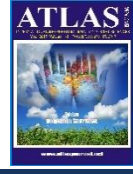




ATLAS INTERNATIONAL REFEREED JOURNAL ON SOCIAL SCIENCES

ISSN:2619-936X



Article Arrival Date:07.10.2018

Published Date:30.11.2018

2018 / November

Vol 4, Issue:14

Pp:1425-1437

Disciplines: Areas of Social Studies Sciences (Economics and Administration, Tourism and Tourism Management, History, Culture, Religion, Psychology, Sociology, Fine Arts, Engineering, Architecture, Language, Literature, Educational Sciences, Pedagogy & Other Disciplines in Social Sciences)

ERGENLİKTE YAŞANAN SINAV KAYGISINDA ETKEN OLAN SOSYODEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİN İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF THE SOCIODEMOGRAPHIC PROPERTIES EFFECTING IN THE
EXAMINATION OF ADOLESCENT

Dr. Öğr. Üyesi Fatih BAL

İstanbul Gelişim Üniversitesi, Klinik psikoloji, psikologfatihbal@gmail.com, İstanbul/Türkiye

ÖZET

Bir formel sınav ya da herhangi bir yordama ortamında oluşan fizyolojik, davranışsal ve bilişsel öğeleri bulunan, kötü bir duygu ya da heyecansal durum ile ifade edilen sınav kaygısı önemli bir sorundur. Günümüz sınavları, ergen bireyin hayatında büyük bir belirleyicilik rolü oynamakta ve büyük bir kaygı ve stres durumu oluşturmaktadır. Çalışmamızda ergenlik döneminde sınavlara hazırlanan bireylerin sınav kaygı düzeylerine cinsiyet, sınıf, ailenin medeni durumu, ailenin gelir düzeyi, akademik destek alıp almadığı düzeyine göre farklı olup olmadığını incelemiştir.

Anahtar kelimeler: Kaygı, Sınav Kaygısı, Ergenlik Dönemi

ABSTRACT

Exam anxiety, expressed as a bad emotion or excitement, is a significant problem with physiological, behavioral and cognitive elements in a formal examination or any procedure. Today's exams play a major determinant role in the life of the adolescent individual and constitute a great anxiety and stress situation. In our study, it was examined whether the individuals who were prepared for the exams in the adolescence period were different according to the level of exam anxiety levels whether they were gender, class, family's marital status, family income level or academic support.

Key words: Anxiety, Test Anxiety, Adolescence

1. GİRİŞ

İnsanoğlu psiko-sosyal bir varlıktır. Sağlıklı yaşaması bedensel ve sosyal açıdan olduğu kadar, ruh sağlığı bakımından da denge içinde bulunmasını gerektirir. Psikolojik durumu bireyin kendisiyle ve etrafıyla uyumlu bir denge ile uyum içinde olmasıdır (Yörükoğlu, 1985).

Akademik alan-kaygı birlikteliği ile ilgili çalışmalar genelde akademik başarı üzerine yoğunlaşmıştır. Kaygı ve başarı birlikteliği ile ilgili çalışmalar; kaygılı öğrencilerin genelde normal zekâyâ sahip, kendine güvensiz, en ufak başarısızlık durumunda çabuk hüsrana uğrayan, ilgisini yitiren, hareketten kaçınan, ebeveynlerine bağımlı, otoriteden ve reddedilmekten çekinen, eleştiriyi kapalı, güçlüklerden çekinen kimseler olduğunu ve akademik açıdan yetersiz öğrencilerin yüksek kaygı durumlarına sahip olduklarını ortaya koymuştur (Önler, 1972).

Sınırlı bir miktar kaygı, bireyin kendisini değerlendirmeye hazırlayıp sınavın gerektirdiği bilişsel aktivitenin yanında fiziksel çabayı ortaya koymasına yararlı olabilir. Bu kaygı, sınırlı düzeyin üstüne çıktığında birey üzerinde baskı yaratarak kararsızlık, kontrolsüzlükle birlikte panik duyguları oluşturup verimi düşürmeye başlar. Bundan dolayı kaygı durumu normal olan bireyler sınavı, başarılarını sergileyebilecek bir "fırsat" olarak değerlendirirken, kaygısı yüksek öğrencilerde ise bu durumu bir "tehdit" olarak değerlendirir (Bildik, 2007). Buradan

çok az ya da aşırı yaşanan sınav kaygısının bireyin performans verimini düşüreceği; normal düzeydeki kaygının öğrenciyi çalışmaya güdüleyip başarısını artıracak sonucuna varılabilir. Anlamlandırılacak malzeme basit ve kolaysa, normalin üstü kaygı derecesi bunun çabuk öğrenilmesine faydalı olur. Öğrenilen malzemenin anlamlandırılması zor ise, o zaman yüksek kaygı öğrenmeyi güçleştirir (Cüceloğlu, 2006).

Yordama kaygısı hisseden bireyler yordama kaygısıyla alakalı olarak karın ağrısı, beyinde ağrı, kalp hızında fazlalaşma, uykusuzluk, iştahsızlık, gerginlik tarzı, semptom dikkat eksikliği, zihinsel olarak her hangi bir aktivite düşünememe ve sınavdan kurtulma düşüncesi gibi zihinsel belirtiler gösterebilir (Kutlu ve Bozkurt, 2003).

