

# HAYEF: Journal of Education

ARAŞTIRMA MAKALESİ/RESEARCH ARTICLE

## Akademik Erteleme Davranışının Okul Tükenmişliği, Psikolojik İyi Oluş ve Akademik Başarıyla İlişkisi

Selim GÜNDOĞAN 

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Niğde, Türkiye

### Öz

Akademik erteleme davranışı öğrencilerde sıklıkla görülen ve olumsuzluklara yol açan bir problem durumudur. Akademik erteleme davranışının yaygın olarak görüldüğü öğrenci gruplarından birisi de üniversite öğrencileridir. Bu bağlamda bu çalışmada üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışının okul tükenmişliği, psikolojik iyi oluş ve akademik başarı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışmanın katılımcı grubunu 532 üniversite öğrencisi (385 kadın/147 erkek) oluşturmuştur. Çalışmanın verilerinin analizinde korelasyon ve regresyon analizi kullanılmıştır. Çalışmada akademik ertelemenin okul tükenmişliği üzerinde olumlu yönde, psikolojik iyi oluş ve akademik başarı üzerindeyse olumsuz yönde etkisinin olduğu bulunmuştur. Ulaşılan sonuçlar literatür bağlamında tartışılmış ve öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Akademik erteleme davranışı, okul tükenmişliği, psikolojik iyi oluş, akademik başarı, üniversite öğrencisi

### The Relationship of Academic Procrastination Behavior to School Burnout, Psychological Well-Being, and Academic Achievement

#### Abstract

Academic procrastination is a problem that is frequently seen in students and causes negativities. One of the student groups in which academic procrastination is common is university students. In this context, in this study, the effect of university students' academic procrastination behavior on school burnout, psychological well-being, and academic achievement was examined. The participant group of the study consisted of 532 university students (385 females/147 males). Correlation and regression analysis were used in the analysis of the data of the study. In the study, it was found that academic procrastination had a positive effect on school burnout and a negative effect on psychological well-being and academic achievement. The results were discussed in the context of the literature and suggestions were presented.

**Keywords:** Academic achievement, academic procrastination behavior, psychological well-being, school burnout, university student

### Giriş

Üniversite yaşamı öğrenciler için eğitici ve öğretici bir süreç olmasının yanında birtakım problemler yaşanan bir süreç olabilmektedir. Üniversite eğitimi boyunca bireyler ruhsal problemler yaşadığı gibi akademik temelli problemler de yaşabilmektedir. Üniversite öğrencilerinin yaşadığı akademik temelli problemler arasında akademik erteleme davranışının olduğu görülmektedir (Balkıs ve ark., 2006; Steel & Klingsieck, 2013; Ulukaya & Bilge, 2014).

Erteleme davranışı, tamamlanması gereken veya belli bir zaman diliminde yapılması gereken bir işi, görevi geciktirmek olarak tanımlanmaktadır (Flett ve ark., 1995). Erteleme davranışı sergileyen bireyler iş ve sorumluluklarını son ana kadar bekletmekte ya da yetiştirememektedirler (Burka & Yuen, 2007). Bundan dolayı bu bireyler gerek sosyal hayatlarında gerekse çalışma hayatlarında problemler yaşamakta ve etrafındaki insanların da işlerini zorlaştırmaktadırlar (Bui, 2007). Erteleme davranışının eğitim ortamındaki öğrencilerde görülen şekli ise akademik erteleme davranışı olarak nitelendirilmektedir (Schouwenburg, 1995).

Akademik erteleme davranışı öğrencinin yerine getirmesi gereken bir görevi, ödevi veya sorumluluğu zamanında yapmayıp daha sonra yaparım düşüncesi ile ertelemesidir (Solomon & Rothblum, 1984). Senécal, Koestner ve Vallerand (1995) akademik erteleme davranışını, bireyin akademik sorumluluklarını yüksek düzeyde kaygı yaşayana kadar erteleyip, yapmaması şeklinde tanımlamaktadırlar. Steel (2007) ise akademik erteleme davranışının aslında tam anlaşılamayan, yaygın ve bir öz düzenleme başarısızlığı olduğunu ifade etmektedir. Akademik erteleme, öğrenme ve çalışma süreci ile ilgili ertelemeleri kapsayan bir kavram olduğundan öğrenci ertelemesi olarak ifade edilen bir davranış çeşidi olarak da nitelendirilmektedir (Steel & Klingsieck, 2016).

Akademik erteleme davranışının tüm öğrencilerde olduğu gibi üniversite öğrencilerinde de yaygın bir problem durumu olduğu belirtilmektedir (Day ve ark., 2000; Farran, 2004). Öğrencilerin %75'inin akademik erteleme davranışı içerisinde olduğu ve ara ara bu problemlerle davranışı sergilediği öne sürülmektedir (Ferrari ve ark., 1995; Potts, 1987). Ellis ve Knaus (1977) ise öğrencilerin % 95'e yakın bir oranda akademik erteleme davranışı sergileme eğilimine sahip olduğunu belirtmişlerdir. Onwuegbuzie (2004) araştırmasında öğrencilerin %40

**Sorumlu Yazar/Corresponding Author:** Selim GÜNDOĞAN, E-mail: selimgundogan@ohu.edu.tr

**Cite this article as:** Gündoğan, S. (2023). Akademik erteleme davranışının okul tükenmişliği, psikolojik iyi oluş ve akademik başarıyla ilişkisi. *HAYEF: Journal of Education*, 20(2), 106-111.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License  
Available online at <https://hayefjournal.org>

ile %60 oranı aralığında akademik erteleme davranışı gösterdiklerini bulmuştur. Bu bağlamda öğrencilerde akademik erteleme davranışının yaygın bir problem durumu olduğu söylenebilir.

