



## A ve B TİPİ KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE ZAMAN YÖNETİMİ DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Nurettin İBRAHİMOĞLU, Yard. Doç. Dr., Gaziantep Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi İşletme Bölümü, nibrahimoglu@gantep.edu.tr

Demet KARAYILAN, Uzm. , Gaziantep Üniversitesi Meslek Yüksek Okulu, demetkarayilan2004@hotmail.com

**ÖZET:**Bu çalışmada, öğrencilerin A tipi ve B tipi kişilik yapısı ile zamanı etkin kullanım biçimleri arasındaki ilişkiyi araştırmak amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma evreni olarak, 2011-2012 Eğitim- Öğretim Yılı I.Yarıyılında Gaziantep Üniversitesi Gaziantep Meslek Yüksek Okulu'nda okuyan 264 öğrenci seçilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, A Tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinde cinsiyet, öğretim gördükleri sınıf ve iş durumuna göre anlamlı farklılıkların olmadığı, barındığı yer ve öğretim türlerine göre ise anlamlı farklılıkların olduğu saptanmıştır. Ancak B Tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinde cinsiyet, öğretim gördükleri sınıf, iş durumu, barındığı yer ve öğretim türlerine göre anlamlı farklılıkların olmadığı görülmüştür.

**Anahtar kelimeler:** A ve B tipi kişilik, zaman yönetimi

### RELATIONSHIPS BETWEEN TYPE A AND TYPE B PERSONALITY AND TIME MANAGEMENT

**ABSTRACT:**In this study, correlation between Type A and Type B personality and time management disposition of students was investigated. In fall semester of academic year of 2011-2012, 264 students from Gaziantep Vocational School of Higher Education of Gaziantep University were selected as a sample of the study. Analysis of results had showed that for Type A personalities, there was no significant correlation between time management and individual's sex, year (first or second year) and employment but there were significant correlations between time management and type of accomodation and the type of education (day and night education). On the contrary, for Type B personalities there were no correlation between time management and individual's sex, year, employment, type of accomodation and the type of education.

**Key Words :** Type A Personality, Type B Personality, Time Management

### Giriş

İnsanlar hayatını devam ettirmek, zenginleşmek, etkin, verimli ve etkili olmak ihtiyacı içerisinde. Çünkü kişiler başarıları veya yaptıkları şeyler yoluyla değerlendirilirler. Başarı ise kendi kendine değil bireylerin eylemleri ile somutlaşır. Bu durum daha çok kişinin çalışma biçimi ile ilgilidir. Örneğin zamanı iyi ya da kötü harcamayı kişinin kendisi belirler. Üstüne üstlük zamanın etkili ve verimli bir şekilde kullanımı ya da israfı, gelişmiş ülkelerle gelişmemiş ülkeler ayırımında temel ölçütlerden birisi olduğu gibi; bireysel olarak da başarıyı ve başarısızlığı etkileyen en önemli faktörlerdendir (Forsyth, 2010: 3; Hassanzabeh ve Ebadi, 2007: 168). Bir işe iyi başlayıp sonunu getirememesi, plansız programsız çalışma, ayrıntılarda boğulma, işlerin yarıda bırakılması, sistemsiz ve dağınık çalışma, yetersiz kişilerle yapılan işler, aşırı sosyal ilişkiler, uzun görüşmeler, rutin ve gereksiz işler başarısız zaman yönetimi ile yakından ilgilidir. Bireyler, etkin zaman yönetimi ile kariyerlerini daha iyi planlar ve yönetebilir, daha fazla yaşantı geçirerek yeni teknoloji ve gelişmeleri takip edebilir, yeni fikirler yeni projeler oluşturabilme imkânı bulabilirler. Etkili zaman yönetiminde temel referans noktası zamanı yönetmek değil bireyin akıp giden zaman içinde kendini yönetmesidir. Yani etkili zaman yönetimi ile amaç belirli bir anlayış çerçevesinde insanın potansiyelini ortaya çıkarabilmesidir (Kahle, 2002: 19). Bu bağlamda insanların kişiliği ile zaman yönetimi becerisi arasında yakın bir ilişki bulunmaktadır. Çünkü zaman yönetiminin belirli bir eyleme eğilim, ya da tipik bir



koşullanma ilişkisi olduğu düşünüldüğünde kişilik ile yakından ilişkisi daha da önemli hale gelmektedir. Bu bakımdan kişiliği ele almadan önce zaman yönetimi konusu üzerinde durmanın yararlı olacağı düşünülmektedir.

### **Zaman Yönetimi Kavramı**

Fransız düşünür Voltaire “Zadig: A Mystery of Fate” adlı eserinde; dünyadaki her şeyin en uzununu, en kısası, en yavaşı, en küçüğü ve en büyüğü, en fazla ihmal edilen ve en fazla pişmanlık duyulan, onsuz hiçbir şeyin yapılamadığı şey nedir sorusuna zaman cevabını vermiştir (Eroğlu ve Bayrak, 2010: 255).

Zaman, bir eylemin başlangıcı ile bitişi arasındaki geçen süre olarak bilinmesine rağmen; tam olarak tanımlamakta güçlük çekilen, göreceli ve evrensel bir kavramdır. Bu doğrultuda genel ve net bir tanım yapmak güç görünmektedir. Ayrıca zaman, toplumdaki topluma, bir toplumun değişik kesimlerine ve ortama göre de farklılıklar göstermektedir (Türkmen, 1996: 2; Fidan, 2011:48).

Zamanı etkili kullanma; bireysel amaçları, sorumlulukları, yaşamda zevk alınan şeyleri ve sosyal yaşamın içerdiği etkinlikleri bir arada yürütebilecek biçimde planlanması anlamına da gelmektedir. Literatürde zamanı etkin ve etkili kullanma konusunda pek çok strateji, öneri, yöntem ve teknik ileri sürülmektedir. Bunlardan başlıcaları; amaç belirleme, öncelikleri belirleme, uzun ve kısa vadeli planlar yapma, hayır diyebilme, yetki devri, etkili iletişim, ertelememe, kesintilerin önüne geçme şeklindedir (Akatay, 2003: 287–294; Eroğlu ve Bayrak, 2010: 262–264; Yılmaz ve Aslan, 2002: 27–32).

