



ISSN: 2146-1961

Asan, S. & Özer, B. (2024). Öğretmen Adaylarının Akademik Mükemmeliyetçilik İle Bilişsel Esneklik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, *International Journal of Eurasia Social Sciences (IJOESS)*, 15(57), 1148-1161.

DOI: <http://dx.doi.org/10.35826/ijoess.4469>

Makale Türü (ArticleType): Araştırma Makalesi

ÖĞRETMEN ADAYLARININ AKADEMİK MÜKEMMELİYETÇİLİK İLE BİLİŞSEL ESNEKLİK DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Selim ASAN

Doç. Dr., Erzurum Teknik Üniversitesi, Erzurum, Türkiye, selim.asan@erzurum.edu.tr

ORCID: 0000-0001-6264-1071

Büşra ÖZER

Erzurum Teknik Üniversitesi, Erzurum, Türkiye, busra.yildirim@erzurum.edu.tr

ORCID: 0009-0000-1811-213X

Gönderim tarihi: 01.05.2024

Kabul tarihi: 12.08.2024

Yayın tarihi: 01.09.2024

Öz

Üniversite eğitimi, öğrencilerin birçok akademik sorumluluk üstlenmesini gerektirir. Bilişsel esneklik ve akademik mükemmeliyetçilik bu sorumlulukların başarılı bir şekilde yerine getirilmesini etkileyen bireysel değişken arasında gösterilebilir. Öğretmen adaylarının sınıf içi ve sınıf dışında karşılaştıkları problemlere birden fazla çözüm üretebilmeleri bilişsel esneklik ile yakından ilişkili iken; akademik sorumluluklarını en kısa sürede ve en iyi şekilde yerine getirebilmeleri ise akademik mükemmeliyetçilik ile ilişkilidir. Bu bilgiler doğrultusunda çalışmanın amacı, öğretmen adaylarının akademik mükemmeliyetçilik ile bilişsel esneklik düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmaya yaşları 20 ile 25 ($M= 22.14 \pm 1.31$) arasında değişen 159 kadın ve 117 erkek olmak üzere 276 beden eğitimi öğretmeni adayı dâhil edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu," "Akademik Mükemmeliyetçilik Ölçeği" ve "Bilişsel Esneklik Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışma verileri tanımlayıcı istatistiklerden Pearson Korelasyon Testi ve Bağımsız Örneklem T-Testi ile analiz edilmiştir. Çalışmadan elde edilen verilere göre; Öğretmen adaylarının yaş ve akademik mükemmeliyetçilik puanları ile bilişsel esneklik puanları arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların cinsiyet ve akademik başarılarına göre bilişsel esneklik puanları arasında anlamlı farklılıkların olmadığı, fakat yaşa göre bilişsel esneklik puanları arasında anlamlı farklılıkların olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda katılımcıların akademik başarı ve yaşlarına göre akademik mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı farklılıkların olmamasına karşın, akademik mükemmeliyetçilik puanları ile cinsiyet arasında anlamlı farklılıkların olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak; Öğretmen adaylarının bilişsel esneklik puan ortalamalarının (4.29 ± 0.502) yüksek olduğu, buna karşın akademik mükemmeliyetçilik puan ortalamalarının (2.53 ± 0.721) ise orta düzeye yakın olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda öğretmen adaylarının akademik mükemmeliyetçilik ile yaşları arttıkça bilişsel esneklik düzeylerin arttığı, bunun yanı sıra kadınların erkeklere göre daha akademik mükemmeliyetçi oldukları tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Akademik başarı, akademik mükemmeliyetçilik, bilişsel esneklik, öğretmen adayı

INVESTIGATION OF CANDIDATE TEACHERS' ACADEMIC PERFECTIONISM WITH COGNITIVE FLEXIBILITY LEVELS ACCORDING TO VARIOUS VARIABLES

ABSTRACT

University education requires students to undertake many academic responsibilities. Cognitive flexibility and academic perfectionism can be shown among the individual variables that affect the successful fulfillment of these responsibilities. While the ability of candidate teachers to produce more than one solution to the problems they encounter in and out of the classroom is closely related to cognitive flexibility, the ability to fulfill their academic responsibilities in the shortest time and in the best way is related to academic perfectionism. In this context, the research aims to examine the academic perfectionism with cognitive flexibility levels of candidate teachers in terms of different variables. The research included 276 physical education teacher candidates, 159 female and 117 male, aged between 20 and 25 years (22.14 ± 1.31). In the research, the "Personal Information Form," "Academic Perfectionism Scale," and "Cognitive Flexibility Scale" were used as data collection tools. The study data were analyzed using the Pearson Correlation Test and the Independent Sample T-Test from descriptive statistics. According to the data acquired from the study, It was determined that there was a significant positive correlation between candidate teachers' age, academic perfectionism scores, and cognitive flexibility scores. It was determined that there were no significant differences between cognitive flexibility scores according to gender and academic achievement. Still, there were significant differences between cognitive flexibility scores according to age. At the same time, although there were no significant differences between the academic perfectionism scores of the participants according to their academic achievement and age, it was determined that there were significant differences between academic perfectionism scores and gender. As a result, It was determined that the candidate teachers' mean cognitive flexibility score (4.29 ± 0.502) was high, whereas the mean academic perfectionism score (2.53 ± 0.721) was close to the middle level. It was determined that candidate teachers' academic perfectionism and cognitive flexibility levels increased as their age increased, and women were found to be more academic perfectionists than men.