Öğrencilerin akademik erteleme davranışını sıklıkla göstermesine zemin hazırlayan bazı nedenler olabilmektedir. Örneğin mükemmeliyetçi kişilik eğiliminde olan öğrencilerin bir ödevi ya da sorumluluğu en güzel şekilde yapabileme endişesinden kaynaklı olarak erteleme davranışını daha yoğun sergilediği dikkat çekmektedir (Abdollahi ve ark., 2020; Jadidi ve ark., 2011; Saddler & Sacks, 1993). Öz düzenleme becerisi (Çetin & Ceyhan, 2018; Senécal ve ark., 1995), motivasyonu (Klassen ve ark., 2010; Lee, 2005) ve öz yeterliği (Filiz & Doğan, 2021; Klassen ve ark., 2008) düşük öğrenciler akademik erteleme davranışını sıklıkla yapmaktadırlar. Bireyin düşük benlik algısına sahip olması (Batoöl ve ark., 2017; Beck ve ark., 2000), kendinden şüphe etmesi (Duru & Balkıs, 2014) gibi durumların da akademik erteleme davranışına yol açtığı görülmektedir. Ayrıca zaman yönetimi becerisi düşük olan öğrencilerin de daha sıklıkla akademik erteleme davranışı sergilediği dikkat çekmektedir (Ocal & Boyraz, 2016; Shih, 2017). Sonuç olarak akademik erteleme davranışına yol açan pek çok faktör olduğu görülmektedir. Söz konusu faktörlerin bir ya da birkaçı öğrencilerin akademik erteleme davranışı gösterme eğilimini artırabilmektedir.

Akademik erteleme davranışı psikoanalitik kurama göre id, ego ve süper ego üçlüsünden egonun kendini tehdit edici bir durum olarak gördüğü bir durumdan korunmaya yönelik gösterdiği kaçınma tepsiği olarak açıklanmaktadır (Aydoğan & Özbay, 2012, Ferrai ve ark., 1995). Kaygı ve korku durumu yüksek olan bireylerin daha çok kaçınma dolayısıyla erteleme davranışı içersinde olacağı belirtilmiştir (Fee & Tangney, 2000). Bilişsel davranışçı kurama göre akademik erteleme davranışı bireyin kendine yönelik dayattığı başarısızım, mükemmel olmalıyım, en iyisini yapmalıyım vb. gibi mantıkdışı düşüncelerinin sonucunda ortaya çıkmaktadır (Flett ve ark., 2012). Aslında bireylerin akademik erteleme davranışı sergilemesinin altında bireyin bilişsel çarpıtmaları ve mantık dışı düşünceleri yatmaktadır (Flett ve ark., 2016). Sosyal öğrenme kuramına göre birey akademik erteleme davranışını gözlem yoluyla diğer insanlardan öğrenmektedir (Klingsieck ve ark., 2013). Bu kapsamda değerlendirildiğinde model alınan kişinin statüsü, yakınlığı ve benzerliği yüksekse bireyler bu kişiyi daha çok taklit etmekte ve daha sıklıkta akademik erteleme davranışı sergilemektedirler.

### **Akademik Erteleme Davranışıyla Okul Tükenmişliği, Psikolojik İyi Oluş ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiler**

Akademik erteleme davranışının öğrenciler için pek çok olumsuz etkisi olmaktadır (Rabin ve ark., 2011; Schraw ve ark., 2007). Akademik erteleme davranışı öğrencilerin eğitim sürecinde yorgunluk ve bıkkınlık hissetmesine yol açabilmektedir (Niazov ve ark., 2022). Bunun sonucu olarak da öğrencilerde okul tükenmişliği gibi birtakım problemler yaşanabilmektedir (Ocal, 2016). Araştırmalarda akademik erteleme davranışının okul tükenmişliğine yol açtığı bulunmuştur. Örneğin; Balkıs (2013) Türk üniversite öğrencilerinde akademik erteleme eğiliminin okul tükenmişliğine yol açtığını ve okul tükenmişliği üzerinde olumlu yönde bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşmıştır. Lee ve Choi (2014) Koreli öğrencilerde akademik erteleme davranışının okul tükenmişliği üzerinde olumlu olarak etkisinin olduğunu ve akademik erteleme davranışının okul tükenmişliğine neden olduğunu bulmuşlardır. Garavand (2021) lise eğitimine devam ergenler üzerinde yürüttüğü araştırmasında akademik erteleme davranışının okul tükenmişliğine yol açtığı sonucunu elde etmiştir. Literatürdeki açıklamalar ve ilgili araştırmalar göstermektedir ki akademik erteleme davranışı öğrencilerin okul tükenmişliğini artırıcı bir role sahiptir. Bu bağlamda bu araştırmada da akademik ertelemenin okul tükenmişliği üzerinde pozitif yönde yordayıcı rolü olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

Akademik erteleme davranışının öğrencilere yansıyan olumsuz sonuçlarından birisinin de öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarının düşmesi olduğu dikkat çekmektedir (Bu ve ark., 2021). Akademik erteleme davranışı sergileyen öğrencilerin bu durumu bir huzursuzluğa sebep olmakta ve öğrencinin iyi oluşu düşmektedir (Zacks & Hen, 2018). Duru & Balkıs (2017) araştırmalarında üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışının iyi oluşları üzerinde olumsuz yönde bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Benzer bir araştırmada, Berber-Çelik ve Odacı (2020) üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışının öznel iyi oluşlarını olumsuz olarak etkilediği sonucuna ulaşmışlardır. Üniversite öğrencileri üzerinde yürütülmüş boylamsal bir araştırmada da akademik erteleme davranışının öğrencilerin duygusal iyi oluşlarını düşürdüğü ve olumsuz olarak etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Krause & Freund, 2014). Sonuç olarak, akademik erteleme davranışının bireylerin psikolojik iyi oluşları üzerinde olumsuz bir etkisinin olduğu görülmektedir. Bu araştırmada da akademik ertelemenin psikolojik iyi oluş üzerinde negatif yönde yordayıcı rolü olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

