98
<b>11.sınıf</b>	312	49,25	11,61	22,41	3,71	12,46	3,82	84,14	12,16
<b>12.sınıf</b>	246	49,65	12,44	22,27	3,97	12,06	4,24	83,99	12,37

Betimsel istatistik sonucunda, sınıf düzeyine göre ZYÖ toplam puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalaması 10.sınıflarda ( $\bar{X} = 85,41$ ) iken, en düşük puan ortalamasının 9.sınıflarda ( $\bar{X} = 83,70$ ) olduğu belirlenmiştir.

Zaman yönetimi ölçeğinin “Zaman Planlaması” alt boyutunda en yüksek puan ortalaması 10.sınıflarda ( $\bar{X} = 50,53$ ), en düşük puan ortalaması ise 9.sınıflarda ( $\bar{X} = 47,10$ ) olduğu görülmüştür. Zaman yönetimi ölçeğinin “Zaman Tutumları” alt boyutunda en yüksek puan ortalaması 9.sınıflarda ( $\bar{X} = 22,71$ ), en düşük puan ortalaması ise 12.sınıflardadır ( $\bar{X} = 22,27$ ). Zaman yönetimi ölçeğinin “Zaman Harcattırıcılar” alt boyutunda ise en yüksek puan ortalaması 9.sınıflarda ( $\bar{X} = 13,87$ ) iken en düşük puan ortalaması 12. sınıflarda ( $\bar{X} = 12,06$ ) olduğu görülmektedir.

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin, zaman yönetimi algılarının sınıf düzeyine göre karşılaştırılması Tablo 4.7’ de verilmiştir.

**Tablo 4.7.** Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının sınıf düzeyine göre karşılaştırılması

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark Tukey
<b>Zaman Yönetimi Toplam Puanı</b>	Gruplar Arası	1008,360	3	336,120	2,112	,097	
	Grup İçi	295599,864	1857	159,181			
	Toplam	296608,224	1860				
<b>Zaman Planlaması</b>	Gruplar Arası	4050,020	3	1350,007	10,270	<b>,000*</b>	10 > 9
	Grup İçi	244103,270	1857	131,450			10 > 11
	Toplam	248153,291	1860				10 > 12
<b>Zaman Tutumları</b>	Gruplar Arası	53,767	3	17,922	1,153	,326	
	Grup İçi	28869,37	1857	15,546			
	Toplam	28923,137	1860				
<b>Zaman Harcattırıcılar</b>	Gruplar Arası	1010,551	3	336,850	24,866	<b>,000*</b>	9 > 10
	Grup İçi	25156,345	1857	13,547			9 > 11
	Toplam	26166,896	1860				9 > 12

9: 9.sınıf, 10: 10.sınıf, 11: 11.sınıf, 12: 12.sınıf.

Yapılan tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre, öğrencilerin “Zaman Yönetimi Ölçeği” nin” toplam puan ortalaması ile ( $F_{(3-1857)} = 2,11$ ,  $p > 0.05$ ), “zaman tutumları” ( $F_{(3-1857)} = 1,15$ ,  $p > 0.05$ ), alt boyutlarından elde ettikleri puan ortalamalarının sınıf düzeyi açısından karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Fakat “zaman planlaması” ( $F_{(3-1857)} = 10,27$ ,  $p < 0.05$ ), ve “zaman harcattırıcılar” ( $F_{(3-1857)} = 24,87$ ,  $p < 0.05$ ), alt boyutlarından elde ettikleri puan ortalamalarının sınıf düzeyi açısından karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ( $p < 0.05$ ).

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin, zaman yönetimi ölçeğinin zaman planlaması ve zaman harcattırıcılar alt boyutlarının sınıf düzeyine göre Tukey Fark Tablosu Tablo 4.8’ de verilmiştir.

**Tablo 4.8.** Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının sınıf düzeyine göre Tukey fark tablosu

	Sınıf Düzeyi(i)	Sınıf Düzeyi (j)	Ortalama Farkı	Standart Hata	p	
<b>Zaman Planlaması</b>	<b>9.sınıf</b>	10.sınıf	-3,42929	0,63809	<b>,000*</b>	
		11.sınıf	-2,15162	0,77825	<b>,029*</b>	
		12.sınıf	-2,54241	0,84777	<b>,015*</b>	
	<b>10.sınıf</b>	9.sınıf	3,42929	0,63809	<b>,000*</b>	
		11.sınıf	2,15162	0,77825	<b>,029*</b>	
		12.sınıf	2,54241	0,84777	<b>,015*</b>	
	<b>Zaman Harcattırıcılar</b>	<b>9.sınıf</b>	10.sınıf	1,40142	0,20484	<b>,000*</b>
			11.sınıf	1,41143	0,24984	<b>,000*</b>
			12.sınıf	1,81028	0,27215	<b>,000*</b>
		<b>10.sınıf</b>	9.sınıf	-1,40142	0,20484	<b>,000*</b>
			11.sınıf	-1,41143	0,24984	<b>,000*</b>
			12.sınıf	-1,81028	0,27215	<b>,000*</b>

Sınıf düzeyine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testine göre,10.sınıf öğrencileri ( $\bar{X} = 50,53$ ) zaman planlaması alt boyutunda, 9.sınıf ( $\bar{X} = 47,10$ ), 11.sınıf ( $\bar{X} = 49,25$ ) ve 12.sınıf ( $\bar{X} = 49,65$ ) öğrencilerine göre daha yüksek ortalamaya sahiptirler.

Zaman Harcattırıcılar alt boyutunda, 9.sınıf öğrencileri ( $\bar{X} = 13,87$ ), 10.sınıf ( $\bar{X} = 12,47$ ), 11.sınıf ( $\bar{X} = 12,46$ ) ve 12.sınıf ( $\bar{X} = 12,06$ ) öğrencilerine göre daha yüksek ortalamaya sahiptir.

#### 4.4. Dördüncü Alt Probleme Ait Bulgular

“Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin okulda veya kulüpte lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre zaman yönetimi düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?” alt problemine ait bulgular aşağıda bulunmaktadır.

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin, zaman yönetimi algılarının lisanslı spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması Tablo 4.9’da verilmiştir.

**Tablo 4.9.** Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi algılarının lisanslı spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması

		Lisanslı Spor Yapma Durumu	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
<b>Zaman Yönetimi Toplam Puanı</b>	Evet		505	<b>85,60</b>	12,40			
	Hayır		1356	83,89	12,68	1859	2,608	<b>,009*</b>
<b>Zaman Planlaması</b>	Evet		505	<b>50,14</b>	12,01			
	Hayır		1356	48,42	11,34	1859	2,860	<b>,004*</b>
<b>Zaman Tutumları</b>	Evet		505	<b>22,82</b>	3,62			
	Hayır		1356	22,38	4,05	1859	2,138	<b>,033*</b>
<b>Zaman Harcattırıcılar</b>	Evet		505	12,63	3,85			
	Hayır		1356	<b>13,07</b>	3,70	1859	-2,273	<b>,023*</b>

Okulda veya kulüpte lisanslı spor yapma durumlarına göre, öğrencilerin genel zaman yönetiminde ve alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır ve bu farklılık lisanslı olarak spor yapan öğrenciler lehinedir.

Zaman Yönetimi Ölçeğinin ( $t_{(1859)} = 2,608$ ,  $p < 0,05^*$ ) toplam puan ortalaması ile Zaman Planlaması ( $t_{(1859)} = 2,860$ ,  $p < 0,05^*$ ), Zaman Tutumları ( $t_{(1859)} = 2,138$ ,  $p < 0,05^*$ )

ve Zaman Harcattırıcılar ( $t_{(1859)} = -2,273$ ,  $p < 0,05^*$ ) alt boyutlarından elde ettikleri puanların lisanslı spor yapma durumlarına göre dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

Lisanslı spor yapan ve yapmayan öğrencilerin ortalama puanları arasındaki farklılığı ortaya çıkarmak amacıyla yapılan t-testi sonuçlarına göre; spor yapan öğrencilerin “Zaman Yönetimi” ( $\bar{X} = 85,60$ ) toplam puan ortalamasının spor yapmayan öğrencilerden ( $\bar{X} = 83,89$ ) daha yüksek ortalamaya sahip olduğu, spor yapan öğrencilerin ( $\bar{X} = 50,14$ ) “Zaman Planlaması” alt boyutunda, spor yapmayan öğrencilerden ( $\bar{X} = 48,42$ ) daha yüksek ortalamaya sahip olduğu, spor yapan öğrencilerin ( $\bar{X} = 22,82$ ) “Zaman Tutumları” alt boyutunda, spor yapmayan öğrencilerden ( $\bar{X} = 22,38$ ) daha yüksek ortalamaya sahip iken spor yapan öğrenciler ( $\bar{X} = 12,63$ ) “Zaman Harcattırıcılar” alt boyutunda spor yapmayan öğrencilerden ( $\bar{X} = 13,07$ ) daha düşük ortalamaya sahiptirler.