Keywords: Academic achievement, academic perfectionism, cognitive flexibility, candidate teacher

GİRİŞ

Çoğu zaman eğitim hayatının son aşaması olarak görülen üniversite, öğrencilerin mesleki, ailevi ve sosyal hayatlarında önemli bir etken olabilmektedir. Uzun bir eğitim maratonundan sonra üniversite eğitimi, bir kişinin eğitim hayatındaki belki de son aşamadır (Saticı, 2020). İşte bu aşamada üniversite hayatını etkileyen kişisel, çevresel ve sosyal faktörler kendini gösterebilir. Önceki öğrenme deneyimleri, çevre, konuya duyulan ilgi, öğrenme sürecinde kendini yetkin hissetme isteği, çalışma alışkanlıkları ve motivasyon akademik performansı doğrudan etkileyebilmektedir (Vergili ve Atılgan, 1998). Öğretmen adayları, mezun olabilmek için eğitimleri sırasında akademik bir başarıya ulaşmalıdırlar. Akademik başarı, öğrencilerin okul yaşamında beklenen davranışlara hâkim olma düzeyi olarak tanımlanmaktadır (Silah, 2003). Bir öğrencinin akademik başarısı, kendisinden beklenen davranışları gerçekleştirip gerçekleştirmediğini belirlemede bir ölçüt olarak kullanılmakta ve üniversiteye kabul ya da iş deneyimi gibi alanlarda da dikkate alınmaktadır (Altınkurt, 2008). Bu nedenle öğrenciler, üniversite eğitimlerini mümkün olan en iyi akademik performansla tamamlamaya çalışırlar. Akademik bir perspektiften bakıldığında, yükselen standartlar sadece kişisel motivasyonu artırmakla kalmaz, aynı zamanda kaygı ve suçluluk duygusuna da neden olur (Brown vd., 1994; Rice vd., 1998).

Öğretmenlik mesleği ile mükemmellik ve mükemmellik için çabalama kavramı arasındaki bağlantı göz önüne alındığında, mükemmeliyetçilik kavramının eğitim alanında yaygın olduğu açıktır (Tortop ve Eker, 2013; Çelik ve Eker, 2022). Mükemmeliyetçilik, yüksek kişisel standartlar belirleme ve bunlara ulaşmak için çabalama olarak tanımlanan bir kişilik özelliğidir (Flett ve Hewitt, 2002; Slaney vd., 2002). Akademik mükemmeliyetçilik, verilen akademik bir görevi zamanında ve mümkün olan en iyi şekilde tamamlama arzusu olarak tanımlanabilir. Bazı öğretmen adayları görevlerini mümkün olduğunca ertelemekte ya da bunlardan tamamen kaçınmakta, bazıları ise akademik mükemmeliyetçilik ruhuyla ellerinden gelenin en iyisini yapmaya çalışmaktadır (Demiriz ve Engin, 2023). Ancak, her şeyi mükemmel bir şekilde yapma çabası, işe başlama ve bitirmede zorluklara yol açmaktadır (Steel, 2007). Bu nedenle, akademik mükemmeliyetçi kişiler görevleri, projeleri ve sunumları erteleme eğilimindedir (Closson ve Boutilier, 2017). Akademik mükemmeliyetçilik sağlıklı bir durumda ortaya çıktığında akademik performans üzerinde olumlu bir etkiye sahip olabilir, ancak sağlıklı bir durumda ortaya çıktığında depresyon, yeme bozuklukları ve uyum bozuklukları gibi psikolojik ve fizyolojik sorunlara neden olabilir (Hibbard ve Davies, 2011). Mükemmeliyetçilik eğitime bir katkı olarak görülebileceği gibi obsesif bir bozukluk olarak da görülebilir (Slaney vd., 2002). Öğretmen adaylarının sergilediği akademik mükemmeliyetçilik bazen akademik performanslarını da etkileyebilir (Demiriz ve Engin, 2023).

Öğretmen adaylarının mükemmel elde etme çabalarının yanında, karşılaştıkları problemleri de etkin bir şekilde çözebilmeleri için belirli duyuşsal, davranışsal ve bilişsel becerilere sahip olmaları gerekir. Bilişsel esneklik bu beceriler arasındadır ve tüm duyuşsal, davranışsal ve bilişsel unsurları içerir (Eskin, 2014). Bilişsel esneklik, çevreye uyum sağlama, bir sorunla karşılaşıldığında mevcut seçeneklerin farkında olma, farklı seçenekleri tanıma, yeni duruma uyum sağlamaya istekli olma ve bu durumda kendini yetkin hissetme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Bilgin, 2009; Martin ve Rubin, 1995). Bilişsel esnekliği yüksek olan kişiler, karşılaştıkları bir sorunu çözmek için birden fazla olası yol olduğunu fark edebilir ve becerilerini kullanarak en akılcı yolu

seçebilirler (Hill, 2009; Moore ve Malinowski, 2009; Sapmaz ve Doğan, 2013). Bilişsel olarak esnek kişiler aynı zamanda gelişmiş iletişim (Martin ve Anderson, 1998) ve sosyal becerilere de sahiptirler (Santrock, 2012). Bilişsel olarak esnek öğretmenlerin, paydaşlar arasında iletişimi sağlama, problem çözmede yapıcı bir rol oynama ve sınıfta öğrenciler arasında uyumu sağlama gibi öğretme ve öğrenme süreçlerinin kalitesini artırdığı bilinmektedir (Costa, 1984; Fitzgerald, 1993). Bu bilgiler doğrultusunda, bilişsel esneklik becerisinin, öğretmenlik mesleğinde farklı özelliklere sahip öğrencilerin ihtiyaçlarının karşılanması (Yaşar-Ekici ve Balci, 2019), yeni durumlara uyum sağlama ve bu durumlara ilişkin farklı bakış açıları geliştirme (Çuhadaroğlu, 2013) ve öğrencilerin akademik gelişimlerinin desteklenmesi açısından önemli olduğu görülmektedir (Çelikkaleli, 2014). Bilişsel esneklik üzerine yapılan araştırmalar, kişiler arası iletişim, problem çözme ve etkinlik yönetiminin önemli bir yönü olduğunu göstermiştir. Sağlıklı bir kişilik özelliği olarak pozitif, olumsuz yönlerle ise negatif olarak ilişkili olduğu bildirilmiştir (Altunkol, 2011; Asıcı ve İkiz, 2015, Diril, 2011; Öz, 2012; Türe ve Sarıçam, 2016).