### **A ve B Tipi Kişilik**

Allport kişiliği, dinamik bir psikofizyolojik sistem içinde yaşayan bireyin kendine özgü, karakteristik bir hal almış, çevreye uyum süreci olarak tanımlamaktadır (Stroh, Northcraft, Neale, Kern, & Langlands, 2001, s 46; Robbins, 2002, s 90). Literatürde insan kişiliği çeşitli tip, özelliklere göre de ele alınmış ve tanımlanmıştır. Örneğin Jenkins, Rosenman, Friedman ve arkadaşları koroner kalp yetmezliği ve koroner damar hastalıklarında hastanın psikodavranışsal yapısının önemli bir neden olduğundan hareketle kişilikleri A ve B tipi diye ikiye ayırmıştır. Adı geçen yazarlara göre A tipi kişilerin B tipine göre zamana karşı kendilerini daha güç koşullara doğru sürme eğilimi içinde olmaları onların farklı bir kişilik profili çizmelerine yol açmaktadır (Bozek ve Ray, 1980: 181; Heilbrun Jr, Palchanis, ve Friedberg, 1986: 525; Ganster, Schaubroeck, Sime, ve Mayes, 1991: 143). Sözgelimi A Tipi davranış özelliği gösteren kişilerde sigara, zayıf diyet, hipertansiyon, hastalanmaya kronik yatkınlık gibi geleneksel risk faktörlerinden bağımsız olarak kalp ve damar hastalıklarının B tipi kişilik özelliğine sahip olanlara göre iki kat daha yaygın şekilde gözlemlendiği belirtilmektedir. Diğer yandan A tipi kişilik biçimi sadece fizyolojik hastalıkları açıklamada değil, çalışanların iş stresi, iş performansı ve meslek seçimleri üzerinde de belirleyici olmaktadır (Ganster ve diğ., 1991: 143).

A tipi davranış biçimine sahip bireyler; agresif, sabırsız, insan ilişkilerinde zayıf, planlamayı zaman kaybı olarak gören ve işe çok fazla yönelik olup, pek çok güdüye sahip ve mümkün olduğu kadar çok kısa sürede çok fazla başarılı olmak istemektedir. A tipi kişilikler, zaman zaman aceleci tavır takınarak kendisini sürekli bir şeyler yapmak zorunda hissederler. A tipi kişilik zamanını çok iyi yönettiği söylenemez (Heilbrun Jr ve diğ., 1986: 527; Aktaş, 2001: 31). A tipi davranış özellikleri genellikle; diğer insanlar konuşurken acele etmek, hızlı yemek, sırada beklemekten ve zamanı boşa harcamaktan hoşlanmamak, zamanın elverdiğinden daha fazla etkinlikle dolu bir programa sahip olmak, aynı anda birçok şeyi yapmaya çalışmak, çok yavaş insanlara karşı sabırsızlık, dinlenme, dostluk veya zevk verici şeyler için çok az zaman ayırmaktır (Pelit, Türkmen, ve Yarmacı, 2010: 11). B tipi kişilik davranış özelliği gösteren bireyler ise, A tipindeki bireylerin tam tersidir. B tipi davranış biçimine sahip kişiler zamanla daha az çatışma halindedir ve yaşama karşı daha dengeli, bir yaklaşım içerisindedir. Kararlı bir hızda çalışır ve kendini daha fazla güven içinde hissederler. B tipi özelliğe sahip kişinin A tipi özelliğe sahip kişiden daha çok ya da daha az başarılı olduğu söylenemez. Ancak B tipi kişilerde başarı pek fazla önemli görülmez. Çünkü başarı konusunda aşırı hırslı değildirler. ‘B tipi’ özellikler daha rahat, uysal, az rekabetçi ve daha az saldırganlıdır. Kolay kolay sinirlenmez ve tedirgin olmazlar. Yaptıkları işten zevk almayı bilirler. İşleriyle ilgili rahatlıkları onlara



suçluluk duygusu vermez, sakin ve düzenli çalışırlar, çevreye açık ve sosyal yaşamı seven bir yapıları vardır (Aktaş, 2001: 31). B tipi birey, A tipi bireyin tersine kolay yaşayan bir tiptir. Oldukça açık ve rahattırlar. Zamanla pek ilgilenmezler. Başkaları ile yarışa girmezler. Konuşmaları bile rahat ve sakin bir tondadır. B tipi birey, kendisinden ve çevresinden emin bir tiptir (Durna, 2010: 278).