## V. BÖLÜM

Bu bölümde araştırma bulguları ile ilgili tartışma, sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

### 5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

#### 5.1. Tartışma

Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetim düzeylerini belirlemeye yönelik yapılan bu çalışmada, zaman yönetimi ölçeğinden alınan ortalama puanın  $84,35 \pm 12,62$  olduğu ve bu ortalamanın öğrenciler açısından iyi düzeyde bir zaman yönetimi algısına sahip oldukları anlamına gelmektedir. Her ne kadar alt problemleri arasında yer almasa da bu bulgunun literatürdeki karşılaştırmasını yazmak anlamlı görülmektedir. Literatürde, ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetim düzeylerinin incelendiği çalışmalar yok denecek kadar azdır. Ancak diğer öğretim kademelerinde yapılan çalışmalar araştırma sonuçlarımızla benzerlik göstermektedir. (Erdul, 2005; Yavaş ve diğerleri, 2012; Küçüktop, 2018; Köse, Çınar ve Akduran, 2012; Başak, Uzun ve Arslan, 2008; Güler, 2018; Gözel, 2009; Şahin, 2014; Küçük, 2014; Sayan, 2005).

Yapılan bazı çalışmalarda, üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi düzeylerinin orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. (Erdem, Pirinçci ve Dikmetaş, 2004; İşcan, 2008; Karaoğlu, 2015; Dalı ve Pekel, 2017). Boduç (2016), hemşirelerin zamanı kullanma durumlarına ilişkin görüşleri, Dedik (2008), diyabetli adolesanlarda zaman yönetimi ve uyumu, Uyduran (2014), ilkökul yöneticilerinin zaman yönetimi becerileri, Cesur (2018), öğretmen adaylarının zaman yönetim becerileri orta düzeyde çıkmıştır. Yukarıda sözü edilen çalışmalar istatistiksel anlamda bu çalışmayı desteklememektedir.

Bolu Merkez İlçedeki okullar türlerine göre gruplandırılmıştır. Bu gruplandırma; Güzel Sanatlar Lisesi ve Bolu Spor Lisesi, “Özel yetenek sınavıyla öğrenci alan liseler”

adı altında, Bolu Fen Lisesi ve Sosyal Bilimler Lisesi, edebiyat ve sosyal bilimler alanlarında öğrencilerin bilim insanı olarak yetiştirilmelerine kaynaklık etmeyi amaçladığından, “Fen ve Sosyal bilimler alanında öğrenci alan liseler” adı altında, Bolu Anadolu İmam Hatip Lisesi imamlık, hatiplik ve Kur’an kursu öğreticiliği gibi dinî hizmetlerin yerine getirilmesine kaynaklık edecek gerekli bilgi ve becerilerin kazandırılmasını amaçladığından “İmam Hatip Lisesi” adı altında, Bolu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, TOBB Zübeyde Hanım Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve İzzet Baysal Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi; sanayi, ticaret, tekstil, inşaat, turizm, kimya, tarım, sağlık ve benzeri alanlarda ulusal ve uluslararası standartlar ve sınıflamalara, ulusal yeterliklere ve mevzuata dayalı olarak işgücü piyasasının ihtiyaç duyduğu nitelikte işgücünün yetiştirilmesi, mesleki bilgi ve becerilerin güncellenmesi ve uygulanan programlarla girişimcilik bilinci, meslek ahlâkı, iş sağlığı ve güvenliği, sosyal ve çevresel sorumluluk bilinci ile iş alışkanlığı kazandırılarak istihdama hazırlanması amaçladığından “Meslek Liseleri” adı altında ve en son Canip Baysal Anadolu Lisesi ve Emine Mehmet Baysal Anadolu Lisesi “Anadolu Liseleri” adı altında gruplandırılmıştır (MEB, 2017).

Aşağıdaki alt problemlere ait sonuçlar ilk önce alt boyutlarıyla incelenmiş daha sonra genel zaman yönetimine ilişkin yorumlar yapılmıştır.

Araştırmanın birinci alt problemine ait bulgularda, ortaöğretim öğrencilerinin zaman yönetimi düzeylerinin **okul türüne** göre karşılaştırılmasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi okul türleri arasında olduğuna baktığımızda, zaman planlaması alt boyutunda İmam Hatip Lisesi öğrencileri Meslek Lisesi öğrencilerine göre daha yüksek ortalamaya sahiptirler. Zaman Tutumları alt boyutunda, İmam Hatip Lisesi öğrencileri, Fen ve Sosyal Bilimler Alanında Öğrenci Alan Liseler ve Meslek Lisesi öğrencilerine göre daha yüksek ortalamaya sahiptir. Zaman Harcattırıcılar alt boyutunda, Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liseler, Anadolu Lisesi ve Meslek Lisesi öğrencilerinden daha yüksek ortalamaya sahiptirler. Bunun nedeni özel yeteneği olan öğrencilerin genellikle zamanlarını ilgilerine ve yeteneklerine ayırdıkları ve çok fazla serbest zamanları bulunmadığı için diğer okullarda öğrenim gören öğrencilere göre zaman tuzaklarına daha az düştükleri söylenebilir. Zaman yönetim ölçeği toplamına bakıldığında, İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin toplam puanı, Meslek Lisesi ve Anadolu Lisesi öğrencilerinin toplam puanına göre daha yüksektir.

İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin zaman yönetimi düzeyleri genel zaman yönetimi ile zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutlarında yüksek çıkma nedeni, çalışmanın uygulandığı İmam Hatip Lisesinde okuyan öğrencilerin tamamının kadın öğrencilerden oluşmasından kaynaklanabilir. Yapılan birçok araştırmada da kadın öğrencilerin zaman yönetim düzeylerinin yüksek çıkması bu durumu destekler niteliktedir.

Literatürde, öğrencilerin zaman yönetimi algılarının okul türü değişkeni ile incelendiği geniş çaplı çalışmaya rastlanmamıştır. Bu durum araştırmayı tartışma noktasında sınırlı kılmaktadır. **Çağhyan ve Güral (2009)**, Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetiminin incelendiği çalışmasında öğrenim gördükleri lise türlerine göre oluşan gruplar incelendiğinde zaman yönetimi becerilerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu çalışmalar araştırmamızla paralellik göstermemektedir. Ancak **Şahin (2014)**, Lise öğretmenleri üzerinde yaptığı araştırmasında okul türü değişkeni açısından, genel zaman yönetimi ile zaman planlaması ve zaman harcattırıcılar alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde Özel Anadolu Lisesinde görev yapan öğretmenler lehine anlamlı bir farkın olduğu, zaman tutumları alt boyutunda ise anlamlı bir farkın olmadığı sonucuna ulaşmıştır. **Ataş (2017)**, liselerde görevli öğretmenlerin, zaman yönetimi becerilerine ilişkin çalıştığı okul türü değişkenine göre, farklı okul türlerinde çalışan öğretmenlerin zaman planlaması davranışlarını gösterme sıklıklarının benzer olduğu, okul türü değişkeninin öğretmenlerin zaman planlaması davranışlarını gösterme sıklıklarının üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Araştırmanın ikinci alt problemi, cinsiyet değişkeninin zaman yönetimi farklılığına yol açıp açmadığıdır. Kadın ve erkeklere geleneksel ve modern toplumlarda belirli roller verilmektedir. Bu roller geleneksel anlayışta kesin ve net çizgilerle çizilmekte, örf ve adetlerle kısıtlanmaktadır. Modern anlayışta ise geleneksel toplumlara nazaran cinsiyet farklılığı kadın ve erkeklerin davranışlarına daha aza yansımaktadır. Kadınlar zamanlarını daha çok evde ve pasif aktivitelere katılarak geçirirler. Erkekler ise kadınlara oranla dış merkezli aktivitelere daha fazla katılım sağlamaktadır. Bunun yanında kadın ve erkeğin birlikte yaptığı aktiviteler de bulunmaktadır. Kadın ve erkeklerin günlük hayatlarında yaptıkları faaliyetler onların zaman yönetimi becerilerinin pek çok farklı noktada farklılaştığı düşüncesini ortaya çıkarabilir (Hacıbalaveya, 2017).

Araştırmanın ikinci alt problemine ait bulgularda, ortaöğretim öğrencilerinin zaman yönetimi düzeylerinin **cinsiyet** değişkenine göre, Genel Zaman Yönetiminin “Zaman planlaması”, “Zaman tutumları” ve “Zaman harcattırıcılar” alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın “Zaman planlaması” ve “Zaman tutumları” alt boyutlarında erkek öğrenciler lehine olduğu ancak “Zaman harcattırıcılar” alt boyutundaki anlamlı farklılığın kadın öğrenciler lehine olduğu bulunmuştur. Bu sonuca göre, erkek öğrencilerin olası olarak zamanını kısa ve uzun vadede daha iyi planladıklarını, zamanını etkili ve verimli nasıl kullanacağını bildiğini ve asli işlerini engelleyen meşguliyetlere zaman ayırmadıkları düşünülmektedir. Bunun yanında kadın öğrencilerin de muhtemel olarak zaman harcattırıcılardan kaçındıklarını, zaman tuzaklarına erkek öğrencilere oranla daha az düştükleri ve özel hayatıyla eğitim hayatı arasında dengeyi kurabildikleri söylenebilir. Elde edilen bu sonuç, yapılan bazı çalışmaların “Zaman Harcattırıcılar” alt boyutunda elde edilen bulgularla benzerlik göstermektedir. **Eldeleklioğlu (2008)**, ergenlerin zaman yönetimi becerilerinin kaygı, yaş ve cinsiyet değişkenleri açısından incelenmesi konulu araştırmasında, **Dalı ve Pekel (2017)**, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin gelecek zaman algı düzeyleri ile zaman yönetimi davranışlarının bazı değişkenlere göre değerlendirilmesi konulu araştırmasında, **Sugötüren ve diğerleri (2011)**, spor bilimleri ve teknolojisi yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi davranışları konulu araştırmalarında, zaman harcattırıcılar alt boyutunda kadın ve erkek öğrenciler arasındaki farkın kadın öğrenciler lehine olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Kadın öğrencilerin zaman yönetimlerinin erkek öğrencilere göre daha iyi olmasının sebebi olarak kadınların toplumsal yapı gereği (aile içi görevler, okul hayatı, iş hayatı vb.) daha planlı ve düzenli yaşamaları gerektiğinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. **Erdul (2005)**, üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki konulu araştırmasında, **Trueman ve Hartley (1996)**, genç üniversite öğrencileri ile yaşça olgun üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile akademik başarılarının kıyaslanması konulu araştırmasında, **Cesur (2018)**, öğretmen adayları üzerinde yaptığı çalışmasında, **Güler (2018)**, beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetimi becerileri ile iş doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi konulu araştırmasında, kadın beden eğitimi öğretmenlerinin zamanlarını erkeklere oranla daha iyi planladıklarını, zamanlarını daha verimli kullandıklarını kısaca