Bilişsel kontrol ve bilişsel esnekliğin zihinsel iyi oluşu önemli ölçüde etkilediği bilinmektedir (Bedir, 2023). Ayrıca kişilik (Avşaroğlu ve Taşkın, 2011) ve bazı psikolojik özellikler bilişsel esneklik düzeyi üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir (Şahin vd., 2009). Bu bilgiler ışığında çalışmanın amacı; en büyük sorumluluğu kendisi ve içinde yaşadığı toplum için etkili, üretken, ahlaklı değerlere sahip öğrenciler yetiştirmek olan öğretmen adaylarının akademik mükemmeliyetçilik ve bilişsel esneklik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda, araştırma sırasında aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır.

1. Beden eğitimi öğretmen adaylarının akademik mükemmeliyetçilikleri ve bilişsel esneklikleri ne düzeydedir?
2. Beden eğitimi öğretmen adaylarının akademik mükemmeliyetçilik ve bilişsel esneklik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Beden eğitimi öğretmen adaylarının akademik mükemmeliyetçilik ile bilişsel esneklik düzeyleri akademik başarı, yaş ve cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Nicel yaklaşımlardan tarama tasarımına dayanan bu çalışma, sayısal verileri kullanarak mevcut durumu ölçmeyi amaçlamaktadır (Cohen ve Manion, 2007; Karasar, 2017). Aynı zamanda değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için ilişkisel tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasındaki değişimin varlığını ya da büyüklüğünü belirlemek amacıyla geliştirilen bir modeldir (Büyüköztürk vd., 2009) Çalışma, Erzurum Teknik Üniversitesi Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 19 Ekim 2023 tarih ve 11 sayılı toplantısında 09 numaralı kararı ile yayın için gerekli etik onayı ve katılımcılardan gönüllü katılım beyanı alındıktan sonra gerçekleştirilmiştir.

Araştırma Grubu

Araştırmanın evreni 276 gönüllü beden eğitimi öğretmeni adayından oluşturulmuştur. Çalışmadan çıkarılma kriteri olarak; a) Katılımcının bilgilendirilmiş onamı imzalamaması, b) Veri toplama sürecine uyum sağlayamama, c) Katılımcıların aralarında bilgi paylaşımı yapması, d) Araştırma etiğine ve çalışmanın temel

prensiplerine uymama olarak belirlendi. Araştırmanın örneklem büyüklüğünü hesaplamak için G*Power analizi yapılmıştır. Yapılan analize göre %90 güçlükte, .05 kabul edilebilir hata ve etki büyüklüğünün 0.3 olması için asgari 111 örnekleme ihtiyaç olacağı tespit edilmiştir. Çalışmanın gücünü artırmak ve olası bir katılımcı kaybının yaşanması ya da ölçeklerde hata olması durumuna karşın 276 beden eğitimi öğretmeni adayına ölçekler uygulanmıştır. Katılımcılara ait betimleyici bilgileri Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Betimleyici Bilgilerine İlişkin Bulgular

Değişkenler	N	M	SD	Min/ Maks
Yaş (yıl)	276	22.14	1.31	20.00-25.00
AGNO	276	2.91	.414	2.00-3.91

N: Katılımcı Sayısı, **M:** Ortalama, **SD:** Standart sapma, **Min:** Minimum, **Maks:** Maksimum, **AGNO:** Ağırlıklı Genel Not Ortalaması

Tablo 1 incelendiğinde; katılımcıların yaş ortalaması 22.14 ± 1.31 , AGNO $2.91 \pm .414$ olan 159 kadın ve 117 erkek olmak üzere 276 beden eğitimi öğretmeni adayından oluştuğu belirlenmiştir

Veri Toplama Araçları

Araştırmada; “Kişisel Bilgi Formu,” “Akademik Mükemmeliyetçilik Ölçeği” ve “Bilişsel Esneklik Ölçeği” veri toplama araçları olarak kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet ve AGNO (ağırlıklı genel not ortalaması) gibi tamamlayıcı soruları içermektedir.

Akademik Başarılarının Tespit Edilmesi

Literatürdeki bazı çalışmalarda, öğrencilerin akademik performans düzeyini belirlemek için ağırlıklı genel not ortalamaları kullanılmıştır (Demirtaş ve Özer, 2007; Çimen vd., 2022; Yeşil vd., 2009). Bu bilgiler doğrultusunda, öğretmen adaylarının akademik performans düzeyini tespit etmek için nesnel veri olarak öğrenim döneminden önceki yılın not ortalamaları kullanılmıştır. İstatistiksel analizle ilgili sorunlardan kaçınmak için not ortalamaları dörtlük not sistemi kullanılarak değerlendirilmiştir.

Akademik Mükemmeliyetçilik Ölçeği (AMÖ)

AMÖ, Odacı vd., (2017) tarafından öğrencilerin akademik mükemmeliyetçiliklerini belirlemeye yönelik geliştirilmiş bir ölçektir. AMÖ, üç faktörden oluşan 13 maddelik, 5’li likert tipi bir ölçektir. Bu ölçek ters puanlanan maddeler içermemektedir. Ölçekten 13 ile 65 arasında puan alınabilmektedir. Yüksek puan, kişinin yüksek akademik mükemmeliyetçilik düzeyine sahip olduğu anlamına gelmektedir. AMÖ’nün üniversite öğrencilerinde akademik mükemmeliyetçilik düzeyini analiz eden pedagojik ve psikolojik araştırmalarda kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçüm ölçeği olduğu sonucuna varılabilir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı Cronbach alfa değeri .82 olarak bulunmuştur, bu da AMÖ’nün güvenilir bir ölçüm ölçeği olduğunu göstermektedir (Odacı vd., 2017). Bu çalışmada, Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .84 olduğu tespit edilmiştir.