#### **Zaman Yönetimi A ve B Tipi Kişilik İlişkisi ve Literatür Taraması**

İyi zaman yönetiminin akademik başarıyı etkilediği birçok araştırmada da ortaya konmuştur (Britton ve Tesser, 1991: 409; Macan, 1996: 233; Misra ve McKean, 2000: 42). Öğrenciler ile yapılan çalışmalarda işleri erteleme, zaman yönetimi konusunda yetersiz kalan öğrencilerin okulda büyük kaygı ve stres yaşadıkları, sorumluluklarını yerine getiremedikleri, performanslarının düştüğü, hayat başarısının azaldığı ileri sürülmektedir (Ajayi ve Osiki, 2008: 128-129; Erdul, 2005: 49). Diğer yandan kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre zaman yönetimi becerileri ve kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu ve artan yaşla birlikte zaman yönetimi becerilerinin de arttığı ileri sürülmektedir (Misra ve McKean, 2000:45). Benzer bir başka araştırmada da kadınların zaman yönetim becerilerinin erkeklere göre daha iyi olduğu yönünde bulgular elde edilmiştir (Çağlıyan ve Göral, 2009: 186). Yapılan başka bir araştırmada zaman yönetimi ile yaş ve akademik performans arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Trueman ve Hartley, 1996: 208). Literatürde, A ve B Tipi kişilik yapısı ile ailenin gelir düzeyi ve ailenin ikamet ettiği yer arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu belirtilmektedir (Durna, 2010: 289). Stres düzeyi ile A ve B tipi kişilik yapısı ilişkisinin ele alındığı başka bir araştırmada, stres düzeyi ile A ve B tipi kişilik özellikleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Durna, 2010: s 204). Yapılan diğer bir araştırmada bireylerin zaman üzerinde kontrol gücünü kullanarak bir olayın gerçekleşme süresini tahminleyebilecekleri belirtilmektedir. Zamanın etkili kullanımı ile rol baskısı arasında negatif bir ilişkinin olduğu; kabul edilebilir bir stres ve zaman süresi ile daha fazla başarı sağlandığı belirtilmektedir. Zaman yönetimi eğitimi ile algılanan zaman kontrol davranışı arasında olumlu bir ilişkinin olduğu belirtilmektedir (Burt ve Kemp, 1994: 261; Macan, 1994: 386; Hawkins ve Klas, 1997: 161; Francis-Smythe ve Robertson, 1999: 333). Buna göre zaman yönetimi ile A ve B tipi kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi ele alan hipotezler şu şekilde düzenlenmiştir:

**Hipotez 1 (H1)** : Kişilik tipi A veya kişilik tipi B'ye göre iş durumu ile zaman yönetimi arasında pozitif bir ilişki vardır.

**Hipotez 2 (H2)** : Kişilik tipi A veya kişilik tipi B'ye göre öğretim türü ile zaman yönetimi arasında pozitif ilişki vardır.

**Hipotez 3 (H3)** : Kişilik tipi A veya kişilik tipi B'ye göre cinsiyet ile zaman yönetimi arasında pozitif ilişki vardır.

**Hipotez 4 (H4)** : Kişilik tipi A veya kişilik tipi B'ye göre 1. ve 2.sınıf öğretim düzeyi ile zaman yönetimi arasında pozitif ilişki vardır.

**Hipotez 5 (H5)** : Kişilik tipi A veya kişilik tipi B'ye göre barınma yerleri ile zaman yönetimi arasında pozitif ilişki vardır.

#### **Yöntem**

##### **Evren ve Örneklem**

Araştırmanın çalışma evreni olarak, Gaziantep Üniversitesi Gaziantep Meslek Yüksek Okulu öğrencileri seçilmiştir. Araştırmanın ana kütlesi toplam 264 öğrenciden (179 erkek ve 85 kız) oluşmaktadır. Araştırma verileri anket yöntemi kullanılarak elde edilmiştir. Araştırmada kullanılan anket formu 3 bölüme ayrılmıştır. Birinci bölüm katılımcıların demografik özellikleri, ikinci bölüm A tipi ve B tipi kişilik anketi ve üçüncü bölüm ise zaman yönetimi anketidir. Verilerin analizi SPSS 16.0 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir.



### Ölçüm Araçları

**Zaman Yönetimi Anketi** : Araştırmada Erdem, Pirinççi, Dikmetaş, (2005) tarafından geliştirilen ve Likert tipi, hiç katılmıyorum (1) ile her zaman katılıyorum (5), şeklinde bir anket kullanılmıştır. Anketten alınabilecek en yüksek puan 95, en düşük puan ise 19'dur. 19 sorudan oluşan zaman yönetimi davranışları anketinin güvenilirlik katsayısı (alfa = 0.61) olarak bulunmuştur (Erdem, Pirinççi, & Dikmetaş, 2005: 170).

**A ve B Tipi Kişilik Anketi** : Araştırmada Durna (2010) tarafından geliştirilen 20 maddelik A ve B tipi kişilik anketi kullanılmıştır. Anket 5'li Likert biçiminde olup, daima doğru (5) ile asla doğru değil (1) şeklinde düzenlenmiştir (Durna, 2010: 282). Anket formunda "Fikrim yok", "nadiren doğru", "asla doğru değil" şıklarını işaretleyenler değerlendirmeye alınmazken, değerlendirmeye alınanlara "daima doğru" ve "genellikle doğru" şıklarını işaretleyen kişilerin verdikleri her bir cevaba 1'er puan verilmiştir. Anketi dolduran katılımcılardan aynı puanı alan kişilerin toplamından bir mod (mod 10) oluşturulmuştur. Bu mod'un 10 puan ve üstü olanlar A tipi kişilik, 10 puan altında olanlar B tipi kişilik özelliklerine sahip olduğu kabul edilmiştir. Anketin güvenilirlik katsayısı (alfa = 0.72) bulunmuştur.

### Bulgular

#### Demografik Değişkenlere İlişkin Analizler

Araştırmaya katılanların 179 (%67,8) kişisi erkek, 85 (%32,2) kişisi kadındır. Katılımcıların A tipi kişilik özelliğine sahip erkek sayısı 131 (%67,2) kişi, kadın ise 64 (%32,8) kişidir. B tipi kişilik özelliğine sahip erkek 47 (%70,1) kişi, kadın ise 20 (%29,9) kişidir. Araştırmaya katılanların tamamının yaşı 18 ile 24 aralığındadır. Barınma yerine göre katılımcıların 111'i (%42,1) aileden ayrı bir evde, 127'si (%48,1) ailesinin yanında, 12'si (%4,5) kredi yurtlar kurumunda, 14'ü (%5,3) özel yurttadır. Okudukları sınıflarına göre katılımcıların 85'i (%32,2) 1.sınıf, 179 kişisi (%67,8) 2.sınıf şeklindedir. Öğretim türüne göre katılımcıların 136'sı (%51,5) normal öğretim, 128'i (%48,5) ikinci öğretimde okumaktadır. İş durumuna göre katılımcıların çalışmakta olanları 101 (38,3) kişi, çalışmayanlar ise 163 (%61,7) kişidir.