Akademik erteleme davranışı okul tükenmişliğine yol açmasının ve psikolojik iyi oluş üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olmasının yanında öğrencilerin akademik başarılarına da olumsuz olarak etki etmektedir (De Paola & Scoppa, 2015; Orpen, 1998). Literatürdeki araştırmalarda akademik erteleme davranışının akademik başarı üzerinde olumsuz yönde bir etkisinin olduğunu ortaya koymuştur. Örneğin; Grunschel ve ark. (2016) üniversite öğrencileri üzerinde yürüttükleri araştırmalarında akademik erteleme davranışının öğrencilerin akademik başarılarını olumsuz olarak etkilediğini ve akademik erteleme davranışının yoğun olduğu öğrencilerin akademik başarısının da düştüğünü bulmuşlardır. Kim ve Seo (2015) tarafından yürütülmüş olan meta analiz çalışmasında akademik erteleme ile akademik başarı arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ve akademik erteleme davranışının akademik başarı üzerinde olumsuz yönde yordayıcı bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Balkıs & Duru (2010) tarafından Türk üniversite öğrencileri üzerinde yürütülmüş başka bir araştırmada akademik erteleme davranışının akademik başarı üzerinde olumsuz bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak akademik erteleme davranışının öğrencilerin akademik başarıları üzerinde negatif yönde bir yordayıcılığı olduğu görülmektedir. Bu kapsamda mevcut araştırmada akademik erteleme davranışının akademik başarı üzerinde negatif yönde bir yordayıcılığının olup olmadığını incelemek amaçlanmıştır.

### **Mevcut Araştırmanın Önemi ve Amacı**

Akademik erteleme davranışı bütün öğrenci gruplarında görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinde de görülen bir problem durumu olmaktadır. Akademik ertelemenin öğrencilere olumsuz yansımalarının olduğu ve öğrencilerin farklı problemler yaşamasını artıran bir rolünün olduğu ifade edilmektedir (Niazov ve ark., 2022; Schraw ve ark., 2007; Zacks & Hen, 2014). Bu problem durumları arasında yukarıda raporlaştırıldığı gibi öğrencinin okul tükenmişliği yaşama sıklığının artması, psikolojik iyi oluş ve akademik başarının düşmesi gibi durumlar dikkat çekmektedir. Akademik erteleme davranışını öğrencilerin daha az yaşamasına odaklanmanın öğrencilere olumlu yansımalarının olacağı düşünülebilir. Bu bağlamda mevcut araştırmada akademik erteleme davranışının okul tükenmişliği, psikolojik iyi oluş ve akademik başarı üzerinde nasıl bir etkisinin olduğunu ortaya koymak amaçlanmıştır. Çalışmanın sonuçlarının öneleyici rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri için, okullardaki eğitimciler için öğrencilerde akademik erteleme davranışını azaltma noktasında yol gösterici bir veri kaynağı olabileceği değerlendirilmektedir. Ayrıca Türk kültüründe akademik erteleme davranışı ile okul tükenmişliği (Balkıs, 2013), psikolojik iyi oluş (Berber-Çelik & Odacı, 2020) ve akademik başarı (Balkıs & Duru, 2010) arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Bu kapsamda mevcut araştırmanın literatürdeki

boşluğa bir katkı sunacağı ifade edilebilir. Mevcut çalışmanın cevap aranan alt problemleri aşağıdaki gibidir:

- Akademik erteleme davranışı ile okul tükenmişliği, psikolojik iyi oluş ve akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Akademik erteleme davranışı okul tükenmişliği, psikolojik iyi oluş ve akademik başarının anlamlı bir yordayıcısı mıdır?

### Yöntem

Mevcut çalışmada nicel araştırma yöntemi desenlerinden ilişkisel model kullanılmıştır. Bu bağlamda bu çalışma üniversite öğrencilerinin akademik erteleme, okul tükenmişliği, psikolojik iyi oluş ve akademik başarı puanları arasındaki ilişkiyi inceleyen ilişkisel bir çalışmadır. İlişkisel çalışmalarda bir değişkenin başka bir değişken üzerinde yordayıcı rolü olup olmadığı incelenmektedir (Mertens, 2019). Bu araştırmada da akademik erteleme davranışının okul tükenmişliği, psikolojik iyi oluş ve akademik başarı üzerinde yordayıcı bir rolü olup olmadığı incelenmiştir.

### Çalışma grubu

Çalışma üniversite eğitimine devam eden öğrenciler üzerinde yürütülmüştür. Çalışmaya farklı fakültelerde (eğitim, fen edebiyat, ilahiyat, iktisadi ve idari bilimler) üniversite eğitimine devam eden öğrenciler katılmıştır. Bu kapsamda çalışma grubunu yaş aralığı 18 ile 30 arasında olan 385'i (%72,4) kadın ve 147'si (%27,6) erkek olmak üzere toplam 532 üniversite öğrencisi oluşturulmaktadır.

### Veri toplama araçları

#### Kişisel bilgi formu

Çalışmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, yaş, eğitim gördüğü bölüm ve fakülte, genel not ortalamasını belirleyebilmek için araştırma kapsamında kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Söz konusu değişkenler kişisel bilgi formundan elde edilmiştir.

#### Akademik erteleme ölçeği kısa formu

Ölçek McCloskey'in (2011) tarafından geliştirilmiş likert tipinde, 5 maddelik ve tek boyutlu bir ölçme aracıdır. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması üniversite öğrencileri üzerinde Balkıs ve Duru (2022) tarafından yapılmıştır. Uyarlama çalışmasında Cronbach's alpha iç tutarlılık katsayısı ,88 olarak bulunmuştur. Ölçüt bağımlı geçerlik içinse korelasyon katsayısı ,77 olarak bulunmuştur. Uyarlama çalışmasında uyum indekslerinin de iyi düzeyde olduğu bulunmuştur ( $\chi^2/df=1,453$ , RMSEA=,04 (,00–,10), SRMR=,02, GFI=,99, CFI=1, TLI=,99, NFI=,99 ve RFI=,98). Bu çalışma kapsamında ise Cronbach's alpha iç tutarlılık katsayısı ,86 olarak bulunmuştur.