Yordama kaygısının iki yönü mevcuttur. İkisinin farklı durumu kuruntu ve duyusallıktır. Yersiz düşünce, insanın sınav anında yetersizlik durumu kapasite yeterliliğini ifade eder bununla birlikte yaygın olarak fikir ya da iç sesleri oluşturur (Öner, 1990). Değerlendirme sıkıntısı, kötümser fikir ile hisler, fertlerin mevcut duruma yoğunlaşmasını kısıtlar, fertlerin zihinleri kaygı durumunda baskı oluşturur. Olumsuz hisler bireyin mevcut durumundan şüphe duymasına, tedirginlik ile rahatsızlık hissetmesine yol açarken, aynı zamanda kendinin sınav anında sınavla meşgul olmamaya sebep olur bu durum bireyi işlevsizleştirecek duruma düşürür. Düşüncelerin olmasıyla dikkatin dağınık olması beyni yorar, olan şey normalin altı kapasiteye ya da yordamada eksikliğe sebep olur (Kutlu ve Bozkurt, 2003).

Duyusallık, bağımsız sinir sisteminin aktif hale gelmesidir ve yordanma durumunun verdiği sıkıntı durumun fizyolojik tarafını ifade eder. Fiziksel belirtileri, kişinin hızlı vuruş hızı, ter atma, ısınamama, yüzde kırmızılaşma, renk solması, karın ağrıları, kızgınlık ve aşırı uyarılmışlık tarzında durumların yaşıntılarıdır (Öner, 1990).

Sınav kaygısı; öğrenilen bilginin sınav sırasında etkili bir biçimde kullanılmasına engel olan ve başarının düşmesine yol açan yoğun kaygı olarak tanımlanır. Bireyin sınava yüklediği anlamlar, sınavla ilgili zihinde oluşturulan imaj, sınav sonrası duruma ilişkin atıflar ve kazanımlara verilen önem sınav kaygısı oluşumu üzerinde etkilidir (May, <http://www.psikiyatri.org.tr>).

Ebeveynlerin çoğu çocuklarının statü bakımından yüksek işlere sahip olmalarını ister ve bunun için yönlendirir, çocuklarının istek ve arzularını gözden geçirirler. Kendi seçimleri ile ebeveynin arzusu arasında kalan ergen kaygılanmaya başlar. Özellikle ailenin arzu ettiği meslek alanına ulaşabilecek puanı yapamayacağını gördüğünde bu kaygı daha da artar (Malkav, 2016).

Sınav kişi için önemli bir tehdit olursa, sınava yönelimi kötü sonuçlara doğru kaymaya başlar Kendilik saygısına müdahale, gelecek planlarına bir engel, kişisel olarak kaybetme, arkadaşlarının gözünden düşme, akrabalarında hayal kırıklığı yaşatma duygularına neden olabilir. Performansının değerlendirilmesi olasılığı, duruma odaklanamama ek olarak başarısızlık olasılığı ve ortaya çıkacak sonuçları kendilik güvenini etkiler. Tehdit hissi bireyi etkisi altına aldıkça, bilişsel düşüncelere saldırı kurgusuna doğru sistematik bir kayma olur. Bireyin dikkati çeşitli akademik zayıflıklara, konularda eksik olduğu yerlere takılmaya, kavramada eksikliklere, öğrendiklerini kıyaslamada ve ifade etmede güçlüklerle neden olur. Bu kusurlara daha fazla odaklanır, olumlu başarıları ve bireysel özellikleri gölgede kalır. Sınavın ezici olduğu algısı, kişinin üzerinde, görev gerçekten ezici olduğu takdirde oluşan benzer etkiye neden olur. Kendi kapasitesini aşırı düzeyde zorlayan bir istem ile karşılaştığı durumda bilişsel sistem, tıpkı elektrik şirketinin aynı koşullarda otomatik olarak kapasitesinin bir bölümünü kestiği gibi kapasitesinin bir bölümünü kapatır. Hatırlama, muhakeme ile sözel ifadenin şiddetli ket vurumunun öteki olası açıklaması da ilkel inhibitör reflekslerin bu meydan okumada olan dikkatini tehlikeye yönlendiren, artık kullanılmayan özelliklerini aktif hale getirilmesi için harekete geçirilmesidir (Beck ve Emery, 2011).

Günümüz sınavları, ergen bireyin hayatında büyük bir belirleyicilik rolü oynamakta ve büyük bir kaygı, stres durumu oluşturmaktadır. Çalışmamızda bu durumun daha iyi anlaşılabilmesi adına sınavlara hazırlanan bireylerin sınav kaygı düzeylerine cinsiyet, sınıf, ailenin medeni durumu, ailenin gelir düzeyi, akademik destek alıp almadığı düzeyine göre farklı olup olmadığı incelenmiştir.

2. GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışma grubumuzu İstanbul İlinin Bakırköy İlçesinde yaşamakta ve ergenlik döneminde olup özel eğitim kurumlarında okumakta olan 160(%43,6) kadın, 207(%56,4) erkek olmak üzere toplam 367 öğrenci oluşturmaktadır.

Katılımcılara tarafımızdan hazırlanan Sosyo-demografik veri formu, Sınav Kaygısı Envanteri (SKE) uygulanmıştır. Veri toplama aşaması belirlenen ölçeklerin yüz yüze iletilerek öğrenciler tarafından doldurulması yoluyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmada elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analiz için IBM SPSS 20.0 istatistik paket programı kullanılmıştır.