zamanı daha iyi yönettiklerini ifade etmiştir. **Caz (2014)**, beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetimi becerilerinin incelenmesi konulu araştırmasında, **Gözel (2009)**, ilkokul öğretmenlerinin zaman yönetimi becerileri konulu araştırmasında kadın öğretmenler, erkek öğretmenlere göre normal bir okul gününde, kendi özel işlerine, okul işlerinden daha çok zaman harcamamakta, sigara içmenin zaman kaybettirici olduğunu düşünmekte ve çoğu kez okulla ilgili önemli işlerini son güne bırakmadıklarını ifade etmektedir. **Özkurt (2018)**, zaman yönetimi ve tükenmişliğin iş tatmini üzerindeki etkileri konulu araştırmasında, **Kıdak (2011)**, hastane yöneticilerinin zaman yönetimi tutumlarının belirlenmesi, konulu araştırmasında, hastanelerdeki kadın yöneticilerin erkek yöneticilere göre zaman kaybettirici alışkanlıklardan veya etkinliklerden daha fazla kaçındıkları ileri sürmektedir. Tüm bu çalışmalar Genel Zaman Yönetiminin “Zaman Harcattırıcılar” alt boyutunda, kadın öğrenciler lehine anlamlı bir farklılığın olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ulaşılan sonuçlar araştırmanın bulgularını desteklemektedir.

Elde edilen bu sonuç yapılan bazı çalışmaların “Zaman Harcattırıcılar” boyutunda farklılık göstermektedir. Araştırma sonuçlarının “Zaman Harcattırıcılar” alt boyutu ile çelişen çalışmalar incelendiğinde, **Bezci (2018)**, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi konulu çalışmasında **Demirtaş ve Özer (2007)**, öğretmen adaylarının zaman yönetimi becerileri ile akademik başarısı arasındaki ilişkisi konulu araştırmasında, erkek öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçlar yorumlanacak olursa araştırma gruplarının üniversite öğrencileri ve ortaöğretim öğrencileri gibi birbirinden farklı öğrenim seviyelerindeki öğrenciler üzerinde yapılmış olmasının bu farklılığa sebep olabileceği düşünülebilir.

Genel zaman yönetiminin “zaman planlaması” ve “zaman tutumları” alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre benzer çalışmalar incelendiğinde, **Peker (2017)**, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin zaman tutumları alt boyutunda, **Gümüştül (2013)**, Avrupa Birliği’ne üye ülkelerde ve Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi anlayışlarının farklı değişkenler açısından incelediği çalışmasında, zaman tutumları alt boyutunda cinsiyet değişkeni açısından erkek öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiştir. Bu farklı sonuçlar araştırma yapılan bölge, kültür gibi konularla ilişkilendirmiştir. **Öncel, Büyüköztürk**

ve **Özçelikay (2005)**, serbest eczacıların zaman yönetimi konulu araştırmalarında, eczacıların zaman planlaması boyutuyla ilgili olarak zaman yönetimi davranışları arasında cinsiyete göre anlamlı fark bulunmuştur. Erkek eczacıların, kadınlara göre zamanlarını daha etkili ve daha iyi yönettikleri bulunmuştur. **Sökmen (2012)**, yöneticiler zamanı nasıl yönetiyor Ankara'daki hastanelerde bir uygulama, konulu araştırmasında erkek ve kadın yöneticilerin ortalamaları arasında, zaman tutumları alt boyutunda farklılık tespit edilmiştir. Buna göre erkek yöneticilerin zaman tutumları, kadın yöneticilere oranla daha olumlu gözükmektedir. Aynı şekilde **Demir (2003)**, Gençlik Spor İl Müdürlüğü yöneticilerinin zaman yönetimi üzerine yaptığı çalışmada erkeklerin kadınlara oranla zaman yönetiminde daha başarılı olduğunu bulmuştur. Bu araştırmaların sonuçları araştırmamızla paralellik göstermektedir.

Araştırmamızı cinsiyet değişkeni açısından genel zaman yönetimi ve farklı boyutlarında destekleyen çalışmaların yanı sıra desteklemeyen çalışmalara da yer verilmiştir. **Eldeleklioğlu (2008)**, ergenler üzerine, **Demirtaş ve Özer (2007)** ve **Cesur (2018)**, öğretmen adayları üzerine, **Erdul (2005)** ve **Alay ve Koçak (2003)**, üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları araştırmalarında “genel zaman yönetimi” ve “zaman planlaması” alt boyutunda, **İşcan (2008)** ve **Andıç (2009)**, üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmalarında “zaman tutumları” alt boyutunda, **Alay (2000)** ve **Bezci (2018)** üniversite öğrencileri üzerinde, **Genç (2014)**, kamu kurumunda yaptıkları araştırmalarında “zaman planlaması” alt boyutunda, **Sugötüren ve diğerleri (2011)**, üniversitede öğrenim gören öğrenciler üzerinde yaptığı araştırmalarında, “genel zaman yönetiminde”, **Çağhyan ve Güral (2009)**, Meslek yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptığı araştırmasında “zaman planlaması” ve “zaman tutumları” alt boyutlarında, **Tektaş ve Tektaş (2010)**, Meslek Yüksekokulu öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında, “genel zaman yönetimi” ve “zaman tutumları” alt boyutlarında, **Güler (2018)**, beden eğitimi öğretmenleri ile yaptığı araştırmasında “genel zaman yönetimi” ile “zaman planlaması” ve “zaman tutumları” alt boyutlarında, **Işık ve Cengiz (2018)**, **Macan ve diğerleri (1990)**, **Misra ve McKean (2000)**, **Hacıbalayeva (2017)** ve **Kibar (2014)**, yaptıkları araştırmalarında kadın öğrenciler lehine anlamlı bir farklılığın olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ulaşılan sonuçlar kadın öğrenciler lehine olduğundan araştırmanın bulgularını desteklememektedir.

**Gözel (2009)** ve **Caz (2014)**, öğretmenlerin genel zaman yönetimi ile zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutlarında, **İşcan (2008)**, Pamukkale üniversitesi öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında genel zaman yönetimi ile zaman planlaması ve zaman harcattırıcılar alt boyutlarında, **Alay ve Koçak (2003)**, üniversite öğrencileri ve **Genç (2014)**, bir kamu kurumu üzerinde yaptığı araştırmasında zaman tutumları ve zaman harcattırıcılar alt boyutlarında, **Erdul (2005)**, üniversite öğrencileri, **Demirtaş ve Özer (2007)**, öğretmen adayları ve **Eldeleklioğlu (2008)**, ergenler üzerinde yaptığı çalışmada zaman tutumları alt boyutunda, **Bezci (2018)**, spor bilimleri fakültesi öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında genel zaman yönetimi ve zaman tutumları alt boyutunda, **Tektaş ve Tektaş (2010)**, Meslek Yüksekokulu öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında zaman planlama ve zaman harcattırıcılar alt boyutlarında, **Çağlıyan ve Güral (2009)**, Meslek Yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptığı araştırmasında genel zaman yönetimi ve zaman harcattırıcılar alt boyutunda, cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığını ifade etmişlerdir.