#### İstatistiksel Analizler

Araştırmanın bu kısmında istatistiksel analizlere ilişkin bulgular ele alınmıştır. Buna göre araştırmada zaman yönetimi ile kişilik tipleri arasındaki ortalamalar, zaman yönetimi ve A ve B tipi kişilik özellikleri ile demografik değişkenler arasındaki ilişkiler analiz edilmiştir. İstatistiksel yöntem olarak t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

#### Katılımcıların Zaman Yönetimi ile A ve B Tipi Kişilik Tiplerine İlişkin Bulgular

Katılımcıların zaman yönetim davranışlarına ilişkin sorular ve her bir sorudan aldıkları puanların aritmetik ortalama ve standart sapması Tablo 1'de verilmiştir. Katılımcıların zaman yönetimi davranışlarına ilişkin sorulara verdikleri puanların aritmetik ortalamaları hesaplanmış ve istatistiksel analizler bu ortalamalar üzerinden yapılmıştır. Anket soruları 5'li likert ölçeği şeklinde sorulduğu için orta noktada puan olarak 3 bulunmaktadır (Hiç=1, Ara sıra=2, Sık sık=3, Çok sık=4, Her zaman=5). Tablo 1'de görüldüğü gibi, öğrencilerin zaman yönetim puanı genel olarak A tipi kişilik için 3,03, B tipi kişilik için ise 3.14 bulunmuştur. Bu rakamlar zaman yönetimi konusunda A tipi kişilik ve B tipi kişilik için yüksek ya da düşük gibi uç noktalarda olmadıklarını, orta düzeyde bulduklarını göstermektedir (Tablo 1).



**Tablo 1. Kişilik Tipine Göre Öğrencilerin Zaman Yönetimi Davranışları Sorularından Aldıkları Puanlar**

	A Tipi Kişilik		B Tipi Kişilik	
	X	Ss	X	Ss
<b>Zaman Yönetimi Davranışlarına ilişkin sorular</b>				
İşlerinizi planlamak için zaman ayırır mısınız?	2,99	1,33	2,93	1,23
Günlük işleri belirli bir programa göre yapar mısınız?	2,90	1,35	2,76	1,24
Bir gün sonrası veya herhangi bir zaman dilimi için "yapılacaklar listesi" hazırlar mısınız?	2,23	1,21	2,31	1,16
İşlerinizle ilgili kısa süreli amaçlar belirler misiniz?	2,89	1,12	3,03	1,25
Yapılacak işleri öncelik ve önem sırasına göre dizer misiniz?	3,39	1,34	3,27	1,38
Yapılacak işleriniz için son bitim tarihi belirler misiniz?	2,82	1,35	2,66	1,34
Beklenmedik ve acil çıkabilecek işler için ihtiyati zaman ayırır mısınız?	2,70	1,34	2,90	1,31
Yapmanız gereken işleri önemli olmayan nedenlerle erteler misiniz?*	3,69	1,21	3,63	1,29
İşlerinizi son dakika da yetiştirme durumu yaşıyor musunuz?*	3,31	1,33	3,67	1,06
Zamanınızın çok hızlı bir şekilde akıp gittiği duygusuna kapılır mısınız?*	2,56	1,40	3,09	1,31
Bir işi yaparken plansız bir şekilde başka bir işe geçme eğilimindedir misiniz?*	3,58	1,31	3,88	1,31
Özel ricalarla ya da kendi isteğiniz ile başkalarının işlerini yapar mısınız?*	2,97	1,37	3,33	1,16
Size faydası olmayan iş ve görüşmelere "hayır" diyebiliyor musunuz?	2,95	1,52	2,57	1,28
Belirlediğiniz randevu ve görüşme saatlerine uyuyor musunuz?	3,58	1,36	3,18	1,45
Günlük işler içinde boğulur musunuz?*	3,14	1,42	3,64	1,35
Belirli bir konu üzerinde çalışırken, çalışma masanızda ders ile ilgili olmayan şeyler bulunur mu?*	3,44	1,43	3,76	1,21
Ders çalışırken çalışmanızın kesilmesini önlemek için önlemler alırmısınız?	2,84	1,33	3,00	1,31
Derslerinize sınav tarihlerini dikkate almadan düzenli bir şekilde çalışır mısınız?	2,67	1,42	2,69	1,35
Büyük sınavlardan hemen öncesindeki gece hala çalışmaya devam eder misiniz?*	2,84	1,55	3,36	1,37
<b>Toplam</b>	<b>3,03</b>	<b>0,45</b>	<b>3,14</b>	<b>0,41</b>



\*Ters skorlu sorular

Diğer yandan zaman yönetimi açısından A tipi ve B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin bir işi yaparken plansız bir şekilde başka bir işe geçme eğiliminde oldukları (A tipi için  $3.58 \pm 1.321$ ; B tipi için  $3.88 \pm 1.31$ ), yapmaları gereken işleri önemli olmayan nedenlerle erteledikleri (A tipi için  $3.69 \pm 1.21$ ; B tipi için  $3.63 \pm 1.29$ ) görülmektedir (Tablo 1).

#### Hipotezler

Araştırmanın bu aşamasında kişilik türlerine göre belirlenen zaman yönetim puan ortalamalarının cevaplayıcıların demografik özellikleri arasında ilişki incelenmiştir.

#### A Tipi ve B Tipi kişilik Tiplerine Göre İş Durumu ile Zaman Yönetimi İlişkisi (H1)

A ve B tipi kişilik özellikleri taşıyan öğrencilerin zaman yönetimi puan ortalaması ve iş durumu arasındaki ilişkiyi istatistiksel açıdan incelemek için t-testi yapılmıştır (Tablo 2.1, 2.2). A tipi kişilik özelliği taşıyan ve bir işte çalışan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 2,99'dur. A tipi kişilik özelliği taşıyan ve bir işte çalışmayan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 3.04' tür. A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin iş durumuna göre oluşan zaman yönetim puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür ( $df=193$ ,  $t=-0,838$ ,  $Sig.=0,403$ ).

