

Üniversite: İstanbul Kültür Üniversitesi

Enstitü: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı: Psikoloji

Programı: Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Kadir ÖZDEN

Tez Türü ve Tarihi: Yüksek Lisans – Haziran 2025

ÖZET

YETİŞKİN BİREYLERDE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE BİLİŞSEL VE ÜSTBİLİŞSEL FAKTÖRLERİN ERTELEME EĞİLİMİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Gizem YALÇIN

Bu çalışmada, yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, üstbilişler, tekrarlayıcı düşünme, duygu düzenleme güçlüğü ve sıkıntı toleransının erteleme eğilimi üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri incelenmiştir. Araştırmaya, 221'i kadın (%68.2), 100'ü erkek (%30.9) ve 3'ü cinsiyet belirtmek istemeyen (%0.9) olmak üzere toplam 324 kişi katılmıştır. Katılımcıların yaşları 18-77 arasında değişmekte olup, yaş ortalaması 35.50 ve standart sapması 12.54'tür. Veri toplama araçları olarak Büyük Beş-50 Kişilik Ölçeği, Genel Erteleme Ölçeği, Üstbilişler Ölçeği-30, Perseveratif Düşünme Ölçeği, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Sıkıntıya Dayanma Ölçeği ve sosyodemografik özellikler ile genel sağlık durumu hakkındaki verilere ulaşmak için Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Katılımcılardan elde edilen veriler, SPSS v27 programıyla analiz edilmiş, sıralı aracılık etkisine ilişkin hipotezleri test etmek amacıyla Hayes'in (2018) PROCESS Makro v4.2 (Model 6) eklentisi kullanılmıştır. Ayrıca korelasyon analizi, tek yönlü ANOVA, bağımsız gruplar t-testi ve tanımlayıcı istatistik teknikleri de kullanılmıştır. Aracılık analizlerine ilişkin bulgular, nörotiklik ve sorumluluğun erteleme eğilimi üzerindeki etkisinin sırasıyla üstbilişler, tekrarlayıcı düşünme, duygu düzenleme güçlüğü ve sıkıntı toleransı aracılığıyla dolaylı olarak gerçekleştiğini ortaya koymuştur. Mevcut araştırma bulguları, erteleme eğiliminin bir öz-düzenleme süreci olduğuna işaret etmektedir. Elde edilen sonuçlar, erteleme eğilimi açısından yol gösterici bir niteliğe sahiptir.

Anahtar Kelimeler: erteleme eğilimi, nörotiklik, sorumluluk, üstbilişler, tekrarlayıcı düşünme, duygu düzenleme güçlüğü, sıkıntı toleransı

University: Istanbul Kültür Üniversitesi

Institute: Institute of Graduate Studies

Department: Psychology

Programme: Clinical Psychology

Supervisor: Dr. Kadir ÖZDEN

Degree Awarded and Date: MA – June 2025

ABSTRACT

THE EFFECT OF PERSONALITY TRAITS AND COGNITIVE AND METACOGNITIVE FACTORS ON PROCRASTINATION TENDENCY IN ADULTS

Gizem YALÇIN

In this study, the direct and indirect effects of personality traits, metacognitions, repetitive negative thinking, emotion regulation difficulties, and distress tolerance on procrastination tendency among adults were examined. The sample consisted of 324 participants, including 221 women (68.2%), 100 men (30.9%), and 3 individuals (0.9%) who preferred not to disclose their gender. Participants' ages ranged from 18 to 77 years ($M = 35.50$, $SD = 12.54$). Data were collected using the Big Five-50 Personality Scale, the General Procrastination Scale, the Metacognitions Questionnaire-30, the Perseverative Thinking Questionnaire, the Difficulties in Emotion Regulation Scale, the Distress Tolerance Scale, and a sociodemographic information form assessing general health status. Data analysis was conducted using SPSS version 27. To test the hypotheses regarding serial mediation effects, the PROCESS macro (version 4.2, Model 6) developed by Hayes (2018) was employed. In addition, correlation analysis, one-way ANOVA, independent samples t-test, and descriptive statistical techniques were also used. The findings of the mediation analyses indicated that the effects of neuroticism and conscientiousness on procrastination tendency were indirectly mediated by metacognitions, repetitive negative thinking, emotion regulation difficulties, and distress tolerance, respectively. These results suggest that procrastination tendency can be conceptualized as a self-regulation process. Overall, the findings offer valuable insights for understanding and addressing procrastination tendencies.

Keywords: procrastination tendency, neuroticism, conscientiousness, metacognitions, repetitive negative thinking, emotion dysregulation, distress tolerance