Araştırma sonucunda, genel zaman yönetimi cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Konuyla ilgili literatür taramasında genel zaman yönetimi boyutunda benzerlik gösteren çalışmaların yanında, diğer alt boyutlarda cinsiyete göre anlamlı fark olmayan çalışmalara da yer verilmiştir. **Yıldız (2018)**, eğitim fakültesi öğrencileri, **Küçüktop (2018)**, spor yapan üniversite öğrencileri, **Karaoğlu (2015)**, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri, **Yavaş ve diğerleri (2012)**, tıp fakültesi öğrencileri, **Erdem, Pirinçci ve Dikmetaş (2004)**, üniversite öğrencileri, **Albayatı (2018)**, akademisyenler, **Şahin (2014)**, lise öğretmenleri, **Çınar (2018)**, ilköğretim okulu yöneticileri, **Çimen ve diğerleri (2017)**, üniversite öğretim elemanları, **Samuk (2014)**, üniversitelerde görev yapan akademik ve idari personel, **Uyduran (2014)**, ilkokul yöneticileri, **Türe (2013)**, hazırlık öğrencileri, **Ataş (2017)**, öğretmenler üzerine yapılan araştırmalarda cinsiyetin genel zaman yönetimi ve alt boyutlarına etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın üçüncü alt problemine ait bulgularda, ortaöğretim öğrencilerinin zaman yönetimi düzeylerinin **sınıf düzeyine** göre, Genel Zaman Yönetiminin “Zaman planlaması” ve “Zaman harcattırıcılar” alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın “Zaman Planlaması” alt boyutunda en yüksek puan ortalaması 10.sınıflarda, en düşük puan ortalaması ise

9.sınıflarda olduğu görülmüştür. “Zaman Harcattırıcılar” alt boyutunda ise en yüksek puan ortalaması 9.sınıflarda iken en düşük puan ortalaması 12. sınıflarda olduğu görülmektedir. Bunun nedeni zaman planlaması alt boyutunda, 10.sınıf öğrencileri 9.sınıf öğrencilerine göre daha bilinçli ve okula daha alışkın olduğu söylenebilir. Zamanlarını daha iyi planladıkları, arkadaşlık ve sosyal çevre ile okul hayatları arasında dengeyi daha iyi kurabilecekleri düşünülmektedir. Zaman harcattırıcılar alt boyutunda ise lise eğitim hayatının ilk yılında öğrencilerin kendilerini meşgul edecek yeni dersleri olması nedeniyle yarar sağlamayacak boş işlere vakit ayıramamasından kaynaklanabilir. Eğitim hayatına farklı bir okul ortamı ve çevrede devam eden öğrenci dönem sonunun nasıl olacağını bilemediğinden işlerini son ana bırakamayacağı düşünülmektedir. Yapılan literatür taramasında, elde edilen sonuçlar, çalışma sonuçlarıyla benzer olmasa da farklı boyutlarda araştırmamızı desteklemektedir. **Sugötüren ve diğerleri (2011)**, spor bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf bakımından zaman yönetimi davranışları arasında fark olup olmadığı araştırılmış, alt boyutlardan Zaman Tutumları boyutunda anlamlı fark bulunmuştur. Bu farkın ise 1. ve 2. sınıf öğrenciler arasında 1. sınıf öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamasına karşın, ortalama puanlara bakıldığında, 1. sınıf öğrencilerinin ZYÖ'nin tüm alt boyutlarından ve toplam puanlarından aldıkları puanların diğer sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu görülmektedir. Bunun nedeni üniversite yaşamlarının ilk yılında kendilerini meşgul edecek yeni derslerin olması, sosyal çevrenin henüz gelişmemiş olması ve yeni bir ortama gelmelerinin verdiği tedirginlikle dikkatlerinin büyük çoğunluğunun okula veriliyor olması olabilir.

Başka bir araştırmaya göre **İşcan (2008)**, üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre en yüksek zaman yönetimi becerilerine sahip öğrenciler 3. sınıf öğrencileri iken, en düşük beceri düzeyine sahip olan öğrenciler normal öğrenim süreleri uzayan 5. sınıf ve üstü öğrencilerdir. Buna göre, PAÜ 3. sınıf öğrencileri bilinçli zaman yönetimi davranışları sergilemekte ve zaman yönetimi becerilerini daha etkili bir şekilde kullanabilmektedirler. **Sezen (2013)**, ilahiyat fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin incelenmesi konulu araştırmasında, 4. sınıf öğrencilerinin ZYÖ toplam puan ortalaması diğer sınıflardan yüksektir. Öğrencilerin yaş ve sınıf düzeyleri arttıkça zaman yönetimi becerilerinin de buna paralel olarak arttığını söylemektedir. **Misra ve McKean (2000)**, üniversite öğrencileri ile yaptıkları



bir araştırmada zaman yönetimi becerilerinin yaşa ve sınıf düzeyi ile birlikte artma eğiliminde olduğunu belirtmektedirler. **Kibar (2014)**, Karabük üniversitesi öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre zaman yönetimi becerilerinin farklılaştığını göstermiştir. Araştırmamızın sonucuna göre 3. Sınıf öğrencileri 4. Sınıf öğrencilerine göre zaman yönetimi becerileri açasından daha başarılıdır. **Yavaş ve diğerleri (2012)**, 5. Sınıftaki tıp fakóltesi öğrencilerinin zaman planlaması ve toplam zaman yönetimi puan ortalamasının diğer sınıflara göre daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Yani sınıflar arasında sadece beşinci sınıfta zaman yönetimi toplam ve alt ölçek puanları açasından diğer sınıflara göre anlamlı farklılık bulunmuş ve daha iyi durumda oldukları görölmüştür. **Trueman ve Hartley (1996)**, üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında son sınıf öğrencilerinin, yeni başlayan öğrencilere göre önemli ölçüde daha iyi zaman yönetimi becerilerine sahip olduğu görölmüştür. Yapılan bu çalışmalar sınıf değişkeninin zaman yönetimi davranışlarını etkileme açasından bu araştırmayı desteklediği ancak bu farkın bulunduğu sınıf düzeyinde farklı gruplarla yapılan araştırmalarda farklı sınıf düzeylerinde zaman yönetimi algısı geliştiği görölmektedir.

Araştırma sonucunda, genel zaman yönetimi ve zaman tutumları alt boyutunda sınıf düzeyi açasından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Konuyla ilgili literatür taramasında genel zaman yönetimi ve zaman tutumları alt boyutunda benzerlik gösteren çalışmaların yanında, diğer alt boyutlarda sınıf düzeyine göre anlamlı fark olmayan çalışmalara da yer verilmiştir. **Yılmaz, Yoncalık ve Bektaş (2010)**, spor yöneticiliği bölümünde okuyan öğrenciler üzerine yapılan araştırmasında, **Erdem, Pirinçci ve Dikmetaş (2004)**, üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi davranışları konulu araştırmasında, **Bezci (2018)**, spor bilimleri fakóltesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri konulu araştırmasında, **Başak, Uzun ve Arslan (2008)**, hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri konulu araştırmalarında genel zaman yönetimi ve alt boyutlarında sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığını ifade etmişlerdir.

Araştırmanın dördüncü alt problemine ait bulgularda, ortaöğretim öğrencilerinin zaman yönetimi düzeylerinin okulda veya kulüpte **lisanslı spor yapma** durumuna göre, genel zaman yönetiminde ve alt boyutlarında istatistiksel açasından anlamlı bir farklılık vardır. Bu farklılığın “Genel Zaman Yönetimi” ile “Zaman planlaması” ve “Zaman tutumları” alt boyutlarında spor yapan öğrenciler lehine olduğu ancak “Zaman

harcattırıcılar” alt boyutundaki anlamlı farklılığın spor yapmayan öğrenciler lehine olduğu bulunmuştur. Yapılan araştırmalarda spor yapan öğrencilerin zaman yönetim düzeylerinin yüksek olduğu, birçok araştırma tarafından desteklenmiştir. Spor yapan öğrencilerde sabır, kendine hâkim olma ve disipline etme, çalışma arzusu, hedefe bilinçli ait olma duygusu, cesaret, sporda centilmenlik, yurtseverlik, birlikte çalışma arzusu, işbirliği yeteneği ve benzeri düzenlemelerin olumlu yönde etkilendiği ve bunların gelişmelerini kuvvetlendirdiği düşünülmektedir. Bu duygulara sahip olan öğrenciler için zaman çok değerli bir kaynak olmakla birlikte zaman yönetiminde de başarılı oldukları söylenebilir. Ayrıca öğrencilerin ilgilendikleri spor branşı serbest zamanlarını değerlendirmede aktif rol aldığı düşünülmektedir. Elde edilen bu sonuç yapılan bazı çalışmalarla paralellik göstermektedir. **Küçüktop (2018)**, spor yapan üniversite öğrencilerinin zaman yönetimlerinin incelendiği çalışmasında öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinin ölçüğü genelinde ve alt boyutlarında düzenli spor değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yani, düzenli spor yapan üniversite öğrencilerinin düzenli spor yapmayan üniversite öğrencilerine göre daha fazla zaman yönetimi becerisinin olduğunu söylemek mümkündür. Bu araştırmanın sonuçlarına göre; düzenli spor yapan öğrencilerin yapmayan öğrencilere kıyasla zaman yönetimi becerisine sahip olması, spor aktivitelerini günlük olarak, planlı bir biçimde ve uygulamalı olarak yapmasından dolayı kaynaklanabilir.