**Tablo 2.1. A Tipi Kişilik Türünde İş Durumuna Göre Zaman Yönetimi t-Testi**

	İş Durumu	Ort.	SS	df	t	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	Çalışıyor	2,991107	,4718450	193	0,838	,403*
	Çalışmıyor	3,045841	,4185325			

\* $P > 0.05$

B tipi kişilik özelliği taşıyan ve bir işte çalışan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması ise 3,11'dir (Tablo 2.2). B tipi kişilik özelliği taşıyan ve bir işte çalışmayan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 2.99' dur. B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin iş durumuna göre oluşan zaman yönetim puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür ( $df=65$ ,  $t=1,359$ ,  $Sig.=0,179$ ).

**Tablo 2.2. B Tipi Kişilik Türünde İş Durumuna Göre Zaman Yönetimi t-Testi**

	İş Durumu	Ort	SS	df	t	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	Çalışıyor	3,117969	,3856452	65	1,359	0,179*
	Çalışmıyor	2,994458	,3552359			

\* $P > 0.05$

#### A Tipi ve B Tipi Kişilik Türünde Öğretim Türü ile Zaman Yönetimi İlişkisi (H2)

A tipi ve B tipi kişilik özellikleri taşıyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması ve öğretim türü arasındaki ilişkiyi istatistiksel açıdan incelemek için t-testi yapılmıştır (Tablo 3.1, 3.2). Buna göre A tipi kişilik özelliği taşıyan ve normal öğretimde okuyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 3,08'dir. A tipi kişilik özelliği taşıyan ve ikinci öğretimde okuyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 2.95' tür. A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin öğretim türüne göre oluşan zaman yönetim puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmüştür ( $df=193$ ,  $t=-2,054$ ,  $Sig.=0,041$ ).

**Tablo 3.1. A Tipi Kişilik Türünde Öğretim Türü ile Zaman Yönetimi t-Testi**

	Öğretim Türü	Ort.	SS	df	t	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	Normal Öğr.	3,086353	,4350698	193	2,054	0,041*
	İkinci Öğr.	2,958245	,4342616			

\*P < 0,05

B tipi kişilik özelliği taşıyan ve normal öğretimde okuyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması ise 3,01'dir (Tablo 3.2). B tipi kişilik özelliği taşıyan ve ikinci öğretimde okuyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 3,07'dir. B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin öğretim türüne göre zaman yönetim puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür (df=65, t=0,692, Sig.=0,491).

**Tablo 3.2. B Tipi Kişilik Türünde Öğretim Türü ile Zaman Yönetimi t-Testi**

	Öğretim türü	Ort.	SS	df	t	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	İkinci Öğr.	3,078947	,3824488	65	0,692	0,491*
	Normal Öğr.	3,015948	,3618952			

\*P > 0,05

**A ve B Tipi Kişilik Türlerine Göre Cinsiyet İle Zaman Yönetimi İlişkisi (H3)**

A ve B tipi kişilik özellikleri taşıyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi istatistiksel açıdan incelemek için t-testi yapılmıştır (Tablo 4.1, 4.2). Buna göre A tipi kişilik özelliği taşıyan erkek öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 2,98'dir. A tipi kişilik özelliği taşıyan kız öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 3,10'dur. A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin cinsiyet durumuna göre zaman yönetim puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür (df=193, t=-1,871, Sig.=0,063).

**Tablo 4.1. A Tipi Kişilik Türünde Cinsiyete Göre Zaman Yönetimi t-Testi**

	Cinsiyet	Ortalama	SS	df	t	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	Erkek	2,985134	,4189398	193	1,871	0,063*
	Kadın	3,109380	,4677820			

\*P > 0,05

B tipi kişilik özelliği taşıyan ve erkek öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması ise 3,04'dür. B tipi kişilik özelliği taşıyan ve kız öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 3,05'dir. B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin cinsiyet durumuna göre oluşan zaman yönetim puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür (df=65, t=0,067, Sig.=0,947).

**Tablo 4.2. B Tipi Kişilik Türünde Cinsiyete Göre Zaman Yönetimi t-Testi**

	Cinsiyet	Ort.	SS	df	t	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	Erkek	3,045913	,3493954	65	0,067	0,947*
	Kız	3,052630	,4272357			

\*P > 0,05





#### A ve B Tipi Kişilik Türlerine Göre Sınıf Düzeyi ile Zaman Yönetimi İlişkisi (H4)

A ve B tipi kişilik özellikleri taşıyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması ve sınıfları arasındaki ilişkiyi istatistiksel açıdan incelemek için t-testi yapılmıştır (Tablo 5.1, 5.2). A tipi kişilik özelliği taşıyan ve birinci sınıfta okuyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 2,99'dur. A tipi kişilik özelliği taşıyan ve ikinci sınıfta okuyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 3,04' tür. A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin sınıf durumuna göre oluşan zaman yönetim puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür (df=193, t=-0,674, Sig.=0,501).

**Tablo 5.1. A Tipi Kişilik Türünde Sınıf Düzeyine Göre Zaman Yönetimi t-Testi**

	Sınıfı	Ort.	SS	df	t	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	1.Sınıf	2,995948	,4705983	193	0,674	0,501*
	2.Sınıf	3,040895	,4222915			

\*P > 0,05

B tipi kişilik özelliği taşıyan ve birinci sınıfta okuyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması ise 3,01'dir. B tipi kişilik özelliği taşıyan ve ikinci sınıfta okuyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması 3,06' dır. B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin sınıflarına göre oluşan zaman yönetim puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür (df=65, t=0,498, Sig.=0,620).