Bilişsel Esneklik Ölçeği (BEÖ)

Martin ve Rubin tarafından geliştirilen ölçek Altunkol (2011) tarafından üniversite öğrencileri için Türkçeye aktarılmıştır. Ölçek, öğrencilerin bilişsel esneklik düzeylerini belirlemek amacıyla tasarlanmıştır. BEÖ 12 maddeden oluşan 6'lı likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan ise 72'dir. Yüksek puan yüksek bilişsel esnekliğe işaret etmektedir (Altunkol, 2011). Altunkol'un kullandığı ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .81, bu çalışmada ise Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .76 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin kontrolleri sağlandıktan sonra SPSS Paket programında normallik testlerine tabi tutulmuştur. Yapılacak analizlere karar vermek adına normallik analizleri için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılıp -2 +2 değerleri dikkate alınmıştır (Mishra vd., 2019; Kim, 2013). Çalışmanın çarpıklık (-.361 ile .162), basıklık (.231 ile .357) değerleri normal dağılım gösterdiği için parametrik testler, farklı değişkenlere göre farklılaşan grupları karşılaştırmasında Bağımsız Örneklem T-Testi ve değişkenler arası ilişkilerin incelenmesinde ise Pearson Korelasyon Testi kullanılmıştır. Çalışmanın verilerinde, tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerden, frekans (n), ortalama (M), standart sapma (SD), min (minimum), maks (maksimum) değerleri kullanılmıştır. Tüm analizlerde .05 anlamlı olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Katılımcıların Bilişsel Esneklik ve Akademik Mükemmeliyetçilik Puanları ile Yaş ve Not Ortalamaları Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Değişken	n	M	SD	1	2	3	4
1.Yaş	276	22.14	1.31	—			
2.AGNO	276	2.91	.414	-.057	—		
3.BEÖ	276	4.29	.502	.231**	.112	—	
4.AMÖ	276	2.53	.721	-.053	.091	.152*	—

BEÖ: Bilişsel Esneklik Ölçeği, AMÖ: Akademik Mükemmeliyetçilik Ölçeği

*p < .05, **p < .01

Tablo 2 incelendiğinde; katılımcıların bilişsel esneklik puanları ile yaşları arasında (r: .231, p<.05), akademik mükemmeliyetçilik puanları ile bilişsel esneklik puanları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir (r: .152, p<.05). Tablonun diğer bulgularına göre ise; katılımcıların akademik mükemmeliyetçilik puanları ile yaşları ve akademik başarıları arasında, bilişsel esneklik puanları ile akademik başarıları arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir (p>.05). Aynı zamanda katılımcıların bilişsel esneklik puan ortalamalarının yüksek olduğu (4.29±.502), buna karşın akademik mükemmeliyetçilik puan ortalamalarının ise orta düzeye yakın (2.53±.721) olduğu saptanmıştır.

Tablo 3. Katılımcıların Not Ortalamalarına Göre Bilişsel Esneklik ve Akademik Mükemmeliyetçilik Puanlarının Karşılaştırılmasına Ait Bulgular

AGNO	2.00-3.00 (n=168)		3.01-4.00 (n=108)		t(274)	p	Cohen's d
	M	SD	M	SD			
BEÖ	4.27	.531	4.32	.454	-.763	.446	0.101
AMÖ	2.50	.746	2.59	.679	-1.03	.300	0.126

* p<.05

Tablo 3 incelendiğinde; katılımcıların not ortalamalarına göre bilişsel esneklik puanları ve akademik mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır (sırası ile p=.446, p=.300, p>.05).

Tablo 4. Katılımcıların Yaşlarına Göre Bilişsel Esneklik ve Akademik Mükemmeliyetçilik Puanlarının Karşılaştırılmasına Ait Bulgular

Yaş	20-22(n=171)		23-25(n=105)		t(274)	p	Cohen's d
	M	SD	M	SD			
BEÖ	4.23	.505	4.39	.482	-2.65	.008*	0.324
AMÖ	2.54	.693	2.51	.766	-.331	.741	0.041

* p<.05

Tablo 4'e göre; katılımcıların bilişsel esneklik puanları ile yaşları arasında anlamlı farklılıkların olduğu saptanmıştır (p=.008, p<.05). Buna göre, yaş yükseldikçe (M=4.39±.482) bilişsel esneklik puan ortalamasının da arttığı tespit edilmiştir. Tablonun diğer bir bulgusuna göre ise; katılımcıların yaşları ile akademik mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır (p=.741, p>.05).