#### Maslach tükenmişlik envanteri-öğrenci formu

Ölçek öğrencilerin okul tükenmişliğini değerlendirmek için Schaufeli ve ark. (2002) tarafından geliştirilmiştir. Türk kültürüne uyarlaması Çapri ve ark. (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçek "tükenme (5 madde)", "duyarsızlaşma (4 madde)" ve "yetkinlik (4 madde)" olmak üzere 3 faktörden ve 13 maddeden oluşan likert tipinde bir ölçme aracıdır. Uyarlama çalışmasında ölçeğin Cronbach Alfa değeri birinci alt faktörü için ,76, ikinci alt faktörü için ,82, üçüncü alt faktör için ise ,61 olarak bulunmuştur. Uyarlama çalışmasında uyum indekslerinin de iyi düzeyde olduğu bulunmuştur ( $\chi^2/df=2,87$ ; RMSEA, ,049; TLI=,97; CFI=,98; GFI=,97; AGFI=,95; SRMR=,037). Bu çalışma kapsamında ise Cronbach's alpha iç tutarlılık değeri alt boyutlar için sırasıyla ,89, ,86, ,66 ve tüm ölçekte içinse ,89 şeklinde bulunmuştur.

#### Psikolojik iyi oluş ölçeği

Ölçek Diener ve ark., (2010) tarafından geliştirilmiş likert tipinde 8 maddelik ve tek boyutlu bir ölçme aracıdır. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlanması Telef (2013) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır.

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklanan varyansın %42 olarak hesaplanmıştır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri ,54 ile ,76 arasında olarak bulunmuştur. Uyarlama çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ,80, test tekrar test sonucu güvenirlilik katsayısı ,86 olarak hesaplanmıştır. Uyarlama çalışmasında uyum indekslerinin de iyi düzeyde olduğu bulunmuştur ( $\chi^2/df=4,645$ , RMSEA=,08, SRMR=,04, GFI=,96, NFI=,94, RFI=,92, CFI=,95 ve IFI=,95). Bu çalışma kapsamında ise Cronbach's alpha iç tutarlılık katsayısı ,86 olarak bulunmuştur.

### İşlem ve Veri Analizi

Çalışmanın etik açıdan uygunluğuna dair etik kurul onayı (Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Etik Kurulu 26.08.2022 tarih ve 2022/10.07 numaralı karar) ve gerekli veri toplama izinleri alındıktan sonra veri toplama aşamasına geçilmiştir. Araştırmacı tarafından bizzat araştırmanın amacı ve kapsamı katılımcılara açıklanmıştır. Ayrıca çalışmaya katılımın gönüllük esasına göre olduğu ve katılımcının çalışmadan istediği zaman geri çekilebileceği vurgulanmıştır. Çalışma gönüllü olarak ölçekleri dolduran 532 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür.

Çalışmanın verilerinin analizi SPSS (versiyon 22) programı ile gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizi korelasyon ve regresyon analizleri kullanılarak yapılmıştır. Verilerin normal dağılımı için basıklık ve çarpıklık değerlerinin  $-1,5$  ve  $+1,5$  aralığında olması ölçüt alınmıştır (Tabachnick & Fidell, 2013). Regresyon analizi için çoklu bağlantı problemi olmaması için ikili değişkenler arasında ,90'dan düşük bir ilişki olmaması dikkate alınmıştır (Büyüköztürk, 2007; Kline, 2015). Ayrıca regresyon analizinin ön koşulları olan "eşvaryanslılık, doğrusallık, uç değerler, hataların bağımsızlığı ve tekillik" varsayımları kontrol edilmiştir (Büyüköztürk, 2007; Kline, 2015). Verilerde uç değerler olup olmadığı incelenmiş olup herhangi bir uç değer olmadığı görülmüş ve analizler 532 kişilik veri seti üzerinde yapılmıştır.

### Bulgular

Bu kısımda çalışmanın değişkenlerinin betimsel istatistiklerine, korelasyon ve regresyon analizinin sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde çalışmaya katılan öğrencilerin akademik erteleme ortalaması 14,47, genel not ortalaması 3,02, psikolojik iyi oluş ortalaması 39,79, tükenme ortalaması 14,79, duyarsızlaşma ortalaması 10,47 ve yetkinlik ortalaması 11,73 olarak bulunmuştur. Ayrıca basıklık ve çarpıklık değerlerinin tüm değişkenler için  $-1,5$  ile  $+1,5$  arasında değişmekte olduğu ve verilerin normal dağılım gösterdiği görülmektedir (Tabachnick & Fidell, 2013).

Tablo 2 incelendiğinde yapılan korelasyon analizinin sonucunda akademik erteleme ile genel not ortalaması ( $r = -,30$ ,  $p < ,01$ ) ve psikolojik iyi oluş ( $r = -,33$ ,  $p < ,01$ ) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki; okul tükenmişliğinin alt boyutları tükenme ( $r = ,43$ ,  $p < ,01$ ),

Tablo 1.  
Betimsel istatistikler

|                             | N   | Ort.  | ss   | Min. | Max.  | Çarp. | Bas.  |
|-----------------------------|-----|-------|------|------|-------|-------|-------|
| Akademik Erteleme Davranışı | 355 | 14,47 | 4,77 | 5,00 | 25,00 | ,310  | -,561 |
| Genel Not Ortalaması        | 355 | 3,02  | ,37  | 1,48 | 3,95  | -,546 | ,966  |
| Psikolojik İyi Oluş         | 355 | 39,79 | 8,40 | 8,00 | 56,00 | -,905 | 1,278 |
| Tükenme                     | 355 | 14,79 | 5,03 | 5,00 | 25,00 | ,446  | -,845 |
| Duyarsızlaşma               |     | 10,47 | 3,92 | 4,00 | 20,00 | ,624  | -,341 |
| Yetkinlik                   | 355 | 11,73 | 2,76 | 4,00 | 18,00 | -,239 | -,212 |

Tablo 2.