2.1. Sınav Kaygısı Envanteri (SKE)

Sınav Kaygısı Envanteri Spielberger tarafından 1980’de (Akt. Öner 1990) yayınlanmıştır. Ölçeğin Türkçe formunun oluşturulması ve güvenilirlik çalışmaları Albayrak-Kaymak (1987) tarafından yapılmıştır. Envanter, Öner (1990) tarafından Sınav Kaygısı Envanteri el kitabı olarak yayınlanmıştır. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar yüksek sınav kaygısına, düşük puanlar düşük sınav kaygısına karşılık gelmektedir (Öner 1990). Envanterin iç tutarlılığı .89 ile .73 arasında değişmektedir. Aracın test-tekrar-test yöntemi ile hesaplanan güvenilirlik katsayısı .90 ile .70 arasında değişmektedir.

2.2. Verilerin Analizi

Toplanan bilgilerden elde edilen veriler sosyal bilimler için istatistik paket programı (IBM SPSS 20.0) kullanılarak istatistiksel sonuçlara dönüştürülmüştür. Bu çalışmada iki değişkenli bağımsız t testi analizi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi, Post Hoc Analizi, korelasyon, regresyon analizi, betimleyici istatistik testleri kullanılmıştır.

3. BULGULAR

Çalışmamıza yaşları 11-16 arasında (Ort. 14,9 yıl) değişen, 160’ı (%43,6) Kadın, 207 (%56,4) Erkek olmak üzere toplam 367 öğrenci katılmıştır. Çalışma grubunun sosyo-demografik bilgileri Tablo 1’de özetlenmiştir.

Tablo 1: Araştırmaya Katılan Kişilerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı

Değişkenler	n	Yüzdeler
Cinsiyet		
Kadın	160	43,6
Erkek	207	56,4
Toplam	367	% 100
Aile medeni durumu		
Anne baba beraber	317	86,4
Anne baba ayrı	44	12,0
Anne veya baba üvey	1	0,3
Anne veya baba vefat etmiş	5	1,4
Toplam	367	% 100
Aile ekonomik durum		
Düşük	4	1,1
Orta	113	30,8
İyi	250	68,1
Toplam	367	% 100

Sınıf		
5	24	6,5
6	48	13,1
7	42	11,4
8	41	11,2
9	60	16,3
10	33	9,0
11	51	13,9
12	68	18,5
Toplam	367	% 100
Akademik destek		
Alıyor	142	38,7
Almıyor	225	61,3
Toplam	367	% 100

Çalışma grubuna Sınav Kaygısı Envanteri uygulanmış ve Sınav Kaygısı Envanteri alt boyutlarından aldıkları puanlar tablo 2 de özetlenmiştir.

Tablo 2: Sınav Kaygısının Sınıfa Göre Farklılık Olup Olmadığını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan Anova Testi

	Sınıf	Ort	Ss	Sd	F	p
Başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler	5.sınıf	12	1,794	7	4,475	0,000
	6.sınıf	11,63	2,130			
	7.sınıf	11,64	1,923			
	8.sınıf	12,20	1,647			
	9.sınıf	12,48	1,682			
	10.sınıf	12,97	1,571			
	11.sınıf	13,08	1,598			
Kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler	5.sınıf	10,96	1,429	7	1,559	0,147
	6.sınıf	10,44	1,712			
	7.sınıf	10,55	1,742			
	8.sınıf	10,54	1,660			
	9.sınıf	11,05	1,419			
	10.sınıf	10,97	1,104			
	11.sınıf	11,02	1,334			
Gelecekle ilgili endişeler	5.sınıf	8,71	1,459	7	1,697	0,109
	6.sınıf	8,71	1,487			
	7.sınıf	7,86	1,491			
	8.sınıf	8,41	1,378			
	9.sınıf	8,43	1,307			
	10.sınıf	8,73	1,526			
	11.sınıf	8,51	1,405			
Yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler	5.sınıf	9,71	1,459	7	1,709	0,106
	6.sınıf	9,44	1,570			
	7.sınıf	9,05	1,780			
	8.sınıf	9,33	1,796			
	9.sınıf	12,48	1,410			
	10.sınıf	9,09	1,608			
	11.sınıf	9,08	1,495			
Bedensel tepkiler	5.sınıf	10,58	1,886	7	1,540	0,153
	6.sınıf	11,19	1,942			
	7.sınıf	10,86	1,868			
	8.sınıf	11,02	1,823			

	9.sınıf	11,18	1,631			
	10.sınıf	11,94	1,836			
	11.sınıf	11,27	1,856			
	12.sınıf	11,10	1,478			
Zihinsel tepkiler	5.sınıf	14,79	2,085	7	2,206	0,033
	6.sınıf	14,52	2,212			
	7.sınıf	14,43	2,307			
	8.sınıf	15,07	2,544			
	9.sınıf	13,78	1,748			
	10.sınıf	14,27	2,466			
	11.sınıf	14,31	2,379			
	12.sınıf	15,04	1,569			
Genel sınav kaygısı	5.sınıf	9,04	1,122	7	4,988	0,000
	6.sınıf	8,81	1,483			
	7.sınıf	8,19	1,452			
	8.sınıf	9,10	1,393			
	9.sınıf	9,53	1,599			
	10.sınıf	8,73	1,376			
	11.sınıf	8,53	1,515			
	12.sınıf	8,38	1,107			

Levene's testi ile varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler puanı 11. sınıf öğrencilerinde daha yüksek bulunmuştur. Zihinsel tepkiler puanı 8. ve 12. sınıf öğrencilerinde daha yüksek bulunmuştur. Genel sınav kaygısı puanı 8. sınıf ve 9. sınıf öğrencilerinde daha yüksek bulunmuştur.