Tablo 5. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Bilişsel Esneklik ve Akademik Mükemmeliyetçilik Puanlarının Karşılaştırılmasına Ait Bulgular

Cinsiyet	Kadın(n=159)		Erkek(n=117)		t (274)	p	Cohen's d
	M	SD	M	SD			
BEÖ	4.28	.479	4.30	.533	-.284	.777	0.039
AMÖ	2.67	.625	2.34	.797	3.81	.000*	0.460

* p<.05

Tablo 5 incelendiğinde; katılımcıların cinsiyetlerine göre bilişsel esneklik puanları arasında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır (p=.777, p>.05). Buna karşın; katılımcıların cinsiyetleri ile akademik mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir (p=.000, p<.05). Buna göre, kadınların (M=2.67±.625), erkeklere (M=2.34±.797) göre daha akademik mükemmeliyetçi oldukları tespit edilmiştir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Günümüz dünyası, birçok alanda hızlı bir gelişim ve değişim ile karakterize edilmektedir. Bunun sonucu olarak bireyler giderek daha karmaşık yaşam koşulları ve farklı sorunlarla karşılaşmaktadır (Akın ve Bilgin, 2023). Böylesi durumlarda alternatif çözümleri aklına getirmek ve sorun karşısında karar vermek için bir öğretmen adayının bilişsel esnekliğe sahip olması gerekmektedir. Bir öğretmenin öğrencileri için mükemmel araması eğitim ve öğretim faaliyetleri açısından önemli bir özellik olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu noktadan hareketle

çalışmada, öğretmen adaylarının akademik mükemmeliyetçilik ve bilişsel esneklik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir.

Çalışmada beden eğitimi öğretmeni adaylarının akademik mükemmeliyetçilik puan ortalamalarının orta düzeye yakın olduğu belirlenmiştir. Çalışmadan farklı olarak literatürde akademik mükemmeliyetçilik ortalamasının yüksek olduğu çalışmalara da rastlanmaktadır. Tıp öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada akademik mükemmeliyetçilik orta düzeyde olduğu bildirilmiştir (Tekin, 2022). Sosyal bilimler öğretmenleriyle yapılan farklı bir çalışmada akademik mükemmeliyetçilik orta düzeyde olduğu belirlenmiştir (Ulu Kalın, 2020). Bir başka çalışmada ise matematik öğrencilerinin diğer derslerdeki öğrencilere göre daha mükemmeliyetçi olduğu bulunmuştur (Gürkan ve Gündoğdu, 2019). Çalışmanın diğer bir sonucuna göre ise; beden eğitimi öğretmen adaylarının bilişsel esneklik puan ortalamalarının yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonuca dayanarak beden eğitimi ve spor etkinliklerinin öğrencilerin farklı bakış açıları geliştirmelerine yardımcı olduğu söylenebilir. Literatürde öğretmen adaylarının bilişsel esnekliklerinin yüksek bulunduğu çalışmalara rastlanmıştır (Çuhadaroğlu, 2013; Esen Aygün, 2018; Sert Orhan 2023; Eryıldırım, 2023). Alan yazında ortalama bir bilişsel esneklik düzeyinin yakalandığı çalışmalar da mevcuttur (Körükçü, 2020; İlhan, 2023). Bu bilgilere dayanarak çalışmanın bulgularının literatürle örtüştüğü ve alan yazında birliktelik sağlandığı görülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; katılımcıların cinsiyet ve akademik başarılarına göre bilişsel esneklik düzeyleri arasında anlamlı farklılıkların olmadığı belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde cinsiyet ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar arasında farklılıklar olduğu görülmektedir. Alan yazındaki bazı çalışmalarda bu araştırma ile benzer sonuçlar sunmaktadır (Aydın, 2022; Bayram vd., 2021; Çelikkaleli, 2014; Diril, 2011; Martin ve Rubin, 1995; Savaş, 2020; Tatlıcı, 2020; İlhan, 2023; Kavak, 2023). Kabataş (2020) ise bu çalışmalardan farklı olarak bilişsel esnekliğin cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiğini ve bu farklılığın erkekler lehine olduğunu bulmuştur. Bayraktar ve diğerleri (2022) bilişsel esnekliğin akademik başarıya ve cinsiyete göre farklılaştığını bildirmişlerdir. Literatürde, kadınlarda bilişsel esneklik düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar bulunurken (Balta, 2020; Akyüz, 2020), erkeklerde bilişsel esneklik düzeyinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Asıcı ve İkiz, 2015; Parvizi ve Özabacı, 2022). Bu bilgiler doğrultusunda literatürde birliktelik sağlamak için daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu ve çalışmalarda değerlendirilen değişkenlerin (cinsiyet, yaş ve AGNO) dağılımlarının birbirine yakın olmaması çalışmaların sonuçlarını etkileyebilmektedir.

Araştırmanın bir diğer verisine göre ise; öğretmen adaylarının yaşları ile bilişsel esneklik puanları arasında anlamlı farklılıkların olduğu saptanmıştır. Bu sonuca göre katılımcıların yaşları arttıkça bilişsel esneklik düzeylerinin de arttığı saptanmıştır. Literatürde yaş ile bilişsel esneklik arasında anlamlı farklılıkların elde edildiği çalışmalar mevcuttur (Bayram vd., 2021; Üzümcü ve Müezzın, 2018) Buna karşın yaş ile bilişsel esneklik düzeyi arasında anlamlı farklılıkların olmadığı çalışmalarda tespit edilmiştir (Aydın, 2022; Altunkol, 2011; Akyüz, 2020; Asıcı ve İkiz, 2020; Kavak, 2023; Yaşar Ekici ve Balcı, 2019). Bu bilgiler doğrultusunda literatürde bütünlük sağlanamadığı görülmektedir. Çalışma sonuçlarının farklılık göstermesinin uygulanan örneklem gruplarının

yaşından, sosyal yaşantılarından, öğrenim durumlarından ve toplumsal yapıdaki kadın ve erkek rollerinden kaynaklandığı söylenebilir.