**Tablo 5.2. B Tipi Kişilik Türünde Sınıf Düzeyine Göre Zaman Yönetimi t-Testi**

	Sınıfı	Ortalama	SS	df	t	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	1.Sınıf	3,013150	,3380312	65	0,498	0,620*
	2.Sınıf	3,062713	,3867017			

\*P > 0,05

#### A ve B Tipi Kişilik Türlerine Göre Barınma Durumu ile Zaman Yönetimi İlişkisi (H5)

A tipi ve B tipi kişilik özellikleri taşıyan öğrencilerin, barınma yerine göre zaman yönetim puanlarının değişip değişmediğini görmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır (Tablo 6.1, 6.2). Analiz sonuçlarına göre A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin barınma yerlerine (1= Aileden ayrı ev, 2= Aile yanı, 3= Kredi Yurtlar Kurumu, 4= Özel yurt) göre, ailesinden ayrı evde barınanların zaman yönetim puan ortalaması 2,9166, ailesinin yanında barınanların 3,1197, Kredi Yurtlar Kurumuna ait yurtlarda barınanların 3,3040, özel yurtlarda barınanların ise 2,6474 olduğu görülmüştür. Analiz sonuçlarına göre, A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin barınma yerleri ile zaman yönetim puan ortalamaları arasındaki farkın % 95 güven aralığında anlamlı olduğu görülmüştür (F=5,204; Sig.=0,002).

**Tablo 6.1. A Tipi Kişilik Türüne Göre Barınan Yer ile Zaman Yönetimi İlişkisi**

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	df	F	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	Gruplararası	2,816	3	5,20 4
	Grupiçi	34,450	191	
	Toplam	37,266	194	

\*P < 0,05





Bu sonuca dayanarak, A Tipi kişilik özelliği taşıyan “Aile Yanı” ve “Kredi Yurtlar Kurumu”nda kalan öğrencilerin puanı diğer öğrencilere göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

**Tablo 6.2. B Tipi Kişilik Türüne Göre Barınılan Yer ile Zaman Yönetimi İlişkisi**

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	df	F	Anlamlılık
Zaman Yönetimi Puan Ortalaması	Gruplararası	,798	3	
	Grupiçi	8,286	63	2,022
	Toplam	9,084	66	,120*

\*P > 0,05

Analiz sonuçlarına göre B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin barınma durumlarına (1= Aileden ayrı ev, 2= Aile yanı, 3= Kredi Yurtlar Kurumu, 4= Özel yurt) göre, ailesinden ayrı evde barınanların zaman yönetimi puan ortalaması 2,9368, ailesinin yanında barınanların 3,1359, Kredi Yurtlar Kurumuna ait yurtlarda barınanların 3,1579, özel yurtlarda barınanların ise 2,8070 olduğu görülmüştür. Analiz sonuçlarına göre, B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin barınma yerleri ile zaman yönetimi puan ortalamaları arasındaki farkın % 95 güven aralığında anlamlı olmadığı görülmüştür (F=2,0224; Sig.=0,120).

#### **Tartışma ve Yorumlar**

Araştırmaya göre kız öğrencilerin zaman yönetimi puan ortalaması erkek öğrencilerin zaman yönetimi puan ortalamasından yüksektir. Öğrencilerin zaman yönetimi puan ortalaması genel olarak A Tipi kişilik özelliği taşıyan öğrenciler için 3,03, B Tipi kişilik özelliği taşıyan öğrenciler için ise 3,14 bulunmuştur. Gerek A tipi gerekse B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetim puanlarının orta seviyede olmasının sebebi öğrencilerin zaman yönetimi konusunda yeterli etkinlikte olmadığını akla getirebilir. Gerek sosyal hayatın karmaşıklığı gerekse uyarıcılardaki hızlı artış insanları zihinsel, sosyal ve psikolojik olarak daha fazla etkisi altında almış görünmektedir. Örneğin okul işleri yanında zaman kaybettirici unsurlara (bilgisayar, internet, televizyon, radyo, uyku düzensizliği, rutin işler, arkadaşlarla uzun sohbetler, ulaşım gibi) daha fazla yer verildiği görüşü yaygın kabul görmektedir. İnsanların bilgisayar ve internet kullanımı yüzünden sosyal hayattan giderek koştukları ve neredeyse internet bağımlısı haline gelmeye başladıkları dolayısıyla zamanı verimsiz kullandıkları üzerinde durulmaktadır (Karaman ve Kurtoğlu, 2009: 643; Tektaş ve Tektaş, 2010: 224). Bu durum bile kişilerin zaman yönetimi konusunda verimsizliğinin bir sonucu olabilir. Yani günümüz insanları sosyal hayatı kolaylaştırıcı teknolojileri daha etkili ve verimli kullanmak, proaktif olmak yerine reaktif bir şekilde onların etkisine kolayca girebilmektedir. Dahası kişisel yaşamda daha etkin zaman yönetiminin gerekliliği kaçınılmaz görünmektedir.

A Tipi ve B Tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetimi ile ilgili sorulardan orta puandan az puan aldıkları sorular zaman yönetimi konusundaki problemlerinin belirlenmesinde ışık tutucu olarak görülebilir. Şöyleki; “yapılacaklar listesi” hazırlama konusunda, A Tipi (2.23±1.21) kişilik özelliği gösteren öğrencilerle B Tipi (2.31±1.16) kişilik özelliği gösteren öğrencilerin düşük puan aldıkları görülmektedir. Bu nedenle yapılacaklar listesinin yerine getirilmemesi ya da bu yönteme başvursalar bile yapılan listede öncelikleri belirleme yoluna gidilmemesi zaman yönetimi verimliliğini olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

“Zamanınızın çok hızlı bir biçimde akıp gittiği duygusuna kapılır mısınız?” sorusundan A Tipi kişilik özelliği gösteren öğrencilerin 2.56±1.40 puan; B Tipi kişilik özelliği gösteren öğrencilerin 3.09±1.31 puan aldıkları görülmektedir. Bu da subjektif zaman olgusunun A tipi kişilik özelliği gösteren öğrencilerde, B tipi kişilik özelliği gösteren öğrencilere nazaran daha fazla yaşandığını ortaya koymaktadır. Ayrıca A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilere göre daha fazla zaman baskısı altında oldukları görülmektedir. Bu durum literatürle de paralellik göstermektedir.