Diğer yandan literatürde bu araştırmayla direk olarak ilgili olmayan ancak spor etkinliklerinin zaman yönetimine etkisi açısından benzer özellik taşıyan bazı araştırma sonuçları da şöyledir. **Samuk (2014)**, üniversitelerde görev yapan akademik ve idari personelin fiziksel aktivitelere katılmalarının zaman yönetimi açısından ilişkisinin araştırıldığı çalışmasında, zaman planlaması alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Bu farklılığın sedanter ile sınırlı aktivitede bulunan personellerden kaynaklandığı, sınırlı aktivitede bulunanların zaman planlamasını daha iyi yaptıkları ortaya çıkmıştır. **Dinçay (2010)**, seçilmiş üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmasında, bir haftada fiziksel aktiviteye harcanan toplam saat ile zaman planlaması arasında anlamlı pozitif korelasyon bulunmuştur. **Çimen ve diğerleri (2017)**, akademisyenlerin spor yapma durumuna göre zaman yönetimi anlayışlarının incelendiği çalışmalarında zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutlarında spor yapan akademisyenlerin lehine

anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Başka bir çalışmada ise **Bezci (2018)**, tarafından yapılan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelendiği çalışmasında, 5 yıl ve üzeri lisanslı spor yapan öğrenciler zaman planlaması alt boyutunda, hiç spor yapmayan ve 2 yıldan az süre spor yapan öğrencilere göre daha yüksek puana sahiptirler. Zaman tutumu alt boyutunda 5 yıl ve üzeri spor yapan öğrencilerin, hiç spor yapmayanlardan daha yüksek puana sahiptirler. Zaman Yönetimi Ölçeği toplamında ise 5 yıl ve üzeri lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin hiç spor yapmayan, 1 yıldan az yapan ve 1-2 yıl spor yapanlardan daha iyi puan ortalamasına sahip oldukları görülmektedir. Bu durumda düzenli olarak spor yapan bireylerin üç yıldan sonra zaman yönetimi konusunda daha başarılı oldukları yani sporun zaman yönetimine olumlu katkı sağladığı söylenebilir. Ya da farklı bir bakış açısıyla, zamanı iyi yönetebilen kişiler, daha uzun yıllar spor için zaman ayırabilmektedirler. **Erdul (2005)** ve **Karaoğlu (2015)**, yaptıkları çalışmalarında spor yapma yılı arttıkça zamanı planlamada daha etkin kullandıklarını belirtmişlerdir.

Ancak spor yapmayan öğrencilerin puan ortalaması zaman harcattırıcılar alt boyutunda yüksek bulunmuştur. Bunun nedeni çalışılan grubun yaş ortalaması dikkate alındığında ve üniversiteye hazırlanma sürecinde oldukları düşünüldüğünde, spora ayrılan süreyi ders çalışmaya ayırarak değerlendirmeyi düşünebilecekleri ve sporu zaman harcattırıcı bir unsur olarak görebilecekleri söylenebilir.

## 5.2. Sonuçlar

1. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetim düzeylerinin yüksek çıktığı görülmüştür.
2. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetim düzeyleri, öğrenim gördükleri okul türüne göre zaman yönetimi toplam puan ortalaması ile zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutlarında İmam Hatip Lisesi öğrencileri lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür. Zaman harcattırıcılar alt boyutunda ise Özel Yetenek Sınavıyla Öğrenci Alan Liselerde öğrenim gören öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür ( $p < 0,05$ ).

3. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetim düzeyleri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutlarında erkek öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür. Zaman harcattırıcılar alt boyutunda ise kadın öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür ( $p<0,05$ ).

4. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetim düzeyleri sınıf düzeyine göre incelendiğinde, zaman planlaması alt boyutunda 10. sınıf öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür. Zaman harcattırıcılar alt boyutunda ise 9.sınıf öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür ( $p<0,05$ ).

5. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetim düzeyleri okulda veya kulüpte lisanlı spor yapma durumlarına göre zaman yönetimi toplam puan ortalaması ile zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutlarında spor yapan öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür. Zaman harcattırıcılar alt boyutunda ise spor yapmayan öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür ( $p<0,05$ ).

### **5.3. Öneriler**

#### **5.3.1. Araştırmayla ilgili öneriler**

1. Bu araştırmayla her ne kadar ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetim düzeyleri yüksek çıkmış olsa da, günümüzde zamanın; gerek iş, gerek sosyal gerekse özel hayatındaki önemi düşünüldüğünde zamanın bilinçli kullanımına yönelik öğrencilere seminerler, workshop çalışmaları, konferanslar, örnek olay çalışmaları gibi etkinliklerle zaman yönetimi algıları desteklenebilir.

2. Bu araştırma sonuçlarından biri de spor yapan öğrencilerin zaman yönetimi algılarının spor yapmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde farklı olduğudur. Bu sonucu referans alarak okullarda öğrencilerin, lisanslı spor yapmaya yönlendirilmesi ya da gündelik hayatlarına sporu vazgeçilmez bir alışkanlık olarak geçirmeleri yönünde teşvik edici sportif etkinlikler düzenlenebilir.

3. Okullarda öğretmenler ve yöneticiler ile ilgili üst birimlerce performans değerlendirme, etkinlik planı, zaman yönetimi planı gibi yaptıkları pragmatik uygulamalar desteklenerek öğrencilere iyi bir model olmaları sağlanabilir.

### **5.3.2. İleride yapılacak araştırmalara öneriler**

1. Bu araştırma Bolu ili merkez ilçede bulunan ortaöğretim kurumlarıyla sınırlıdır, dolayısıyla genellenebilirliği kısıtlıdır. Bundan sonraki zaman yönetimi ile ilgili çalışmalar daha geniş gruplara uygulanabilir.

2. Bu araştırmanın alt problemleri kuramsal alt yapıları oluşturularak genişletilebilir.

3. Öğrencilerin okulda veya kulüpte lisanlı olarak spor yapıp yapmama alt problemi daha detaylı olarak ortaya çıkarılabilir.

3. Geliştirilmiş farklı zaman yönetimi ölçekleri ile çıkan sonuçlar tartışılabilir.

## KAYNAKÇA

- Akatay, A. (2003). *Yönetmel Zamanın Etkin Kullanılması: Teori ve Bir Uygulama*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Akgemci, T., Çelik, A., Aydoğan, E. ve Akatay, A. (2003). *Zaman Yönetimi ve Yönetmel Zamanda Etkinlik*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Akın, Z., Çıray, F. ve Sönmez, B. (2013). Öğretmen adaylarının kullandıkları öğrenme stratejileri ile zaman yönetimi becerileri arasındaki ilişki. *İlköğretim online*, 12(3), 822-835. <http://ilkogretim-online.org.tr>
- Alay, S. (2000). *Relationship Between Time Management and Academic Achivement of Selected University Students*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Alay, S. ve Koçak, S. (2002). Validity and Reliability Of Time Management Questionnaire. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 9-13.
- Alay, S. ve Koçak, S. (2003). Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 35, 326-335.
- Albayatı, N.H.H. (2018). *Zaman Yönetiminin İş Tatmini ve Tükenmişlik Üzerindeki Etkisi: Akademisyenler Üzerine Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Allan, J. (1999). *Zaman Yönetimi*. (Çev: Mehmet Zaman). İstanbul: Hayat Yayınları.
- Andıç, H. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar.

- Ataş, M. (2017). *Öğretmenlerin Sanal Kayıtarma Davranışları ile Zaman Yönetimi Becerileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Balıkçı, Y. (1991). *Zaman Yönetimi ve Yöneticiler Üzerinde Bir Uygulama*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Başak, T., Uzun, Ş. ve Arslan, F. (2008). Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 7(5), 429-434. [https://www.ejmanager.com/mnstemps/1/khb\\_007\\_05-429.pdf](https://www.ejmanager.com/mnstemps/1/khb_007_05-429.pdf)
- Baykal, O. (1992). Zaman Faktörü. *Verimlilik Dergisi*, 3, 131-142.
- Bayramlı, Ü.Ü. (2015). *Zaman Yönetimi*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Bezci, H. (2018). *Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Boduç, N. (2016). *Hemşirelerde Zaman Yönetimi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Britton B.K. ve Tesser, A. (1991). Effects of Time Management Practices on College Grades. *Journal of Educational Psychology*, 83(3), 405-410.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Campbell, R.L. ve Svenson, L.W. (1992). Perceived Level of Stress Among University Undergraduate Students in Edmonton, Canada. *Percept. Mot. Skills* 75: 552-554.
- Caz, Ç. (2014). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Cesur, S. (2018). *Öğretmen Adaylarının Bağımsız Çalışabilme ve Sorumluluk Alabilme Yetenekleri ile Mizah Tarzları ve Zaman Yönetimi Becerileri Arasındaki İlişki*.

Yüksek Lisans Tezi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırşehir.

Claessens, B.J., Eerde, W.V., Rutte, C.G., ve Roe, R.A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel review*, 36(2), 255-276.

Cyril, A.V. (2015). Time Management And Academic Achievement Of Higher Secondary Students. *Journal on School Educational Technology*, 10 (3), 38-43.

Çağhyan, V. ve Güral, R. (2009). Zaman yönetimi becerileri: Meslek yüksekokulu öğrencileri üzerine bir değerlendirme. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2, 174-189.

Çınar, D. (2018). *İlköğretim Okulu Yöneticilerinin Zaman Yönetimi Becerileri*. Yüksek Lisans Tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.

Çıngı, H. (1994). *Örnekleme Kuramı*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Basımevi.

Çimen, K., Ekinci, N.E., Altınok, B. ve Özdilek, Ç. (2017). Üniversite Öğretim Elemanlarının Zaman Yönetimi Anlayışlarının İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 4 (2), 111-118.

Çitken, P. (1998). *Zaman Yönetimi ve İşletme Yöneticileri Üzerine Bir Araştırma*. Yüksek lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Dallı, M. ve Pekel, A. (2017). Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Gelecek Zaman Algı Düzeyleri ile Zaman Yönetimi Davranışlarının Bazı Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 1420-1434.