Araştırmada katılımcıların bilişsel esneklik puanları ile akademik mükemmeliyetçilik puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu bulguya göre bilişsel esneklik arttıkça akademik mükemmeliyetçilik de arttığı sonucuna varılmıştır. Literatür incelendiğinde araştırmanın bulgularının aksine söz konusu değişkenler arasında negatif ilişkinin tespit edildiği çalışmalar mevcuttur. Tıp fakültesi öğrencileri üzerine yapılan bir çalışmada bilişsel esneklik düzeyi arttıkça akademik mükemmeliyetçilik düzeyinin düştüğü saptanmıştır (Tekin, 2022). Farklı bir araştırmada; bilişsel esneklik ve akademik mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ilişkinin olduğu, bilişsel esnekliğin akademik mükemmeliyetçiliği olumsuz yordadığı bildirilmiştir (Saticı vd., 2020). Nazarzadeh vd., (2015) tarafından yapılan bir çalışmada ise bilişsel davranışçı terapinin bilişsel esnekliği etkilediği ve mükemmeliyetçiliği azalttığı saptanmıştır.

Çalışmanın farklı bir bulgusuna göre; öğretmen adaylarının yaş ve akademik başarılarına göre akademik mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı farklılıkların olmadığı tespit edilmiştir. Çalışmanın aksine Arthur ve Hayward (1997) çalışmasında, akademik başarı ile mükemmeliyetçilik arasında anlamlı bir farklılık bulmuştur. Çalışmada cinsiyet değişkeni ile akademik mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ilişki saptanmıştır. Bu sonuçlara göre; kadınların erkeklere göre daha yüksek akademik mükemmeliyetçilik ortalamalarına sahip oldukları belirlenmiştir. Alan yazında çalışmanın sonuçlarını destekler nitelikte bulgulara rastlanmıştır. Tıp fakültesi öğrenciler üzerine yapılan bir çalışmada kadınların akademik mükemmeliyetçilik puan ortalamaları, erkekten yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Tekin, 2022). Er ve Aydemir (2022) yaptıkları çalışmada kadın öğrencilerin erkeklere göre akademik mükemmeliyetçilik düzeylerinin daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Ancak bu çalışmaların aksine literatürde erkeklerin sosyal olarak mükemmeliyetçiliklerinin kadınlardan daha yüksek olduğu çalışmalarda mevcuttur (Benk, 2006; Erbaş, 2012; Tuncer, 2006). Alan yazında çalışmanın sonuçlarının aksine akademik mükemmeliyetçilik düzeyi ile cinsiyet arasında anlamlı farkın tespit edilmediği çalışmalar da mevcuttur (Aktaş 2017; Bencik 2006; Ulu Kalın, 2020). Alan yazında farklı sonuçların elde edilmesinin sebebi olarak çalışmaların farklı alanlarda yapılmış olması gösterilebilir.

Sonuç olarak; Öğretmen adaylarının bilişsel esneklik puan ortalamalarının (4.29 ± 0.502) yüksek olduğu, buna karşın akademik mükemmeliyetçilik puan ortalamalarının (2.53 ± 0.721) ise orta düzeye yakın olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda katılımcıların akademik mükemmeliyetçilik ile yaşları arttıkça bilişsel esneklik düzeylerinin arttığı, bununla beraber kadınların erkeklere göre daha akademik mükemmeliyetçi oldukları tespit edilmiştir. Çalışmada katılımcıların cinsiyete göre dağılımın eşit olmaması sınırlılık olarak karşımıza çıkmaktadır. Çalışmanın güçlü yanı olarak; öğretmen adaylarında akademik mükemmeliyetçilik ve bilişsel esneklik konusunda farkındalık yaratabileceği gösterilebilir.

ÖNERİLER

Öğretmen adaylarının sınıf içi ve dışında karşılaşılan problemlere çözüm üretebilmeleri ve iyi bir eğitimci olarak yetişmeleri bilişsel esneklik ile mümkündür. Bu yüzden üst düzey bilişsel beceriler kazandıracak eğitim ve öğretim faaliyetleri ile öğretmen adaylarının bilişsel esneklik düzeylerini artırılabilir.

Aynı zamanda öğretmen adaylarında akademik mükemmeliyetçilik farkındalığı oluşturmak için akademik çalışmalara yönlendirecek ve teşvik edecek eğitimler ve seminerler planlanabilir

ETİK KURUL

"Bu makalede dergi yazım kuralları, yayın ilkeleri, araştırma ve yayın etiği ile dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili ortaya çıkabilecek ihlallerde sorumluluk yazar(lar)a aittir." Bu çalışma için etik komite onayı Erzurum Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'nun, 19.10.2023 tarihinde yapılan 11 sayılı toplantısında ve 09 sayılı kararıyla alınmıştır.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı: Bu çalışmada birinci yazarın katkı oranı %60, ikinci yazarın katkı oranı %40'tır.

Finansal Destek: Bu araştırma TÜBİTAK Bilim İnsanı Destek Programları Başkanlığı (BİDEB) tarafından yürütülen "2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı" tarafından 1919B012306819 numaralı başvuru kapsamında desteklenmiştir.

KAYNAKÇA

- Akın, G. & Bilgin, O. (2023). Ergenlerde bilişsel esneklik, affetme ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Uluslararası Psiko-Sosyal Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3 (4).
- Aktaş, H. (2017). Akademik güdülenme ile akademik öz yeterlik arasındaki ilişki: ilahiyat fakültesi öğrencileri üzerine ampirik bir araştırma. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 1376-1398.
- Akyüz, B. (2020). *Öğretmen adaylarının bilişsel farkındalık, bilişsel esneklik ve öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İzmir Demokrasi Üniversitesi.
- Altinkurt, Y. (2008). Öğrenci devamsızlıklarının nedenleri ve devamsızlığın akademik başarıya olan etkisi, *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20, 129-142
- Altunkol F. (2011) Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi.
- Asıcı, E. & İkiz, F. (2015). Mutluluğa giden bir yol: bilişsel esneklik. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(35), 191-211.
- Avşaroğlu, S. & Taşgın, Ö. (2011). Study the styles of coping with teachers' stress in terms of some variables. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32, 225-248.