Çalışma grubuna Sınav Kaygısı Envanteri uygulanmış ve Sınav Kaygısı Envanteri alt boyutlarından aldıkları puanlar ile ailenin ekonomik durumu değişkeni arasındaki ilişki tablo 3'te özetlenmiştir.

Tablo 3: Sınav Kaygısının Aile Ekonomik Durum Değişkenine Göre Farklılık Olup Olmadığını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan Anova Testi

	Aile Ekonomik Durum	Ort	Ss	Sd	F	p
Başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler	Düşük	12,25	2,217	2	2,468	0,086
	Orta	11,97	1,503			
	İyi	12,42	1,855			
Kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler	Düşük	12,00	1,633	2	2,452	0,088
	Orta	10,58	1,426			
	İyi	10,80	1,459			
Gelecekle ilgili endişeler	Düşük	8,50	1,732	2	1,400	0,248
	Orta	8,27	1,190			
	İyi	8,54	1,454			
Yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler	Düşük	12,25	1,258	2	4,310	0,014
	Orta	8,81	1,386			
	İyi	9,25	1,584			
Bedensel tepkiler	Düşük	12,25	1,258	2	3,489	0,032
	Orta	10,82	1,681			
	İyi	11,29	1,803			
Zihinsel tepkiler	Düşük	15,50	3,109	2	2,227	0,109
	Orta	14,19	2,051			

	İyi	14,65	2,176			
Genel sınav kaygısı	Düşük	9,50	2,380	2	0,947	0,389
	Orta	8,66	1,424			
	İyi	8,82	1,452			

Ailenin ekonomik durumu değişkenine göre “düşük” gelir düzeyine sahip öğrencilerin diğer gelir düzeyine sahip olan öğrencilere göre yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler ve bedensel tepkiler puanları daha yüksek bulunmuştur ($p < 0,05$).

Aile ekonomik durumu “iyi” olanların yeterince hazırlanamamakla ilgili puanları aile ekonomik durumu “orta” olanların yeterince hazırlanamamakla ilgili puanlarından yüksek bulunmuştur ($p = 0,014 < 0,05$).

Çalışma grubuna Sınav Kaygısı Envanteri uygulanmış ve Sınav Kaygısı Envanteri Alt boyutlarından Aldıkları Puanlar ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişki Tablo 4’te özetlenmiştir.

Tablo 4: Cinsiyet Değişkenine Göre Sınav Kaygısının Farklılaşp Farklılaşmadığını Tespit Etmek İçin Yapılan t Testi

	Cinsiyet	Ort	Ss	Sd	F	p
Başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler	Kadın	12,26	1,813	365	-0,207	0,836
	Erkek	12,29	1,731			
Kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler	Kadın	10,67	1,457	365	-0,869	0,386
	Erkek	10,80	1,456			
Gelecekle ilgili endişeler	Kadın	8,46	1,258	365	0,091	0,928
	Erkek	8,45	1,473			
Yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler	Kadın	9,03	1,471	365	-1,130	0,259
	Erkek	9,21	1,586			
Bedensel tepkiler	Kadın	10,83	1,736	365	-3,174	0,002
	Erkek	11,41	1,765			
Zihinsel tepkiler	Kadın	14,31	2,056	365	-1,586	0,114
	Erkek	14,67	2,220			
Genel sınav kaygısı	Kadın	8,73	1,445	365	-0,62	0,530
	Erkek	8,82	1,462			

Sınav kaygısının bedensel tepkiler alt boyutuna göre erkeklerin bedensel tepkileri kadınlardan daha yüksek çıkmıştır ($p = 0,002 < 0,05$).

Ailenin ekonomik durumu değişkenine göre düşük gelir düzeyine sahip öğrencilerin diğer gelir düzeyine sahip olan öğrencilere göre genel sınav kaygısı puanları daha yüksek çıkmıştır ($p = 0,014 < 0,05$).

Çalışma grubuna Sınav Kaygısı Envanteri uygulanmış ve Sınav Kaygısı Envanteri alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki ilişki tablo 5’de özetlenmiştir.

Tablo 5: Sınav Saygısı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Anlamlı İlişki Olup Olmadığını Test Etmek İçin Yapılan Korelasyon Analizi

		Başkalarının sizi nasıl gördüğü	Kendinizi nasıl gördüğünüz	Gelecekle ilgili endişeler	Yeterince hazırlanamamakla ilgili	Bedensel tepkiler	Zihinsel tepkiler	Genel sınav kaygısı
Başkalarının sizi nasıl gördüğü	r	1	0,574	0,423	0,395	0,395	0,375	0,303
	p		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

	N	367	367	367	367	367	367	367
Kendinizi nasıl gördüğünüz	r	0,574	1	0,402	0,582	0,431	0,478	0,416
	p	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	367	367	367	367	367	367	367
Gelecekle ilgili endişeler	r	0,423	0,402	1	0,419	0,251	0,420	0,367
	p	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000
	N	367	367	367	367	367	367	367
Yeterince hazırlanamamakla ilgili	r	0,395	0,582	0,419	1	0,430	0,604	0,497
	p	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000
	N	367	367	367	367	367	367	367
Bedensel tepkiler	r	0,395	0,431	0,251	0,430	1	0,431	0,393
	p	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000
	N	367	367	367	367	367	367	367
Zihinsel tepkiler	r	0,375	0,478	0,420	0,604	0,431	1	0,406
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000
	N	367	367	367	367	367	367	367
Genel sınav kaygısı	r	0,303	0,416	0,367	0,497	0,393	0,406	1
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
	N	367	367	367	367	367	367	367

“Başkalarının sizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler” ile “kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler”, “gelecek ile ilgili endişeler”, “yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler”, “bedensel tepkiler”, “zihinsel tepkiler”, “genel sınav kaygısı” arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$).

“Kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler” ile “gelecek ile ilgili endişeler”, “yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler”, “bedensel tepkiler”, “zihinsel tepkiler”, “genel sınav kaygısı”, “yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler” arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ($p < 0,05$).

“Gelecek ile ilgili endişeler” ile “yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler”, “bedensel tepkiler”, “zihinsel tepkiler”, “genel sınav kaygısı” pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ($p < 0,05$).

“Yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler” ile “bedensel tepkiler”, “zihinsel tepkiler”, “genel sınav kaygısı” arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ($p < 0,05$).

“Bedensel tepkiler” ile “zihinsel tepkiler” ve “genel sınav kaygısı” arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ($p < 0,05$).

“Zihinsel tepkiler” ile “genel sınav kaygısı” arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ($p < 0,05$).

Yapılan Korelasyon analizi sonucunda ölçeği oluşturan “başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler, kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler, gelecekle ilgili endişeler, yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler, bedensel tepkiler, zihinsel tepkiler, genel sınav kaygısı” alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Çalışma grubuna Sınav Kaygısı Envanteri uygulanmış ve Sınav Kaygısı Envanteri Alt boyutlarından Aldıkları Puanlar ile sosyo-demografik değişkenler arasındaki yordayıcılık ilişkisi tablo 6'da özetlenmiştir.

Tablo 6: Sınav Kaygısı İle Cinsiyet, Sınıf, Aile Ekonomik Durum, Aile Medeni Durum, Akademik Destek Arasındaki Yordayıcılık İlişkisinin Tespiti İçin Yapılan Regresyon Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	t	p	F	Model (p)	R ²
Başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler	Sabit	10,424	14,413	0,000	3,376	0,005	0,045
	Cinsiyet	-0,041	-0,221	0,825			
	Sınıf	0,141	3,497	0,001			
	AileEkonomik Durum	0,398	2,115	0,035			
	Aile Medeni Durum	-0,002	-0,010	0,992			
	Akademik Destek	0,099	0,531	0,596			
Kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler	Sabit	10,519	17,288	0,000	3,376	0,005	0,045
	Cinsiyet	0,111	0,719	0,472			
	Sınıf	0,024	0,700	0,484			
	AileEkonomik Durum	0,067	0,423	0,672			
	Aile Medeni Durum	-0,163	-0,995	0,320			
	Akademik Destek	-0,034	-0,217	-0,828			
Gelecekle ilgili endişeler	Sabit	7,686	13,331	0,000	0,741	0,593	0,010
	Cinsiyet	-0,032	-0,215	0,830			
	Sınıf	0,004	0,121	0,904			
	AileEkonomik Durum	0,212	1,417	0,157			
	Aile Medeni Durum	-0,033	-0,213	0,832			
	Akademik Destek	0,168	1,126	0,261			
Yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler	Sabit	8,536	13,464	0,000	2,443	0,034	0,033
	Cinsiyet	0,196	1,215	0,225			
	Sınıf	-0,098	-2,777	0,006			
	AileEkonomik Durum	0,291	1,766	0,078			
	Aile Medeni Durum	0,081	0,473	0,636			
	Akademik Destek	-0,063	-0,383	0,702			
Bedensel tepkiler	Sabit	9,323	12,783	0,000	2,931	0,013	0,039
	Cinsiyet	0,542	2,919	0,004			
	Sınıf	0,053	1,310	0,191			

	Aile Ekonomik Durum	0,253	1,336	0,182			
	Aile Medeni Durum	- 0,130	- 0,660	0,509			
	Akademik Destek	0,121	0,643	-0,521			
Zihinsel tepkiler	Sabit	13,773	15,365	0,000	1,188	0,314	0,016
	Cinsiyet	0,319	1,396	0,164			
	Sınıf	0,016	0,327	0,744			
	Aile Ekonomik Durum	0,277	1,190	0,235			
	Aile Medeni Durum	- 0,217	- 0,898	0,370			
	Akademik Destek	0,099	0,531	0,596			
Genel Sınav Kaygısı	Sabit	8,701	14,383	0,000	1,084	0,369	0,015
	Cinsiyet	0,105	0,683	0,495			
	Sınıf	- 0,051	- 1,517	0,130			
	Aile Ekonomik Durum	0,031	0,197	0,844			
	Aile Medeni Durum	- 0,158	- 0,972	0,332			
	Akademik Destek	0,167	1,066	0,287			

“Cinsiyet, sınıf, ailenin ekonomik durumu, aile medeni durum ve akademik destek” ile “başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler” arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=3,376$; $p=0,005<0,05$). “Başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler” düzeyinin belirleyicisi olarak bu değişkenler ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,045$). Öğrencilerin “sınıf ve aile ekonomik durumu” değişkenleri “başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler” düzeyini etkilemektedir ($p=0,001<0,05$; $p=0,035<0,05$). “Aile ekonomik durum” değişkeni “kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler” düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,398$).

“Başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler”; “cinsiyet, sınıf, aile ekonomik durumu, aile medeni durum ve akademik destek” değişkenlerine göre ilişkisinin olduğunu fakat bu değişkenlerin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür. Özellikle öğrencilerin “sınıf” ve “ailenin ekonomik durumu” değişkenleri “başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler” düzeyini anlamlı bir yordayıcı etkisi etkilemektedir.

“Cinsiyet, sınıf, aile ekonomik durum, aile medeni durum ve akademik destek” ile “gelecek ile ilgili endişeler” arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=0,741$; $p=0,593>0,05$). “Gelecek ile ilgili endişeleri cinsiyet, sınıf, aile ekonomik durumu, aile medeni durumu” ve “akademik destek” değişkenlerine göre diğer endişelerden yüksek çıkmıştır.

“Cinsiyet, sınıf, aile ekonomik durum, aile medeni durum ve akademik destek” ile “Yeterince Hazırlanamamak ile ilgili endişeler” arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=2,443$; $p=0,034<0,05$). “Yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler” düzeyinin belirleyicisi olarak bu değişkenler

ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,033$). Öğrencilerin “cinsiyet, aile ekonomik durumu, aile medeni durumu ve akademik destek” değişkenleri “yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler” düzeyini etkilememektedir ($p=0,225>0,05$; $p=0,078>0,05$; $p=0,636>0,05$; $p=0,702>0,05$). “Öğrencilerin sınıf değişkeni yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler” düzeyini etkilemektedir. ($p=0,006<0,05$). Cinsiyet değişkeni yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler düzeyini anlamlı bir yordayıcı etkisi arttırmaktadır ($\beta=0,196$).

“Yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler cinsiyet, sınıf, aile ekonomik durumu, aile medeni durumu ve akademik destek” değişkenlerine ortalama üstünde çıkmıştır. Fakat yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler düzeyinin belirleyicisi olarak bu değişkenler ile ilişkisinin bağlantısının zayıf olduğu saptanmıştır. Sadece “cinsiyet” değişkeni “yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler” düzeyini anlamlı bir yordayıcı etkisi arttırmaktadır

“Cinsiyet, sınıf, aile ekonomik durum, aile medeni durum ve akademik destek” ile bedensel tepkiler arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=2,931$; $p=0,013<0,05$). “Bedensel tepkiler” düzeyi belirleyicisi olarak bu değişkenler ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,039$). Öğrencilerin “sınıf, aile ekonomik durumu, aile medeni durumu ve akademik destek” değişkenleri “yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler” düzeyini etkilememektedir ($p=0,191>0,05$; $p=0,182>0,05$; $p=0,509>0,05$; $p=0,521>0,05$). Öğrencilerin “cinsiyet” değişkeni “bedensel tepkiler” düzeyini etkilemektedir ($p=0,004<0,05$). “Cinsiyet” değişkeni “bedensel tepkiler” düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,542$). “Bedensel Tepkiler ile ilgili endişeler cinsiyet, sınıf, aile ekonomik durumu, aile medeni durumu ve akademik destek” değişkenlerine ortalama üstünde çıkmıştır. Fakat “bedensel tepkiler ile ilgili endişeler” düzeyinin belirleyicisi olarak bu değişkenler ile ilişkisinin bağlantısının zayıf olduğu gözlenmiştir. Sadece “sınıf” değişkeni “yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler” düzeyini etkilemektedir ve “Cinsiyet” değişkeni “bedensel tepkiler” düzeyini anlamlı bir yordayıcı etkisi arttırmaktadır.

Yapılan Regresyon analizi sonucunda “Kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler, gelecek ile ilgili endişeler, yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler, yeterince hazırlanamamak ile ilgili endişeler, bedensel tepkiler ile cinsiyet, sınıf, aile ekonomik durum, aile medeni durum ve akademik destek” değişkenleri arasında pozitif anlamlı bir anlamlı bir yordayıcı ilişki vardır.

4. SONUÇ

Yabancı ve yerli literatürdeki araştırmaların sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde; yüksek sınav kaygısının öğrencinin performansını olumsuz etkilediği, sınava kaygısı yükseldikçe akademik başarının düştüğü görülmektedir (Çapulcuoğlu ve Gündüz, 2013).

Günümüz eğitim sisteminde, eğitimin tüm kademesindeki öğrencilerin karşısına çıkan sınavlar, ergenlik dönemindeki bireyler için büyük bir kaygı, stres durumu oluşturmaktadır. Yapılan bir değerlendirmede, değerlendirmeye dahil edilen bireylerin %46’sının sınavla yordanma kaygılarının aşırı fazla bulunduğu ortaya konmuştur (Yıldırım ve Ergene, 2003). Ergenlik dönemindeki öğrencilerle yapılan başka çalışmada ergenlerin yordanmayla ilgili kaygılarının fazla yüksek bulunduğu bununla birlikte yordanmadan daha önce kaygı düzeylerinin yükseldiği tatbik edilmiştir (Şahin ve ark., 2006)