Dedik, T. (2008). *Tip 1 Diyabetli Adölesanların Zaman Yönetimi Becerileri ve Metabolik Kontrol Üzerine Etkisi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.



- Demir, H. (2003). *Zaman Yönetimi ve Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerinde Görev Yapan Yöneticiler Üzerine Bir Araştırma*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Demirtaş H. ve Özer N. (2007). Öğretmen Adaylarının Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarısı Arasındaki İlişkisi. *Eğitimde Politika Analizleri ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 2(1). <http://www.inased.org/epasad/c2s1/demirtasozer.pdf>.
- Deniz, M. (1996). *Etkin Zaman Yönetimi ve Türkiye'deki Büyük Tekstil İşletmelerindeki Uygulaması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Dinçay H. (2010). *The Relationship Between Physical Activity Levels And Time Management Skills Among Selected University Students*. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Durmaz, M., Hüseyinli, T. ve Güçlü, C. (2016). Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarı Arasındaki İlişki. *İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(7), 2291-2303. <http://www.itobiad.com/download/article-file/226747>
- Efil, İ. (2007). *Zaman Yönetimi*. L. Küçükahmet. (Editör) Sınıf Yönetimi, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Eldeleklioğlu, J. (2008). Ergenlerin Zaman Yönetimi Becerilerinin Kaygı, Yaş ve Cinsiyet Değişkenleri Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 7(3), 656-663. <http://ilkogretim-online.org.tr>
- Elias, M., Miranda, D. ve Ailie, C. (1996). Time Management Practices in an African Culture: Correlates With Collage Academic Grades. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 28(2), 102-112.
- Erdem, R. ve Kaya, S. (1998). Zaman Yönetimi. *Çağdaş Yerel Yönetimler Dergisi*, 7(2), Ankara: Todaie Yayınları.
- Erdem, R., Pirinççi, E. ve Dikmetaş, E. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Davranışları ve Akademik Başarı ile İlişkisi, *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14 (7).

- Erdul, G. (2005). *Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Eren, E. (1996). *Organizasyon ve Yönetim*. İstanbul: Beta Basım Yayım.
- Eren, E. (2004). *Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi*. İstanbul: Beta Basım A.Ş.
- Genç, E. (2014). *İşyerinde Sanal Tembellik Davranışı ve Etkin Zaman Yönetimi İlişkisi: Bir Kamu Kurumunda Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gözel, E. (2009). *İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Zaman Yönetimi Hakkındaki Görüşleri*. Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar.
- Güçlü, N. (2001). Zaman yönetimi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi* 25, 87-105.
- Güler, M. (2018). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Zaman Yönetimi Becerileri ile İş Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Kocaeli İli Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.
- Gümüştül, O. (2013). *Avrupa Birliği'ne üye ülkelerde ve Türkiye'de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi anlayışlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
- Gürer, B., Dedeşah, U.E., Öz, N. ve Acun A. (2016). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Zaman Yönetiminin İncelenmesi, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 1-11. <https://dergipark.org.tr/inubesyo/issue/28564/304789>
- Hacıbalayeva, A. (2017). *Lisansüstü Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin İncelenmesi: Ondokuz Mayıs Üniversitesi ve Azerbaycan Devlet İktisat Üniversitesi Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

- Hafner, A. ve Stock, A. (2010). Time Management Training And Perceived Control of Time At Work. *The Journal of Psychology*, 144(5), 429-447.
- Haynes M.E. (1999). *Kişisel Zaman Yönetimi*. (Çev: Yaşar Bülbül). İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.
- Hellsten, L.M. (2005). The Development And Validation Of a Time Management Instrument For Exercise Adoption, Participation And Adherence. The PhD Thesis, University of Alberta, Canada.
- Işık, U. ve Cengiz, R. (2018). Doğa Kulüplerine Üye Bireylerin Zaman Yönetimi ve Karar Verme Stillерinin İncelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 16(2), 25-35. <https://dergipark.org.tr/download/article-file/599105>
- İşcan, S. (2008). *Pamukkale Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Jex, S. and Elacqua, T. (1999). Time management as a moderator of relations between stressors and employee strain. *Work and Stress*, 13(2), 182-191.
- Karaküçük, S. (2017). *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaoğlan, A.D. (2006). *Üst Düzey Yöneticilerin Zaman Yönetimi*. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- Karaoğlu, B. (2015). *Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Davranışlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Karasar, N. (1999). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Keklik, R.Ş. Savaşçı Yaklaşım. 15.03.2019 tarihinde <https://www.safakkeklik.com/savasci-yaklasim.html> sitesinden alınmıştır.

- Kıdak, L.B. (2011). Hastane Yöneticilerinin Zaman Yönetimi Tutumlarının Belirlenmesi: İzmir İli Eğitim ve Araştırma Hastaneleri Uygulaması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25, 159- 172. <http://dergisosyalbil.selcuk.edu.tr/susbed/article/view/190>
- Kibar, B. (2014). Karabük Üniversitesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karabük.
- Kocabaş, İ. ve Erdem R. (2003). Yönetici Adayı Öğretmenlerin Kişisel Zaman Yönetimi Davranışları. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(2), 203-210.
- Koch, R. (1998). The 80/20 Principle: The Secret of Achieving More With Less, Bantam Doubleday Dell Publishing Group, New York.
- Köse, D., Çınar N. ve Akduran F. (2012). Hemşirelik Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Kişilik Özellikleri Ve Zaman Yönetimi İle İlişkisi. *Sakarya Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı*, 16(3), 227-233.
- Küçük, M. (2008). *Zamanı Doğru Kullanmak-Zaman Yönetimi*. İstanbul: Kum Saati Yayınları.
- Küçük, M. (2014). *Orta Öğretim Kurumu Yöneticilerinin Zaman Yönetimi Becerileri İle Tutumları: Adıyaman İli Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Türk Hava Kurumu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adıyaman.
- Küçüktop, C. (2018). *Spor Yapan Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Latif, H., Fidan, F. ve Uçkun G. (2005). Üniversite Gençliğinin Zaman Yönetimi Bilinci ve Eğilimleri: Sakarya Üniversitesi Örneği: *İstanbul Üniversitesi İşletme İktisadi Enstitüsü Yönetim Dergisi*, 50, 41-51.

- Liu, O., Rijmen, F., Maccann, C. and Roberts, R. (2009). The assessment of time management in middle-school students. *Personality and Individual Differences Journal*, 47(3), 174-179.
- Macan, T.H., Shahani, C., Dipboye, R.L. and Phillips, A.P. (1990). College Students' Time Management: Correlations With Academic Performance And Stress. *Journal Of Educational Psychology*, 82(4), 760-768.
- Mackenzie, R.A. (1989). *Zaman Tuzağı: Zamanı Nasıl Denetlersiniz?*. (Çev: Yakut Güneri). İstanbul: Amacom İlgı Yayınları.
- Milli Eğitim Bakanlığı (MEB), (2017). Mili Eğitim Bakanlığı Ortaöğretim Kurumları Yönetmeliği, Madde 6(1).
- Misra, R. and Mckean, M. (2000). College Students Academic Stress And İts Relation To Their Anxiety, Time Management And Leisure Satisfaction. *American Journal Of Health Studies*, 16(1), 41-51.
- Nonis, S.A. and Hudson, G.I. (2006). Academic Performance Of College Students: Influence Of Time Spent Studying And Working. *Journal Of Education For Business*, 81(3), 151-159.
- Öğrenci Gelişim ve Danışma Merkezi. (2008). Etkili Zaman Yönetimi. [http://www.bilkent.edu.tr/~dos/ogdm/b\\_zmnyonetimi.html](http://www.bilkent.edu.tr/~dos/ogdm/b_zmnyonetimi.html) (13.05.2009).
- Öktem, K.M. (1993). Zaman Yönetimi: Örgütsel Etkililiği Arttırmada Zaman Faktöründen Yararlanılması. *Amme İdaresi Dergisi*, 26(1), 217-237.
- Öncel, C., Büyüköztürk, Ş. ve Özçelikay, G. (2005). Serbest Eczacıların Zaman Yönetimi. *Ankara Eczacılık Fakültesi Dergisi*, 3 (34), 191-206.
- Özçelik, G. (2006). *Moda Eğitimi Veren Kurumlarda Etkili Zaman Yönetimini Belirlemeye Yönelik Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Özdemir, A. (2006). *Farklı Örgüt Kültürü Olan İşletmelerde Zaman Yönetimi Üzerine Ampirik Bir Araştırma: Bursa ili örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir
- Özgen, H. ve Doğan, S. (1997). Zaman Yönetiminde Yeni Yönetim ve Organizasyon Yaklaşımları. *Standard Dergisi*, 36 (425).
- Özgen, C. (2000). *Etkili Zaman Yönetimi*. Ankara: Bilkent Üniversitesi Yayınları
- Özkılıç, R. ve Korkmaz, N.H. (2004). Sosyal Bilimler, Fen Bilimleri ve Beden Eğitimi Spor Öğretmenlerinin Sınıfta Zaman Yönetimine İlişkin Davranışları. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 281-293.
- Özkurt, E. (2018). *The Role Of Burnout On The Relationship Between Time Management And Job Satisfaction*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Passig, G., Burkert, T. and Leupold, J. (2004). A Photorealistic Predictive Display. *Presence*, 13(1), 22-43.
- Paşa, M. (2001). *Zaman Yönetimi ve Bir Uygulama*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Rodoplu, D. (2001). *Stratejik Yönetim Düzeyinde Zaman Yönetimi ve Yetki Devri*. Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Sabuncuoğlu, Z. ve Tüz, M. (1995). *Örgütsel Psikoloji*. Bursa: Ezgi Kitabevi Yayınları.
- Sabuncuoğlu, Z. ve Paşa, M. (2002). *Zaman Yönetimi*. İstanbul: Beta Yayıncılık.
- Samuk, E. (2014). *Üniversitelerde Görev Yapan Akademik ve İdari Personelin Fiziksel Aktivitelere Katılmalarının Zaman Yönetimi Açısından İlişkisinin Araştırılması: Osmangazi Üniversitesi Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Sayan İ. (2005). *Yönetici Hemşirelerde Zaman Yönetimi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Saylan, N. (2017). *Eğitim Bilimine Giriş*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Sezen, A. (2013). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin İncelenmesi. *Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi*, 38, Kırgızistan.
- Scoot, M. (1995). *Zaman yönetimi*. (Çev: Aslı Çingil Çelik). İstanbul: Rota Yayıncılık.
- Silahtaroglu, F. (2004). *Akademisyenlerde Zaman Yönetimi*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Smith, H. (1998). *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası*. (Çev: Adalet Çelbiş). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Sökmen, A. (2012). Yöneticiler Zamanı Nasıl Yönetiyor? Ankara'daki Hastanelerde Bir Uygulama. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 4(4), 126-140.
- Sugötüren, M., Ballı, M.Ö. ve Gökçe, H. (2011). Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Zaman Yönetimi Davranışları. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9 (3) 91-96.
- Şahin, K. (2014). *Lise Öğretmenlerinin Zaman Yönetimi Hakkındaki Görüşleri*. Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Tekin, C.D. (2015). *Zaman Yönetimi İle Yöneticinin Kişisel Performans İlişkisi: İstanbul Tekstil Sektöründe Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tektaş, M. ve Tektaş, N. (2010). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 23.
- Tengilimoğlu, D., Tutar, H., Altınöz, M., Başpınar, N.Ö. ve Erdönmez, C. (2015). *Zaman Yönetimi*. (Ed: Hasan Tutar). Ankara: Seçkin Yayıncılık.