## Korelasyon Analizi

|                                      | 1      | 2      | 3      | 4     | 5     | 6 |
|--------------------------------------|--------|--------|--------|-------|-------|---|
| 1. Akademik Erteleme Davranışı (AED) | –      |        |        |       |       |   |
| 2. Genel Not Ortalaması (GNO)        | –,30** | –      |        |       |       |   |
| 3. Psikolojik İyi Oluş (PİO)         | –,33** | ,14**  | –      |       |       |   |
| 4. Tükenme (TÜK.)                    | ,43**  | –,14** | –,35** | –     |       |   |
| 5. Duyarsızlaşma (DUY.)              | ,40**  | –,16** | –,41** | ,77** | –     |   |
| 6. Yetkinlik (YET.)                  | ,34**  | –,27** | –,47** | ,26** | ,33** | – |

\*\* $p < ,01$ .

duyarsızlaşma ( $r = ,40, p < ,01$ ) ve yetkinlik ( $r = ,34, p < ,01$ ) arasındaysa pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Değişkenler arasında ikili ilişkilerin ,90'dan küçük bir değerde olması çoklu bağlantı probleminin olmadığı şeklinde yorumlanabilir (Büyüköztürk, 2007; Kline, 2015).

Tablo 3 incelendiğinde yapılan regresyon analizi sonucunda akademik erteleme davranışının genel not ortalaması ( $B = -,02, \beta = -,30, R^2 = ,09, p < ,001$ ) ve psikolojik iyi oluşu ( $B = -,58, \beta = -,30, R^2 = ,09, p < ,001$ ) negatif yönde yordadığı, başka bir ifadeyle akademik erteleme davranışının genel not ortalaması ve psikolojik iyi oluş üzerinde olumsuz yönde bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Ayrıca akademik erteleme davranışının okul tükenmişliğinin alt boyutları olan tükenme ( $B = ,46, \beta = ,43, R^2 = ,19, p < ,001$ ), duyarsızlaşma ( $B = ,33, \beta = ,40, R^2 = ,16, p < ,001$ ) ve yetkinliği ( $B = ,20, \beta = ,34, R^2 = ,12, p < ,001$ ) pozitif yönde yordadığı, başka bir ifadeyle akademik erteleme davranışının okul tükenmişliği üzerinde olumlu yönde bir etkisinin olduğu bulunmuştur.

## Tartışma ve Sonuç

Akademik erteleme davranışının öğrencilerde yaygın bir şekilde görülmekte ve öğrenciler üzerinde farklı olumsuz etkileri olmaktadır (Steel, 2007). Bu yüzden akademik erteleme davranışını incelemenin ve sonuçlarının neler olabileceğinin araştırma konusunun yapılmasının önemli olduğu düşünülmüştür. Bu bağlamda bu çalışmada akademik erteleme davranışının okul tükenmişliği, psikolojik iyi oluş ve akademik başarı üzerinde yordayıcı etkisi incelenmiştir.

Mevcut çalışmada akademik erteleme davranışının okul tükenmişliği üzerinde pozitif yönde yordayıcı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu akademik erteleme davranışının öğrencilerin okul tükenmişliğini daha da artıran bir rolü olduğunu göstermekte olduğu ifade edilebilir. Başka bir ifadeyle akademik erteleme davranışı sergileyerek ödevlerini, okul süreçlerindeki birtakım görevlerini sürekli erteleyen öğrenciler bunun sonucunda daha sıklıkla okul tükenmişliği sorunu yaşabilmektedir. Saplavska ve Jerkunkova (2018) akademik erteleme davranışının bireylerde eğitim sürecinde kaygıya ve yorgunluğa yol açtığını ifade etmektedirler. Görev ve sorumluluklarını ertelemenin öğrencilerin tükenmişliğini daha da tetiklediği ve artırdığı öne sürülmektedir (Knaus, 1985). Ayrıca akademik erteleme davranışı

sergileyen öğrencilerin görevini zamanında yetiştiremediğinden kaynaklı olarak kaygı ve stresinin yükseldiği, bunun sonucu da okul sürecinde daha çok problem yaşadığı belirtilmektedir (He, 2017; Rahardjo ve ark., 2013). Bu kaygı ve stresli durumlarda öğrencinin yorgun ve tükenmiş bir ruh haline bürünmesine neden olabilmektedir. Mevcut araştırmanın sonucu da bu durumu ortaya koymuştur. Literatürde daha önce yürütülmüş çalışmalarda benzer sonuç elde edilmiştir (Balkıs, 2013; Garavand, 2021; Lee & Choi, 2014). Bu bağlamda bu çalışmadaki sonuç literatürle tutarlı bir sonuçtur. Hem literatürdeki daha önceki araştırmaların sonuçları hem de bu araştırmada ulaşılan sonuç akademik erteleme davranışının öğrencilerde okul tükenmişliğini daha da artırdığını ortaya koymuştur.

Çalışmada akademik erteleme davranışının psikolojik iyi oluş üzerinde negatif yönde yordayıcı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç öğrencilerin sergilediği akademik erteleme davranışının psikolojik iyi oluşlarını düşürdüğü ve kendilerini ruhsal olarak kötü hissetmelerine yol açtığı şeklinde yorumlanabilir. Literatürde akademik erteleme davranışının öğrencilerin ruhsal durumları üzerinde olumsuz sonuçlara yol açtığı öne sürülmüştür (Eisenbeck ve ark., 2019; Glick ve ark., 2014). Olumsuz sonuçlardan birisinin de akademik erteleme davranışının psikolojik iyi oluşu olumsuz olarak etkilemesi ve düşürmesi olduğu belirtilmiştir (Bu ve ark., 2021). Ayrıca bir bireyin görevini ve sorumluluğunu yerine getirememesinden kaynaklı olarak kendini huzursuz ve mutsuz olarak hissettiği vurgulanmıştır (Higgins, 1987). Bu kapsamda değerlendirildiğinde de akademik erteleme davranışı öğrencilerin kendini mutsuz hissetmesine yol açtığı ifade edilebilir. Bu çalışmadaki sonuç da bu sonucu ortaya koymaktadır. Daha önceki araştırma bulgularıyla bu çalışmadaki bulgu paralellik göstermektedir (Berber-Çelik & Odacı, 2020; Duru & Balkıs, 2017; Krause & Freund, 2014). Bu bağlamda akademik erteleme davranışını sıklıkla sergileyen öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarının düştüğü ifade edilebilir.