- Aydın, S. (2022). *Covid-19 Salgını sürecinde öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarının belirsizliğe tahammülsüzlük ve bilişsel esneklik düzeylerine göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi.
- Balta, Ş. N. (2020). *Genç yetişkin bireylerin bilişsel esneklik düzeylerinin, ölüm kaygısı düzeyleri ve mutluluk düzeylerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Bayraktar, C., Güner, O., Kavalcı, İ. & Kurt, H. (2022). Beden eğitimi öğretmen adaylarının bilişsel kontrol ve esneklikleri ile konuşma kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 6 (3): 203-216.
- Bayram, F., Özkamalı, E. & Çiftçi, S. (2021). Tercih sürecindeki üniversite adaylarının belirsizliğe tahammülsüzlük ve bilişsel esneklik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20 (77): 98-120.
- Bedir, D. (2023). Sporcularda bilişsel kontrol ve bilişsel esneklik becerilerinin mental iyi oluş üzerine etkisinin incelenmesi. *Research in Sport Education and Sciences*, 25(1), 26-29.
- Bencik, S. (2006). *Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi.
- Benk, A. (2006). *Üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçi kişilik özelliğinin psikolojik belirtilerle ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi.
- Bilgin, M. (2009). Bilişsel esnekliği yordayan bazı değişkenler. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(3), 142-157.
- Brown, E.J., Heimburg, R.G., Frost, R.O., Makris, G.S., Juster, H.R. & Leung, A.W., (1994). Relationship of perfectionism to affect, expectations, attributions, and performance in the classroom. *Journal of Clinical Psychology*, 18, 98-120.
- Büyükoztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akadem.
- Closson, L. M. & Boutilier, R. R. (2017). Perfectionism, academic engagement, and procrastination among undergraduates: The moderating role of honors student status. *Learning and Individual Differences*, 57(July), 157-162.
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. (2007). *Research methods in education (Sixth)*. Oxon: Routledge.
- Costa, L.A. (1984). Mediating the metacognitive. *Educational Leadership*, 42(3), 57-62.
- Çelik S.,P. & Eker C. (2022). İngilizce öğretmenlerinin mükemmeliyetçiliklerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi, *International Journal Of Social, Humanities And Administrative Sciences (Joshas)*, 8(59), 1768- 1778., Doi: 10.29228/Josh
- Çelikkaleli, Ö. (2014). Ergenlerde bilişsel esneklik ile akademik, sosyal ve duygusal yetkinlik inançları arasındaki ilişki. *Eğitim ve Bilim*, 39(176), 347-354.
- Çimen, E., Koçyiğit, B. & Doğan, F. (2022) Spor bilimleri öğrencilerinin akademik hedef yönelimleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 5(2), 69-77.
- Çuhadaroğlu, A. (2013). Bilişsel esnekliğin yordayıcıları. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 2(1), 86-101.

- Demiriz, S. & Engin, K., (2023). Okul öncesi öğretmen adaylarının akademik erteleme ve akademik mükemmeliyetçilik durumları. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(50), 523-540.
- Demirtaş, H. & Özer, N. (2007). Öğretmen adaylarının zaman yönetimi becerileri ile akademik başarıları arasındaki ilişkisi. *Eğitimde Politika Analizleri ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 34-47.
- Diril, A. (2011). *Lise öğrencilerinin bilişsel esneklik düzeylerinin sosyo-demografik değişkenler ve öfke düzeyi ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişki açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi.
- Er, E. & Aydemir, A. (2022). Eğitim fakültesi öğrencilerinin proaktif kişilik özellikleri ile öz kontrol ve akademik mükemmeliyetçilikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (12), 409-425.
- Erbaş, M. M. (2012). *Öğretmen adaylarının mükemmeliyetçilik düzeylerinin red duyarlılığı ve öznel iyi oluş düzeylerine göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi.
- Eryıldırım, G. (2023). *Öğretmen adaylarının bilişsel esneklikleri ve duygusal okuryazarlık durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi.
- Esen Aygün, H. (2018). The relationship between pre-service teachers' cognitive flexibility and interpersonal problem solving skills. *Eurasian Journal of Educational Research*, 18 (77): 105-128.
- Fitzgerald, J.H. (1993). *Cognition and Metacognition in Coaching Teachers*. R.H. Anderson ve K.J. Snyder (Eds.). *Clinical supervision: Coaching for higher performance*. Lancaster, PA: Technomic Publishing Co.
- Flett, G. L. & Hewitt, P.L. (2002). *Perfectionism: theory, research and treatment*. American Psychological Association.
- Flett, G.L., Sawatzky, D.L. & Hewitt, P.L. (1995). Dimensions of perfectionism and goal commitment: a further comparison of two perfectionism measures. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 17(2), 111-124.
- Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Gürkan, U. & Gündoğdu, İ. (2019). Fen, matematik ve sosyal bölümlerde okuyan üniversite öğrencilerinin yürütücü biliş becerilerinin akademik mükemmeliyetçiliklerinin ve akademik erteleme davranışlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Necatibey Eğitim Fakültesi Elektronik Fen ve Matematik Eğitimi Dergisi*, 13(1), 152-175.
- Hibbard, D.R. & Davies, K.L. (2011). Perfectionism and psychological adjustment among college students: Does educational context matter? *North American Journal of Psychology*, 13(2), 187-200.
- Hill, A. (2009). *Predictors of relationship satisfaction: The link between cognitive flexibility, compassionate love and level of differentiation*. Alliant International University, Los Angeles.
- İlhan, B. (2023). *Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının bilişsel esneklik düzeyleri ile girişimcilik özelliklerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi.
- Kabataş, M. (2020). *Ergenlerde bilişsel esneklik ve başarı amaç yönelimleri ilişkisinde problemler internet kullanımının aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Karasar, N. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar İlkeler Teknikler*. Nobel Akademik Yayıncılık.