“Size faydası olmayan iş ve görüşmelere “hayır” diyebiliyor musunuz?” sorusundan A Tipi kişilik özelliği gösteren öğrencilerin 2.95±1.52 puan; B Tipi kişilik özelliği gösteren öğrencilerin 2.57±1.28 puan aldıkları görülmektedir. Bu noktada öğrencilerin çevrelerindeki kişilerin isteklerine “hayır” diyebilme konusunda yetersiz kaldıkları söylenebilir. Yararsız görüşmelere “hayır” diyemeyen ve kendi işlerinin dışındaki işleri yapan kişiler, kendi işlerini yapmaya zaman ayıramayacak, zamanı etkili kullanamayacaklardır. Bu nedenle kişi başkalarına da yardımcı olabilmek için önceliklerini belirleyerek, doğru bir zaman planlaması yapması faydalı olacaktır.

Öğrenciler “derslerinize sınav tarihlerini dikkate almadan düzenli bir şekilde çalışır mısınız?” sorusundan da düşük puan almışlardır. Bu soruda A Tipi kişilik özelliği gösteren öğrenciler 2.67±1.42 puan; B Tipi kişilik özelliği gösteren öğrenciler 2.69±1.35 puan almışlardır. A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin önceliği derslerine vermeleri gerekirken hırslı olmalarından dolayı, aynı anda bir çok şey için çaba sarf ettikleri; B tipi kişilik özelliğine sahip öğrencilerin ise rahatlıkla birlikte seyreden kendine güven duygusu ile derslerini, sınav tarihlerini gözardı ederek verimsiz çalışmalarına neden olduğu söylenebilir.

A Tipi ve B Tipi kişilik özellikleri taşıyan öğrencilerin zaman yönetimi davranışları açısından en çok etkili oldukları konuların; bir işi yaparken plansız bir şekilde başka bir işe geçmeme eğiliminde olmaları ve yapmaları gereken işleri önemli olmayan nedenlerle ertelememeleri gerekmektedir.

A Tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması barınma durumuna göre farklılık göstermektedir (H5). Yapılan analizler sonucunda bu farklılığın anlamlı olduğu görülmüştür (F=5,204; Sig.=0,002). Ailesi yanında ve Kredi Yurtlar Kurumunda barınan A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması, aileden ayrı evde ve özel yurtlarda barınan A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilere göre daha yüksektir. B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin barınma yerlerine göre zaman yönetimi puan ortalaması ise farklılık göstermekte ama yapılan testler sonucu bu farklılığın anlamlı olmadığı görülmektedir. Aile yanında ve Kredi Yurtlar Kurumu'nda barınan A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin, aileden ayrı evde ve özel yurtlarda barınan A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilere göre zamanı iyi yönettiği söylenebilir. Aile yanında ve Kredi Yurtlar Kurumunda barınanların belirli disiplin kuralları çerçevesinde hareket etmek zorunda oluşları (örneğin aile içinde eve gelişi gidişi saatleri ve Kredi Yurtlar Kurumunda yurda giriş çıkış saatleri gibi disiplin kuralları), özgürlüklerine düşkün A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zamanlarını iyi yönetme konusunda da disipline ettiği düşünülmektedir. Aileden ayrı evde ve özel yurtlarda barınan A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin ise özgürce hareket edebilmelerinden dolayı belirli bir disiplin içerisinde hareket etmediklerinden zamanlarını iyi yönetemedikleri söylenebilir.

A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması öğretim türüne göre farklılık göstermektedir (H2). Yapılan analizler sonucunda bu farklılığın anlamlı olduğu görülmüştür (df=193, t=-2,054, Sig.=0,041). Normal öğretimde öğretim gören A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin, ikinci öğretimde öğretim gören A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilere göre zaman yönetim puan ortalaması yüksektir. A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin ikinci öğretimde genelde hem çalışıp hem de öğretim görmeleri bu öğrenciler üzerinde zaman yönetimini olumsuz etkileyen zaman baskısı oluşturduğu, bundan dolayı normal öğretimde öğretim gören A tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilere göre zaman yönetim puanı ortalamalarının düşük olduğu söylenebilir. B tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetim puan ortalaması öğretim türüne göre farklılık göstermekle birlikte yapılan analizler sonucunda bu farklılığın anlamlı olmadığı görülmüştür. Öte yandan araştırmada kurulmuş ve test edilmiş olan H1, H3, H4 hipotezlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık gözlenmemiştir.

Sonuç olarak;

-A Tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinde cinsiyet, öğretim gördükleri sınıf ve iş durumuna göre anlamlı farklılıkların olmadığı, barındığı yer ve öğretim türlerine göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

-B Tipi kişilik özelliği taşıyan öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinde cinsiyet, öğretim gördükleri sınıf, iş durumu, barındığı yer ve öğretim türlerine göre anlamlı farklılıkların olmadığı görülmüştür.

-Araştırma kapsamında yer alan öğrencilerin zaman yönetimi konusunda bireysel çabaları olmakla birlikte bu çabaların yetersiz olduğu ve profesyonel olarak zamanı etkin ve verimli kullanamadıkları ve bu süreci



yönetemedikleri görülmektedir. Bu bağlamda öğretim süresinin kısıtlı olduğu meslek yüksekokulu öğrencilerine zaman yönetimi konusunda seminerler verilmesi ve eğitimlerin yaptırılması hem akademik hayatlarını düzenleme hem de öğrencileri çalışma hayatına hazırlama bakımından oldukça önemli olduğu, kabul edilebilir. Öğrenciler, ortalama zaman yönetimi puanını düşüren “yapılacaklar listesi” hazırlama, işleri ertelememe, başkalarının işlerine “hayır” diyebilme, derslerine sınav tarihlerini dikkate almadan çalışma konularına önem verdikleri takdirde zaman yönetimi konusunda daha etkili olabilirler.