Mevcut çalışmada akademik erteleme davranışının akademik başarı üzerinde de negatif yönde yordayıcı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmanın bu sonucu akademik erteleme davranışı gösteren öğrencilerin eğitim süreçlerinde akademik olarak başarısızlık yaşadığını göstermektedir. Orpen (1998) akademik erteleme davranışının yaygın olarak görülen olumsuz sonuçları arasında öğrencilerin akademik başarısının düşmesinin olduğunu belirtmektedir. Steel (2007) akademik erteleme davranışının özellikle akademik başarıyı olumsuz olarak etkileyip, bundan kaynaklı olarak öğrencinin performansında ciddi bir düşüş meydana geldiğini öne sürmektedir. Mevcut çalışmada da bu sonuca ulaşılmıştır. Mevcut çalışmada ulaşılan sonuç daha önceki araştırma bulgularıyla tutarlı bir sonuçtur (Balkıs & Duru, 2010; Grunschel ve ark., 2016; Kim & Seo, 2015). Sonuç olarak akademik erteleme davranışının bir öğrencinin akademik başarısını olumsuz yönde etkilediği öne sürülebilir.

## Öneriler ve Sınırlılıklar

Bu araştırmanın literatürdeki boşluğa katkılar sunacak önemli sonuçlara sahip olmasının yanında birtakım sınırlılıkları barındıran bir araştırma olduğu düşünülmektedir. İlk olarak mevcut çalışmada

Tablo 3.

## Regresyon Analizine Dair Bulgular

| Yordayıcı | GNO                 |     |         | PİO                 |      |         | TÜK.                |     |         | DUY.                |     |     | YET.                |     |         |
|-----------|---------------------|-----|---------|---------------------|------|---------|---------------------|-----|---------|---------------------|-----|-----|---------------------|-----|---------|
|           | B                   | SHB | $\beta$ | B                   | SHB  | $\beta$ | B                   | SHB | $\beta$ | B                   | SHB | B   | B                   | SHB | $\beta$ |
| Sabit     | 3,36                | ,05 |         | 48,19               | 1,10 |         | 8,17                | ,63 |         | 5,71                | ,50 |     | 8,89                | ,36 |         |
| AED       | –,02                | ,01 | –,30*** | –,58                | ,07  | –,33*** | ,46                 | ,04 | ,43***  | ,33                 | ,03 | ,40 | ,20                 | ,02 | ,34     |
|           | R <sup>2</sup> =,09 |     |         | R <sup>2</sup> =,11 |      |         | R <sup>2</sup> =,19 |     |         | R <sup>2</sup> =,16 |     |     | R <sup>2</sup> =,12 |     |         |
|           | F(1–530)=51,50      |     |         | F(1–530)=64,45      |      |         | F(1–530)=122,91     |     |         | F(1–530)=101,01     |     |     | F(1–530)=68,94      |     |         |

\*\*\* $p < ,001$  (SH= Standart Hata).

katılımcı grup içerisinde kadın katılımcıların daha yoğun olduğu görülmektedir. Yeni araştırmalarda kadın ve erkek katılımcı sayısı daha dengeli olabilir. İkinci bir sınırlılıksa çalışmanın verilerinin sadece üniversite öğrencileri üzerinde toplanmış olmasıdır. Akademik erteleme davranışının bütün öğrencilerde görülen bir durum olduğu dikkate alındığında, yeni çalışmalarda farklı kademelerdeki öğrenciler dâhil edilerek araştırma süreci planlanabilir. Çalışmadaki başka bir sınırlılıksa katılımcılardan sadece öz bildirimle dayalı ölççeklerle veri toplanmış olmasıdır. Yeni çalışmalarda daha derinlemesine konuyu inceleyebilmek için nitel yöntemlerden gözlem, görüşme gibi yöntemlerle de veri toplanarak bu sınırlılık azaltılabilir.

Mevcut çalışmanın sonucu akademik ertelemenin öğrencilerde birtakım olumsuzluklara yol açtığını göstermektedir. Bu bağlamda birtakım öneriler öne sürülebilir. İlk olarak öğrenciler arasında akademik erteleme davranışını önleyici rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerine öncelik verilebilir. Böylece problem durumu ortaya çıkmadan gereken önleyicilik hizmetleri sağlanmış ve akademik erteleme davranışının öğrencilerde yol açacağı sorunların önüne geçilebilir. Akademik erteleme davranışını sıklıkla sergileyen öğrenciler için zaman yönetimi, problem çözüme becerisi konularında hem birebir hem de grup etkinlikleri kapsamında beceriler kazandırılabilir. Akademik erteleme davranışını çok yoğun olarak sergileyen öğrenciler içinse uzman desteği için uzmanlarla işbirliği yapılarak, bu öğrencilerin söz konusu uzmanlardan destek almaları sağlanabilir. Eğitim ortamındaki öğrencilerin yoğun ödev ve ders etkinliklerinden dolayı görevlerini erteleme davranışını sergiledikleri dikkate alındığında, eğitim süreçleri daha planlı ve seviyeye uygun şekilde tasarlanabilir.

#### Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

**Yazar Katkıları:** Fikir – S.G.; Tasarım – S.G.; Denetleme – S.G.; Kaynaklar – S.G.; Malzemeler – S.G.; Veri Toplanması ve/veya İşlenmesi – S.G.; Analiz ve/veya Yorum – S.G.; Literatür Taraması – S.G.; Yazıyı Yazan – S.G.; Eleştirel İnceleme – S.G.

**Çıkar Çatışması:** Yazar çıkar çatışması bildirmemiştir.

**Finansal Destek:** Yazar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

**Peer-review:** Externally peer-reviewed.

**Author Contributions:** Concept – S.G.; Design – S.G.; Supervision – S.G.; Resources – S.G.; Materials – S.G.; Data Collection and/or Processing – S.G.; Analysis and/or Interpretation – S.G.; Literature Search – S.G.; Writing Manuscript – S.G.; Critical Review – S.G.; Other – S.G.