- Toksoy, H. (2010). *Toplam Kalite Yönetiminde Zaman Yönetiminin Önemi: Bir Uygulama* Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Tübitak Bilim ve Teknik Dergisi. (2013). 10.02.2019 tarihinde <http://bilimsonsuzlugu.blogspot.com/2013/06/isaac-newton-ve-albert-einsteina-gore.html> sitesinden alınmıştır.
- Türe, G. (2013). *Hazırlık Okulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri İle Stres Yönetimi Becerileri Arasındaki İlişkinin Araştırılması: Yeditepe Üniversitesi Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Türk Dil Kurumu Kurumu (TDK) 2019. Güncel Türkçe Sözlük: 30.04.2019 tarihinde <http://www.tdk.gov.tr/> sitesinden alınmıştır.
- Türkel, S. ve Leblebici, D.N. (2000). Yönetim Bilimi Açısından Zamanın Anlamı ve Etkili Zaman Yönetiminin Esasları. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 18(1): 351-376.
- Türkmen, İ. (1992). *Etken iletişim Modeli: Yöneticiler için*. Ankara: MPM Yayınları.
- Trueman, M. and Hartley, J. (1996). A Comparison Between The Time-Management Skills And Academic Performance of Mature And Traditional-Entry University Students. *Higher Education*, 32(2), 199-215.
- Uğur, A. (2000). Çalışma Hayatında Zaman Yönetimi. *MPM Kalkınmada Anahtar Verimlilik Dergisi*. 12(143), 18-22.
- Usta, R. (2001). Yönetimde Verimli ve Etkin Zamanlama. *Standard Ekonomik ve Teknik Dergi*, 40(469): 14-21.
- Uyaniker, E.A. (2014). *Yönetici Hemşirelerin Genel Öz Yeterlilik İnancı İle Zaman Yönetimi Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.



- Uyduran, İ.M. (2014). *İlkokul Yöneticilerinde Zaman Yönetimi*. Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Webber, R. A. (1972). *Time And Management*, Van Nostrand Reinhold Co.
- Wells, G.D. (1994). *Time Management And Academic Achievement*.
- Yalınbaş, S. (2003). *Zaman Yönetiminde Duygusal Zekanın Kullanımı ve Yöneticiler Üzerinde Bir Uygulama*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Yaşam Koçluğu Eğitimi & Liderlik Okulu. 23.05.2019 tarihinde <https://www.liderlikokulu.com.tr/zamanin-etkin-kullanimi-zaman-yonetimi-yaklasimlari/> sitesinden alınmıştır.
- Yavaş, Ü. Öztürk, G. Açikel, C.H. ve Özer, M. (2012). Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin Değerlendirilmesi. *Taf Preventive Medicine Bulletin*, 11(1), 10.
- Yeşil, F. (2009), *Hastane Yöneticilerinin Etkili Zaman Yönetimine İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi*. Yüksek lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldız, K. (2018). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi ve Stres Algılarının İncelenmesi, *Sakarya University Journal of Education*, 8(3), 80-99. <https://dergipark.org.tr/download/article-file/509356>
- Yılmaz, A. ve Aslan, S. (2002). Örgütsel Zaman Yönetimi. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 3 (1), 25-46.
- Yılmaz, İ., Yoncalık, O. ve Bektaş, F. (2010). Zaman Yönetimi Davranışı İle Akademik Başarı Arasındaki İlişki. *E-Journal Of New World Sciences Academy Sports Sciences*, 5(3), 187-194.

Yurdagül, S. (2016). *Aktif Spor Yapan Bireylerde Zaman Yönetimi: Demografik Farklılıklar: (Elazığ İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.

Zampetakis, L., Bouranta, N. ve Moustakis, V. (2010). On The Relationship Between Individual Creativity and Time Management. *Thinking Skills and Creativity Journal*, 23-32.

Zekioğlu, A. Erdoğan, N. ve Türkmen, M. (2015). Sporcu Öğrencilerin Zaman Yönetimi Becerileri ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. *Uluslararası Hakemli Psikiyatri ve Psikolojik Araştırmaları Dergisi*, 4.

## EKLER

### EK – 1. Zaman Yönetimi Ölçeği Kullanım İzni (ZYÖ)

#### Re: Zaman Yönetimi Anketi Hakkında

On 01-Mar-17 08:14, DERVA DENİZ wrote:

Merhaba Sema Hanım,

Ben Abant İzzet Baysal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümünde Yüksek Lisans yapıyorum. Tez konumu Farklı Okul Sistemlerindeki Lise Öğrencilerinin Zaman Yönetimi ve Problemler İnternet Kullanımının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesine yönelik bir çalışma yapmak istiyorum.

Eğer izniniz olursa, sizin ve Koçak tarafından 2002 'de geliştirmiş olduğunuz Zaman Yönetimi Anketinizi tez çalışmamda kullanmak istiyorum.

Vereceğiniz cevaba şimdiden çok teşekkür eder, iyi çalışmalar dilerim...

#### Re: Zaman Yönetimi Anketi Hakkında

ⓘ Bu iletiyi 10.03.2017 Cum 13:30 tarihinde ilettiniz



Prof. Dr. Sema ALAY ÖZGÜL <salay@marmara.edu.tr>

6.03.2017 Pzt 15:22

Siz ↕



Zaman Yönetimi Ölçeği Hakkı...  
40 KB



ZYE-son-2008.DOC  
63 KB

2 ek (103 KB) Tümünü indir Tümünü OneDrive'a kaydet

Derya merhaba,  
sana başarılar dilerim. İlgili dosyalar ekte.  
Sevgiler.  
Sema

-----  
Prof. Dr. Sema ALAY ÖZGÜL  
Spor Yöneticiliği Bölümü,  
Spor Bilimleri Fakültesi,  
Marmara Üniversitesi Anadolu Hisarı Yerleşkesi,

**EK – 2. Zaman Yönetimi Ölçeği (ZYÖ)**

Yapılan bu çalışma Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi düzeylerini belirlemeye yöneliktir. Toplamda 5 dakikayı aşmayacak sorularımızı, her bir ifadeyi okuyarak, içtenlikle cevap vermeniz araştırmamızın doğru sonuçlara ulaşması açısından çok önemlidir. Tamamen bilimsel amaçlı olarak hazırlanan ankete vereceğiniz cevaplar gizli tutulacaktır. Yardımınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Yüksek Lisans Öğr.