- Kavak, K. (2023). *Üniversite öğrencilerinin otoriteryen eğilimleri ile bilişsel esneklik ve genel sistemi meşrulaştırma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Topkapı Üniversitesi.
- Kim, H. Y. (2013). Statistical notes for clinical researchers: assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Restorative dentistry ve endodontics*, 38(1), 52.
- Körükçü, M. (2020). The investigation of social studies teacher candidates' cognitive flexibility levels and metacognitive learning strategies in terms of different variables. *Asian Journal of Education and Training*, 6 (1): 1-11.
- Martin, M, M. & Rubin RB. (1995) A new measure of cognitive flexibility. *Psychological Reports*;76(2):623–6.
- Martin, M. M. & Anderson, C. M. (1998). The cognitive flexibility scale: Three Validity Studies. *Communication Reports*, 11, 1-9.
- Mishra, P., Pandey, C. M., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C. & Keshri, A. (2019). Descriptive statistics and normality tests for statistical data. *Annals of cardiac anesthesia*, 22(1), 67.
- Moore A, & Malinowski P.(2009). Meditation, mindfulness and cognitive flexibility. *Consciousness and Cognition*,;18:176-86. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2008.12.008>.
- Nazarzadeh, R., Fazeli, M., Aval, M. & Shourch, R. (2015). Effectiveness of cognitive behavior therapy on cognitive flexibility in perfectionist. *Psychology*, 6 (14): 1780- 1785.
- Odacı, H., Kalkan, M. & Çıkrıkçı, Ö. (2017). Akademik mükemmeliyetçilik ölçeğinin geliştirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*,18(1), 353-366.
- Öz, S. (2012). Ergenlerin Cinsiyet, sosyo-ekonomik ve öğrenim kademesi düzeylerine göre bilişsel esneklik, uyum ve kaygı puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi.
- Parvizi, G. & Özabacı, N. (2022). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumlarının yordayıcısı olarak bilişsel esnekliğin rolü. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13(1), 65-81.
- Rice, K.G., Ashby, J.S. & Slaney, R. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: a structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3),304
- Santrock, J. W. (2012). *Ergenlik*. D. M. Siyez (Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Sapmaz F. & Doğan T. (2013). Bilişsel esnekliğin değerlendirilmesi: bilişsel esneklik envanteri türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 46(1):143-61.
- Satıcı, B. (2020). Üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ ile okul doyumunu ilişkisinde akademik mükemmeliyetçilik ve erteleme nin sıralı aracılığı. *Yaşadıkça Eğitim*, 34(1), 28-41.
- Satıcı, B., Tekin, E. G. & Deniz, M. E. (2020). Cognitive flexibility and mental well-being: fear of negative evaluation and academic perfectionism as serial mediators. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(2), 386-396.
- Savaş, A.E. (2020). *Mesleki ve teknik anadolu lisesi öğrencilerinin mesleki karar düzeyleri ile bilişsel esneklik ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi.

- Sert Orhan, M. (2023). *Öğretmen adaylarının yaşam boyu öğrenme eğilimleri, bilişsel esneklikleri ve bilgisayarca düşünme becerilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi.
- Silah, M. (2003). Üniversite öğrencilerinin akademik başarılarını etkileyen çeşitli nedenler arasından süreksiz durumluk kaygısının yeri ve önemi. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 10, 102-115.
- Slaney, R.B., Rice, K.G. & Ashby, J.S. (2002). A programmatic approach to measuring perfectionism: The almost perfect scales. G. L. Flett ve P. L. Hewitt (Ed.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* içinde (s. 63–88). American Psychological Association.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Şahin, N. H., Güler, M. & Basım, N. (2009). The relationship between cognitive intelligence, emotional intelligence, coping and stress symptoms in the context of type a personality patern. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(3), 243-254.
- Tatlıcı, M. E., (2020), *Lise öğrencilerinin algıladıkları anne-baba tutumlarına göre bilişsel esnekliklerinin ve karar verme stillerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi.
- Tekin, M., (2022). Tıp fakültesi öğrencilerinin akademik mükemmeliyetçilik ve bilişsel esneklik düzeyleri. *Tıp Eğitimi Dünyası*, 21(65), 95-108.
- Tortop, H. S. & Eker, C. (2013). Öğretmen adaylarının mükemmeliyetçilikleri ile eleştirel düşünme eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 31, 144–157.
- Tuncer, B. (2006). *Kaygı düzeyleri farklı üniversite hazırlık sınıfı öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi.
- Türe, H. B. & Sarıçam, H. (2016). Öğretmen adaylarının bilişsel esneklik düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi, 1st Euroasian Congress on Positive Psychology, Bildiri Kitapçığı, 165, İstanbul.
- Ulu Kalın, Ö. (2020). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarında mükemmeliyetçilik. *Studies in Educational Research and Development*, 4(1), 1-25.
- Üzümcü, B. & Müezzın, E. E. (2018). Öğretmenlerin bilişsel esneklik ve mesleki doyum düzeyinin incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 8 (1): 8-25.
- Vergili, A. ve Atılğan, M. (1998). *Üniversite öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıkları ile akademik başarılarının karşılaştırılması*. VII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongre Kitabı, Cilt 1, (s.457-465). Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları: Konya.
- Yaşar Ekici, F. & Balcı, S. (2019). Okul öncesi öğretmen adaylarının bilişsel esneklik düzeyleri ve duygusal tepkisellik düzeylerinin incelenmesi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 9(1), 65–77.
- Yeşil, R., Korkmaz, Ö. & Kaya, S. (2009). Eğitim fakültesindeki akademik başarının kamu personeli seçme sınavındaki başarı üzerinde etkisi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(2), 149-160.