Çalışmamızda öğrencilerin yeterince hazırlanamamakla ilgili endişe ve bedensel tepki puanları ailenin ekonomik durumu değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır ($p<0,05$). “Başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler”, “zihinsel tepkiler” ve “genel sınav kaygısı” puanları öğrencinin bulunduğu sınıf değişkenine göre anlamlı olarak

farklılaşmaktadır ($p<0,05$). “Başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler”, “kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler”, “gelecekle ilgili endişeler”, “yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler”, bedensel tepkiler”, “zihinsel tepkiler”, “genel sınav kaygısı” puanları alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Benzer bir çalışmaya göre yüksek sınav kaygılı ergenlerin sınava yeterince hazırlanmamaları yüzünden bilişsel düzeylerini sağlıklı bir şekilde kullanamadıkları bu sebeple de sınavlarda yoğun bir endişe yaşadıkları belirlenmiştir (Birenbaum ve Nasser, 1994). İlkokul beşinci sınıflar kullanılarak sınavın ne kadar stres oluşturduğunu ortaya çıkarmak için yapılan bir araştırmada (Baltaş, 1988) sınava hazırlanma ve hazırlanmamaya bağlı olarak ortaya çıkan bulgular ve stres faktörü incelenmiş ve kaygı puanlarının sınava hazırlananlarda değil, hazırlanmayanlarda fazla olduğu görülmüştür.

Genel yordanma duygusu değerlendirildiğinde “kuruntu” (worry) ve “duyussallık” (emotionality) olarak bir birinden farklı iki boyutu olduğunu ifade etmiştir: Kuruntu kısmı; yordanma halinin düşünsel yönüdür. Problemin sonuçlarını tahmin etmek, yetkin olmak için var olan yeterliliklerine binaen inançsız olma ile ilgili kendi kendisiyle konuşmaları oluşturur. Duyussallık kısmı; Değerlendirme mevcut durumda problem ile alakalı fiziksel semptomları, hızlı kan pompalanması, ter atma, kanın başına hücum etmesi, renk gitmesi, karın ağrısı gibi fiziksel yaşantıları ifade eder (Liebert ve Morris, 1970). Sınav kaygısının bilişsel yönünü anlatan bir çalışmada insanın yordanma durumunda başaramayacağı, potansiyelini ortaya koyamayacağı, sorunu halledemeyeceğine karşı düşüncesi ile böyle karşılığı olmayan fikirlerle konsantrasyonunun bozulmasına yol açan bir durum olarak ifade edilmiştir (Güler ve Çakır, 2003). Sınavlarla yordanmanın akademik duruma müdahalesini değerlendiren araştırmalarda, sınav kaygısı yüksek olan ergenlerin sınavı zor bir durum olarak görmeleri, dikkatlerini sınav üzerinde yoğunlaştıramamaları ve sınav sırasında düşük performans sergilemeleri nedeniyle sınavda başarısız oldukları gözlenmiştir (Hanımoğlu ve İnanç, 2011). Başka bir çalışmada sınavların yordanmasının kaygının akademik performans düzeyini olumsuz etkilediği ve ergenlerin mevcut olan yetkinliklerini ortaya koymadıkları ortaya koymuştur (Koçkar ve ark., 2002). Çalışmamızda da benzer şekilde “Zihinsel tepkiler” ile “genel sınav kaygısı” arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Çalışmamızda; öğrencilerin zihinsel tepkiler puanları sınıf değişkeni anlamlı bir farklılık göstermiştir. Sekizinci sınıf ve 12. sınıf öğrencilerinin zihinsel tepkiler puanları diğer sınıf ortalamalarına göre daha yüksek çıkmış ve yine 8. sınıf ve 9. sınıf öğrencilerinin kaygı puanları diğer sınıflardaki öğrencilerin kaygı puanlarından daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuç sınav senesinde olan öğrencilerin üst öğrenime devam etmesi sürecinin yaklaşması, dolayısıyla geleceği için büyük önem taşıyan bir yordama sürecinden geçecek olduğunu bilmesi sonucu öğrencilerin zihinsel kaygılarının arttırması ile ilgili olabilir.

Çalışmamızda öğrencilerin bedensel tepkiler puanları cinsiyet ve ailenin ekonomik değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bedensel tepkiler ile ilgili kaygılar ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişki diğer değişkenlere göre yüksek çıkmıştır. Sınav kaygısının bedensel tepkiler alt boyutuna göre erkeklerin bedensel tepkileri kadınlardan daha yüksek çıkmıştır. Pek çok çalışma sonucuna bakıldığında sınav kaygısının erkeklere oranla kadınlarda daha yüksek olduğu görülmektedir (Alyaprak, 2006; Gierl ve Rogers, 1996). Aynı yönde sonuçların elde edildiği bir başka değerlendirme de erkek ergenlerin kadın ergenlere kıyaslandığında daha çok duyussallık (fiziksel semptomlar), kadınların ise erkek ergenlerle kıyaslandığında daha çok kuruntulu (zihinsel semptomlar) durumları olduğunu ifade edilmiştir (Mush ve Bröder, 1999).