**Declaration of Interests:** The author declare that they have no competing interest.

**Funding:** The author declared that this study has received no financial support.

#### Kaynaklar

- Abdollahi, A., Maleki Farab, N., Panahipour, S., & Allen, K. A. (2020). Academic hardness as a moderator between evaluative concerns perfectionism and academic procrastination in students. *Journal of Genetic Psychology, 181*(5), 365–374. [CrossRef]
- Aydoğan, D., & Özbay, Y. (2012). Akademik erteleme davranışının benlik saygısı, durumluluk kaygı, öz-yeterlilik açısından açıklanabilirliğinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi, 2*(3), 1–10. [CrossRef]
- Balkıs, M. (2013). Akademik erteleme eğilimi ve öğrencilerin tükenmişlik duygusu arasındaki ilişki. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28*(1), 68–78.

- Balkıs, M., & Duru, E. (2010). Akademik erteleme eğilimi, akademik başarı ilişkisinde genel ve performans benlik saygısının rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 27*, 159–170.
- Balkıs, M., & Duru, E. (2022). Akademik Erteleme Ölçeği'nin Kısa Formunun psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Pamukkale Eğitim Fakültesi Dergisi, 54*, 410–425.
- Balkıs, M., Duru, E., Buluş, M., & Duru, S. (2006). Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme eğiliminin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi, 2*(7), 57–73.
- Batool, S. S., Khursheed, S., & Jahangir, H. (2017). Academic procrastination as a product of low self-esteem: A mediational role of academic self-efficacy. *Pakistan Journal of Psychological Research, 32*(1), 195–211.
- Beck, B. L., Koons, S. R., & Milgrim, D. L. (2000). Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination, self-consciousness, self-esteem and self-handicapping. *Journal of Social Behavior and Personality, 15*(5), 3–13.
- Berber-Çelik, Ç., & Odacı, H. (2020). Subjective well-being in university students: What are the impacts of procrastination and attachment styles? *British Journal of Guidance and Counselling, 1*–14. [CrossRef]
- Bu, X., Wu, L., & Wang, H. (2021). Impact of college students' academic procrastination on subjective well-being. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 49*(7), 1–13. [CrossRef]
- Bui, N. H. (2007). Effect of evaluation threat on procrastination behavior. *Journal of Social Psychology, 147*(3), 197–209. [CrossRef]
- Burka, J., & Yuen, L. M. (2007). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Hachette UK.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri el Kitabı, istatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum*. Pegem Yayıncılık.
- Çapri, B., Gündüz, B., & Gökçakan, Z. (2011). Maslach Tükenmişlik Envanteri-Öğrenci Formu (MTE-ÖF)'nun Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması [Turkish adaptation of Maslach Burnout Inventory–Student Scale (MBI-SS): Its validity and reliability]. *Çukurova University Faculty of Education Journal, 40*(1), 134–147. Retrieved from <http://egitim.cu.edu.tr/efdergi>
- Çetin, N., & Ceyhan, E. (2018). Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının sürekli kaygı, akılcı olmayan inanç, öz düzenleme ve akademik başarı ile ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 33*(2), 460–479.
- Day, V., Mensink, D., & O'Sullivan, M. (2000). Patterns of academic procrastination. *Journal of College Reading and Learning, 30*(2), 120–134. [CrossRef]
- De Paola, M., & Scoppa, V. (2015). Procrastination, academic success and the effectiveness of a remedial program. *Journal of Economic Behavior and Organization, 115*, 217–236. [CrossRef]
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research, 97*(2), 143–156. [CrossRef]
- Duru, E., & Balkıs, M. (2014). The role of academic procrastination tendency on the relationships among self doubt, self esteem and academic achievement. *Education and in Science, 39*(173), 274–287.
- Duru, E., & Balkıs, M. (2017). Procrastination, self-esteem, academic performance, and well-being: A moderated mediation model. *International Journal of Educational Psychology, 6*(2), 97–119. [CrossRef]
- Eisenbeck, N., Carreno, D. F., & Uclés-Juárez, R. (2019). From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science, 13*, 103–108. [CrossRef]
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. Signet Books.
- Farran, B. (2004). Predictors of academic procrastination in college students. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 65*, 1545.
- Fee, R. L., & Tangney, J. P. (2000). Procrastination: A means of avoiding shame or guilt? *Journal of Social Behavior and Personality, 15*(5), 167–184.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance*. Plenum Press.
- Filiz, B., & Doğan, Y. (2021). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının akademik erteleme eğilimlerinin öz düzenleme becerileri ve öz yeterliklerine etkisi. *Milli Eğitim Dergisi, 50*(230), 857–872. [CrossRef]
- Flett, A. L., Haghbin, M., & Pynchyl, T. A. (2016). Procrastination and depression from a cognitive perspective: An exploration of the associations among procrastinatory automatic thoughts, rumination, and mindfulness. *Journal*