Derya DENİZ

**KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

**Cinsiyetiniz:** Kadın ( )

Erkek ( )

**Okulunuz:**

**Bölümünüz:**


**Sınıfınız :** 1. ( ) 2. ( ) 3. ( ) 4. ( )

**Lisanslı olarak okulda veya kulüpte spor yapıyor musunuz?** Evet ( )

Hayır ( )

<b>ZAMAN YÖNETİMİ ANKETİ</b>	<b>Her Zaman</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Bazen</b>	<b>Nadiren</b>	<b>Hiçbir Zaman</b>
1.Çok uğraş gerektiren çalışmalarınız için en iyi zamanınızı programlamaya çalışır mısınız?					
2.Her gün kendiniz için bir takım amaçlar belirler misiniz?					
3.Bir akademik dönem için bir dizi amaçlar belirler misiniz?					
4.Güne başlamadan önce gününüzü planlar mısınız?					
5.Hafta başlarında her hafta için bir dizi amaçlar saptar mısınız?					
6.Çalışmalarınızı bitirmek için kendinize tarih saptar mısınız?					
7.Sizin için önemli tarihleri (sınav tarihleri, ödev teslim tarihleri vs.) bir takvim üzerinde işaretler misiniz?					
8.Okul günlerinizde yapmak zorunda olduğunuz aktivitelerin programını yapar mısınız?					
9.Her hafta sizinle ilgili şeyleri önceden bir plan yapmadan ve önceden takip etmeden yapar mısınız?					
10.Üzerinde çalışabileceğiniz şeyleri boş zaman bulduğunuzda yapabilmek için yanınızda taşır mısınız?					
11.Önceliklerinizi belirler ve onlara uyar mısınız?					
12.Bir sonraki hafta için ne başarmak istediğiniz net olarak belirgin mi?					
13.Makaleleri şimdi gerekli olmasalar bile gelecekte olabilir diye dosyalar/fotokopisini çeker misiniz?					
14.Yakın tarihte sınavınız olmasa bile, ders notlarınızı düzenli olarak tekrar eder misiniz?					
15.Her gün planlama için zaman harcar mısınız?					
16.Her gün yapmak zorunda olduğunuz şeylerin listesini yapar mısınız?					
17.Yapacak bir şeyiniz yoksa kendinizi uzun süre bekliyor durumda bulur musunuz?					
18.Zamanınızı yapıcı olarak kullanır mısınız?					
19.Genellikle amaçlarınızın hepsini size verilen hafta içerisinde çoğunlukla başarabileceğinizi düşünür müsünüz?					
20.Küçük kararları çabucak verebiliyor musunuz?					
21.Genel olarak kendi zamanınızı kendiniz planladığınızı hissedersiniz mi?					
22.İnsanlara hayır diyememekten, kendinizi sık sık okul işlerinizi engelleyen işlerle meşgul durumda bulur musunuz?					
23.Zamanınızı planlama işinde kendinizi geliştirmeye ihtiyaç duyuyor musunuz?					
24.Fayda sağlamayan alışkanlıklara veya aktivitelere devam eder misiniz?					
25.Normal bir okul gününde, okul işlerinden ziyade kendi özel işlerinize daha çok zaman harcar mısınız?					
26.Önemli okul ödevinin son teslim gününden bir gece önce hâlâ onun üzerinde çalışır mısınız?					
27.Günde ortalama bir paket sigara içeriyor musunuz?					

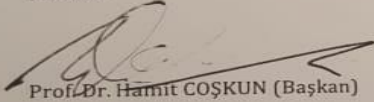

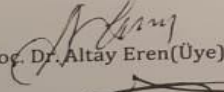
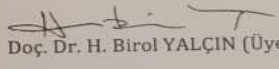
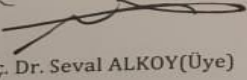
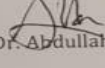
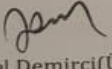
## EK – 3. Etik Kurul İzin Yazısı

  
**Abant İzzet Baysal Üniversitesi**  
**Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu**

Derya Deniz ALPAY  
 Abant İzzet Baysal Üniversitesi  
 Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
 Beden Eğitimi Öğretmenliği ABD

Sayın Derya Deniz ALPAY,

**"Liselerde Öğrenim Gören Öğrencilerin Zaman Yönetimi ve İnternet Kullanımının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi"** konulu araştırmanız ile ilgili olarak Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kuruluna 20.03.2017 tarihli yapmış olduğunuz başvuru (Protokol NO. 2017/99) kurulumuzun 29.03.2017 tarihli ve 2017/04 toplantısında değerlendirilerek etik olarak uygun bulunmuştur. Bilgilerinize sunarız.

 Prof. Dr. Hamit COŞKUN (Başkan)	 Prof. Dr. Mehmet ERYİĞİT (Üye)
 Doç. Dr. Altay Eren (Üye)	 Doç. Dr. H. Birol YALÇIN (Üye)
 Doç. Dr. Seval ALKOY (Üye)	 Y. Doç. Dr. Abdullah DURAKOĞLU (Üye)
 Av. Zuhale Demirci (Üye)	

## EK – 4. Bolu Valilik Oluru ve Ekleri

A.İ.B.Ü - Gelen Evrak No: 28/03/2017-E.7451

Evrak Tarihi ve Sayısı: 28/03/2017-E.7451



T.C.  
ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 26073066-605.01/  
Konu : Araştırma İzin İstemi ( Derya DENİZ  
ALPAY )

BOLU VALİLİĞİNE  
( İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ )

Enstitümüz Beden Eğitimi Anabilim Dalı, Beden Eğitimi Öğretmenliği Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Derya DENİZ ALPAY " Farklı Okul Sistemlerindeki Lise Öğrencilerinin Zaman Yönetimi ve İnternet Kullanımına Bana Değişiklikler Açısından İncelenmesi" konulu tez çalışması kapsamında ekte sunulan " Zaman Yönetimi ve İnternet Kullanımı " öççeklerini Bolu İl Millî Eğitim Müdürlüğüne bağlı merkez ilçedeki liseerde uygulamak istemektedir.

Gereğini bilgilerinize arz ederim.

Ek :  
1- Dilekçe  
2- Araştırma Örneği  
3- Zaman Yönetimi Ölçeği  
4- İnternet Kullanımı Ölçeği

10086  
T.C. ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü  
22-03-2017  
Prof.Dr. Türkan ARGON  
Müdür

BELGENİN ASLI  
ELEKTRONİK İMZALIDIR

21.03.2017

Tuncay ALP  
Bilgi İşlemci



T.C.  
BOLU VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 81622018-605.01-E.3998024  
Konu : Anket Çalışması

24.03.2017

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğünün  
20/03/2017 tarihli ve 3638 sayılı yazısı.

Abant İzzet Baysal Üniversitesi Beden Eğitimi Anabilim Dalı, Beden Eğitimi Öğretmenliği Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi Derya Deniz ALPAY'ın "Farklı Okul Sistemlerindeki Lise Öğrencilerinin Zaman Yönetimi ve İnternet Kullanımının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi" konulu tez çalışması yapmasına dair, 24.03.2017 tarih ve 3943367 sayılı Onay ilişikte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini arz/rica ederim.

Yusuf CENGİZ  
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek : Onay (1 adet)

Dağıtım :

Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne  
Merkez İlçedeki Resmî ve Özel Tüm Lise Müd.

24 Mart 2017

Murat AYDIN  
Bolu M.E.M. Destek Hizmetleri



A.B.Ü - Gelen Evrak No: 28/03/2017-E.7451



T.C.  
BOLU VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 81622018-605.01-E.3943367

24.03.2017

Konu : Araştırma İzni

MÜDÜRLÜK MAKAMINA

İlgi : Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğünde  
20/03/2017 tarihli ve 3638 sayılı yazısı.

Abant İzzet Baysal Üniversitesi Beden Eğitimi Anabilim Dalı, Beden Eğitimi Öğretmenliği Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi Derya Deniz ALPAY "Farklı Okul Sistemlerindeki Lise Öğrencilerinin Zaman Yönetimi ve İnternet Kullanımının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi" konulu tez çalışmasına veri sağlamak için İlimiz merkez ilçedeki liselerde uygulama yapmak istediğine ilişkin, ilgilinin dilekçesinin yer aldığı ilgi yazı ve ekleri incelenmiş olup, ekte sunulmuştur.

Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, Millî Eğitim Temel Kanunu ile Türk Millî Eğitiminin genel amaçlarına uygun olarak, ilgili yasal düzenlemelerde belirtilen ilke, esas ve amaçlara aykırılık teşkil etmeyecek şekilde, denetimleri ilgili okul müdürlükleri tarafından gerçekleştirilmek üzere, ilgili öğrencinin tez çalışmasına veri sağlayacak olan söz konusu uygulamanın yapılmasında herhangi bir sakınca görülmemiş, uygun görülmemiştir.

Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde olurlarınıza arz ederim.

Mustafa GÜLDENİR  
Şube Müdürü

OLUR

Yusuf CENGİZ  
Millî Eğitim Müdürü

**EK – 5. Özgeçmiş**

**Adı – Soyadı** : Derya DENİZ

**Doğum Tarihi** : 10.09.1988

**Öğrenim Durumu** : Yüksek Lisans

2016 - 2019	Tezli Yüksek Lisans AİBÜ - Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı
2012 -2016	AİBÜ - Beden Eğitimi Öğretmenliği (Çift anadal)
2012 - 2016	Vücut Geliştirme ve Fitness - 2.kademe uzmanlık (Yan dal)
2011 - 2015	AİBÜ - Spor Yöneticiliği Bölümü - Anadal
2006 - 2008	AİBÜ - Gerede Meslek Yüksekokulu Bilgisayar Teknolojisi ve Programlama

**Uluslararası Bilimsel Toplantılarda Sunulan ve Bildiri Kitabında Basılan Bildiriler**

Aktağ, I. ve Deniz, D. (2015). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeyleri (2015) *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1).

Ortaokulda Okuyan Öğrencilerin Öğrenilmiş Çaresizlik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. (2017). 4.Uluslararası Spor Bilimleri Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.