#### Geleceğe İlişkin Öneriler

Öğrencilerin kişilik özellikleri ve bu kişilik özelliklerine etki eden diğer unsurları belirlemek için, geçerlilikleri ve güvenilirlikleri test edilmiş başka ölçeklerle ve geniş örneklemeler üzerinde yeni araştırmalar yapılabilir. Ayrıca çalışmanın uygulandığı öğrencilere zaman etkin ve verimli yönetme konusunda bir eğitim verildikten sonra çalışmanın tekrarlanarak karşılaştırılması önemli bir araştırma konusu olabilir.

#### Kaynakça

- Ajayi, A. I., & Osiki, P. M. (2008). Procrastination among the undergraduates in a Nigerian University: implications for time management. *International Business Management*, 2(4), 126–131.
- Akatay, A. (2003). Örgütlerde zaman yönetimi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(1), 282–300.
- Aktaş, A. M. (2001). Bir kamu kuruluşunun üst düzey yöneticilerinin iş stresi ve kişilik özellikleri. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 56(4), 25–43.
- Bozek, R., & Ray, J. . (1980). Dissecting the A-B personality type. *British Journal of Medical Psychology*, 1980(53), 181–186.
- Britton, B. K., & Tesser, A. (1991). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of educational psychology*, 83(3), 405.
- Burt, C. D. B., & Kemp, S. (1994). Construction of activity duration and time management potential. *Applied Cognitive Psychology*, 8(2), 155–168. doi:10.1002/acp.2350080206
- Çağlıyan, V., & Göral, R. (2009). Zaman yönetimi becerileri: meslek yüksek okulu öğrencileri üzerine bir değerlendirme. *Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Dergisi*, 11(17), 174–188.
- Durna, U. (2004). Stres, A ve B Tipi Kişilik Yapısı ve Bunlar Arasındaki İlişki üzerine Bir Araştırma. *Yönetim ve Ekonomi*, 11(1), 191–206.
- Durna, U. (2010). A tipi ve B tipi kişilik yapıları ve bu kişilik yapılarını etkileyen faktörlerle ilgili bir araştırma. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi / Journal of Economics And Administrative Sciences*, 19(1), 275–290.
- Erdem, R., Pirinççi, E., & Dikmetaş, E. (2005). Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi davranışları ve bu davranışların akademik başarı ile ilişkisi. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(7), 167–177.
- Erdul, G. (2005). Üniversite Öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki (Tez). *Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*.
- Eroğlu, F., & Bayrak, S. (2010). Örgüt faaliyetleri açısından zaman yönetimi. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi/Journal of Economics and Administrative Sciences*, 10(3-4).
- Fidan, Y. (2011). Özel sektör ve kamu yöneticilerinin zaman yönetimi davranışlarının karşılaştırılması. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 47–74.
- Forsyth, P. (2010). Successful time management: learn to prioritise; minimise paperwork; maximise performance. *Kogan Page Ltd*.
- Francis-Smythe, J. A., & Robertson, I. T. (1999). On the relationship between time management and time estimation. *British Journal of Psychology*, 90(3), 333–347.
- Ganster, D. C., Schaubroeck, J., Sime, W. E., & Mayes, B. T. (1991). The nomological validity of the type A personality among employed adults. *Journal of Applied Psychology*, 76(1), 143.
- Hassanzabeh, R., & Ebadi, A. G. (2007). Measure the share of the effective factors and time management. *World*



- Applied Sciences Journal, 2(3), 168–174.
- Hawkins, F., & Klas, L. (1997). Time Management as A Stressor for Helping Professionals: Implications for Employment. *Journal of Employment Counseling*, 34(1), 2–6.
- Heilbrun Jr, A. B., Palchanis, N., & Friedberg, E. (1986). Self-report measurement of type A behavior: Toward refinement and improved prediction. *Journal of personality assessment*, 50(4), 525–539.
- Kahle, D. J. (2002). 10 Secrets of time management for salespeople: gain the competitive edge and make every second count. Career Press.
- Karaman, K. M., & Kurtoğlu, M. (2009). Öğretmen adaylarının internet bağımlılığı hakkındaki görüşleri. *Akademik Bilişim'09-XI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri*, 1(1), 641–650.
- Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79(3), 381.
- Macan, T. H. (1996). Time-management training: effects on time behaviors, attitudes, and job performance. *The Journal of Psychology*, 130(3), 229–236.
- Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16(1), 41–51.
- Orpen, C. (1994a). The effect of time-management training on employee attitudes and behavior: A field experiment. *The Journal of psychology*, 128(4), 393–396.
- Orpen, C. (1994b). The effect of time-management training on employee attitudes and behavior: A field experiment. *The Journal of psychology*, 128(4), 393–396.
- Pelit, E., Türkmen, F., & Yarmacı, N. (2010). Turizm sektöründeki işgörenlerin kişilik özelliklerini değerlendirmeye yönelik bir araştırma. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 2(1), 9–16.
- Robbins, S. P. (2002). *Essentials of Organizational Behavior* (7th ed.). Prentice Hall.
- Stroh, L. K., Northcraft, G. B., Neale, M. A., Kern, C. M., & Langlands, C. C. (2001). *Organizational Behavior: A Management Challenge*. (J. Greenberg, Ed) (3rd ed.). Taylor and Francis.
- Tektaş, M., & Tektaş, N. (2010). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi ve akademik başarıları arasındaki ilişki. *Selcuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(23), 221–229.
- Trueman, M., & 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.
- Türkmen, İ. (1996). Yönetimsel zaman ve yetki devri açısından: yönetimde verimlilik. *Milli Prodüktivite Merkezi Yayınları*, (519).
- Yılmaz, A., & Aslan, S. (2002). Örgütsel zaman yönetimi. *CÜ ktisadi ve dari Bilimler Dergisi*, 3(1), 25–46.