- of *Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 34(3), 169–186. [\[CrossRef\]](#)
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., & Martin, T. R. (1995). Procrastination, negative self-evaluation, and stress in depression and anxiety. *Procrastination and Task Avoidance*, 137–167. [\[CrossRef\]](#)
- Flett, G. L., Stainton, M., Hewitt, P. L., Sherry, S. B., & Lay, C. (2012). Procrastination automatic thoughts as a personality construct: An analysis of the procrastinatory cognitions inventory. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 30(4), 223–236. [\[CrossRef\]](#)
- Garavand, H. (2021). Study of the causal model of perceptions of classroom quality and motivational orientations with academic burnout: The mediating role of academic procrastination. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 11(2), 45–76. [\[CrossRef\]](#)
- Glick, D. M., Millstein, D. J., & Orsillo, S. M. (2014). A preliminary investigation of the role of psychological inflexibility in academic procrastination. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 3(2), 81–88. [\[CrossRef\]](#)
- Grunschel, C., Schwinger, M., Steinmayr, R., & Fries, S. (2016). Effects of using motivational regulation strategies on students' academic procrastination, academic performance, and well-being. *Learning and Individual Differences*, 49, 162–170. [\[CrossRef\]](#)
- He, S. (2017). A multivariate investigation into academic procrastination of university students. *Open Journal of Social Sciences*, 05(10), 12–24. [\[CrossRef\]](#)
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319–340. [\[CrossRef\]](#)
- Jadidi, F., Mohammadkhani, S., & Tajrishi, K. Z. (2011). Perfectionism and academic procrastination. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 30, 534–537. [\[CrossRef\]](#)
- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26–33. [\[CrossRef\]](#)
- Klassen, R. M., Ang, R. P., Chong, W. H., Krawchuk, L. L., Huan, V. S., Wong, I. Y. F., & Yeo, L. S. (2010). Academic procrastination in two settings: Motivation correlates, behavioral patterns, and negative impact of procrastination in Canada and Singapore. *Applied Psychology*, 59(3), 361–379. [\[CrossRef\]](#)
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915–931. [\[CrossRef\]](#)
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford Press.
- Klingsieck, K. B., Grund, A., Schmid, S., & Fries, S. (2013). Why students procrastinate: A qualitative approach. *Journal of College Student Development*, 54(4), 397–412. [\[CrossRef\]](#)
- Knaus, W. J. (1985). Student burnout: A rational-emotive education treatment approach. In A. Ellis, & M. E. Bernard (Eds.), *Clinical applications of rational-emotive therapy* (pp. 257–274). New York, NY: Plenum Press.
- Krause, K., & Freund, A. M. (2014). Delay or procrastination—A comparison of self-report and behavioral measures of procrastination and their impact on affective well-being. *Personality and Individual Differences*, 63, 75–80. [\[CrossRef\]](#)
- Lee, E. (2005). The relationship of motivation and flow experience to academic procrastination in university students. *Journal of Genetic Psychology*, 166(1), 5–14. [\[CrossRef\]](#)
- Lee, J., & Choi, H. (2014). Relationship between perfectionism and academic burnout: Focus on the mediating effect of academic stress and academic procrastination. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 15(11), 6556–6564. [\[CrossRef\]](#)
- McCloskey, J. D. (2011). *Finally, my thesis on academic procrastination* (Master's thesis). ProQuest, UMI Dissertations Publishing. (1506326).
- Mertens, D. M. (2019). *Research and evaluation in education and psychology: Integrating diversity with quantitative, qualitative, and mixed methods*. Sage publications.
- Niazov, Z., Hen, M., & Ferrari, J. R. (2022). Online and academic procrastination in students with learning disabilities: The impact of academic stress and self-efficacy. *Psychological Reports*, 125(2), 890–912. [\[CrossRef\]](#)
- Ocak, G., & Boyraz, S. (2016). Examination of the relation between academic procrastination and time management skills of undergraduate students in terms of some variables. *Journal of Education and Training Studies*, 4(5), 76–84. [\[CrossRef\]](#)
- Ocal, K. (2016). Predictors of academic procrastination and university life satisfaction among Turkish sport schools students. *Educational Research and Reviews*, 11(7), 482–490. [\[CrossRef\]](#)
- Onwuegbuzie, A. J. (2004). Academic procrastination and statistics anxiety. *Assessment and Evaluation in Higher Education*, 29(1), 3–19. [\[CrossRef\]](#)
- Orpen, C. (1998). The causes and consequences of academic procrastination: A research note. *Westminster Studies in Education*, 21(1), 73–75. [\[CrossRef\]](#)
- Potts, T. J. (1987). *Predicting procrastination on academic tasks with self-report personality measures* (Doctoral Dissertation). Hofstra University.
- Rabin, L. A., Fogel, J., & Nutter-Upham, K. E. (2011). Academic procrastination in college students: The role of self-reported executive function. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 33(3), 344–357. [\[CrossRef\]](#)
- Rahardjo, W., Juneman, J., & Setiani, Y. (2013). Computer anxiety, academic stress, and academic procrastination on college students. *Journal of Education and Learning*, 7(3), 147–152. [\[CrossRef\]](#)
- Saddler, C. D., & Sacks, L. A. (1993). Multidimensional perfectionism and academic procrastination: Relationships with depression in university Students. *Psychological Reports*, 73(3), 863–871. [\[CrossRef\]](#)
- Saplavaska, J., & Jerkunkova, A. (2018, May). Academic procrastination and anxiety among students. In *Engineering for Rural Development* (pp. 1192–1197). [\[CrossRef\]](#)
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481. [\[CrossRef\]](#)
- Schouwenburg, H. C. (1995). Academic procrastination. *Procrastination and Task Avoidance*, 71–96. [\[CrossRef\]](#)
- Schraw, G., Wadkins, T., & Olafson, L. (2007). Doing the things we do: A grounded theory of academic procrastination. *Journal of Educational Psychology*, 99(1), 12–25. [\[CrossRef\]](#)
- Senécal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. (1995). Self-regulation and academic procrastination. *Journal of Social Psychology*, 135(5), 607–619. [\[CrossRef\]](#)
- Shih, S. S. (2017). Factors related to Taiwanese adolescents' academic procrastination, time management, and perfectionism. *Journal of Educational Research*, 110(4), 415–424. [\[CrossRef\]](#)
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. [\[CrossRef\]](#)
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. [\[CrossRef\]](#)
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination. In D. S. Dunn (Ed.), *Oxford bibliographies in psychology*. Oxford University Press.
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36–46. [\[CrossRef\]](#)
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Pearson Education.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374–384.
- Ulukaya, S., & Bilge, F. (2014). Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme yordayıcıları olarak aile bağlamında benlik ve ana-baba tutumları. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(41), 89–102.
- Zacks, S., & Hen, M. (2018). Academic interventions for academic procrastination: A review of the literature. *Journal of Prevention and Intervention in the Community*, 46(2), 117–130. [\[CrossRef\]](#)