Ailenin ekonomik durumu değişkenine göre düşük gelir düzeyine sahip öğrencilerin daha yüksek gelir düzeyine sahip olan öğrencilere göre yeterince hazırlanamamakla ilgili kaygı puanları, bedensel tepkiler puanları ve genel sınav kaygısı puanları daha yüksek çıkmıştır. Benzer çalışmalarda ailenin gelir düzeyi azaldıkça sınav kaygısı puanlarının arttığı bulunmuş, sosyo-ekonomik düzeylerini yeterli olarak algılamayan öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeylerini yeterli olarak algılayan öğrencilerden daha fazla sınav kaygısı yaşadığını saptanmıştır (Alyaprak, 2006; Civil, 2008). Bu bulgumuz düşük gelir düzeyi ortamında büyüyen öğrencilerde sorumluluk algısının daha yüksek olması ile açıklanabilir.

Kuruntu; sınav kaygısının bilişsel yönüdür. Başarısızlığın durumunu değiştirmek, performansı artırmak için var olan yeterlilikleri durumunda kuşkuya sebep olmak ile ilgili içsel mekanizmaları oluşturur (Liebert ve Morris, 1970). Sınav kaygısının oluşmasında sebep olan özellikleri bulmak için yapılan bir çalışmada sınav kaygı düzeyinin %29.3 çıkan bedensel heyecanlanmadan, %28.34 gerçek dışı rahatsızlıktan(kuruntu) etkilendiği belirlenmiştir (Galassi ve ark., 1981). Çalışmamızda da benzer şekilde ‘‘Bedensel tepkiler’’ ile ‘‘Zihinsel Tepkiler’’ ve ‘‘Genel Sınav Kaygısı’’ arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Çalışmamızın bir diğer bulgusu 8. sınıf ve 9. sınıf öğrencilerinin genel sınav kaygısı puanlarının diğer sınıfların ortalamalarına göre daha yüksek olmasıdır. Ortaokul öğrencileriyle yürütülen benzer bir çalışmada öğrencilerin okuma kaygılarının ve akademik özyeterliliklerinin sınıf değişkenleri açısından farklılaştığı tespit edilmiştir. 5.6.7. ve 8. sınıf öğrencilerinin dahil olduğu bu araştırma sonucunda en düşük akademik puanı özyeterlilik ve en yüksek okuma kaygı puanı 8. sınıf öğrencilerinde görülmüştür(Arslan, 2017) . Ergenlik dönemindeki kişilerin kendileri ve çevreleriyle sert bir rekabet çatışması yaşadıkları düşünüldüğünde sınav kaygılarında artış olması sürpriz bir sonuç değildir.

Çoğu zaman öğrenciler ve aileleri mevcut sınavları hayatın dönüm noktası olarak değerlendirmektedir. Bazıları öğrenciler gireceği sınavdaki başarı düzeylerini genelleyerek o anki durumu kişiliği ile bağdaştırma eğilimindedir. Yani değerlendirmede başarılı olup olmaması onun kişiliğinin değerli olup olmaması anlamına gelir. Sınav kaygısı aniden ortaya çıkan anlık durum değildir. Yani sınav kaygısı öğrencilerin değerlendirilmelerinden çok önce bireyde oluşmaktadır. Bu nedenle sınav kaygısının oluşması beklenilmeden okulda çalışan psikolojik danışmanları bu kaygı türüyle ilgili risk oluşturan öğrencilerle önleyici rehberlik çalışmaları yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

ALYAPRAK, İ., (2006), Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerde Sınav Kaygısını Etkileyen Faktörlerin incelenmesi. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, s.93-96(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi).

ARSLAN, D.A. (2017), Ortaokul Öğrencilerinin Okuma Kaygıları Ve Akademik Özyeterlilik İnançlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. E-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi, 4(3), s.30-44.

BALTAŞ, Z. (1988), ‘‘Aile, Çocuk ve Boşanma Üzerine’’, Aile ve Çocuk Dergisi, İstanbul, s.184

BECK, A.T., EMERY, G. (2011), Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler, Çev: Veysel Öztürk, Litera Yayıncılık, İstanbul, s.271-272

BİLDİK, T. (2007), Sınav Kaygısı, İlya Yayınevi, İzmir, s.26.

BİRENBAUM, M., NASSER, F. (1994), On the Relationship between Test Anxiety and Test Performance, Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 27(1), 293-301.

CİVİL, Ş. (2008), İstanbul Anadolu Yakası Kadıköy İlçesinde Bulunan Resmi ve Özel İlköğretim 8.Sınıf Öğrencilerine Uygulanacak Olan OKS Sınavının Öğrenciler Üzerinde Oluşturduğu Sınav Kaygısının İncelenmesi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, s.74.

CÜCELOĞLU, D. (2006), İnsan ve Davranışı, Remzi Kitabevi, İstanbul, ,s.296.

ÇAPULCUOĞLU, U. ve GÜNDÜZ, B. (2013), Öğrenci Tükenmişliğini Yordamada Stresle Başa Çıkma, Sınav Kaygısı, Akademik Yetkinlik ve Anne-Baba Tutumları, Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 3(1), s.201-218.

GALASSI, J. P., FRIERSON, H. T., SHARER, R. (1981), Behavior of high, moderate, and low test anxious students during an actual test situation, Journal of Consulting and Clinical Psychology, 49(1), s.51-62.

GİERL, M., ROGERS, T., (1996), "A confirmatory factor analysis of the Test Anxiety Inventory using Canadian high school students", Educational and Psychological Measurement, 56(2), s.315-324

GÜLER, D., ÇAKIR G. (2013), "Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi", Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(39), s.82-94

HANIMOĞLU E., İNANÇ B.Y. (2011), "Seviye Belirleme Sınavına Girecek Olan İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinde Sınav Kaygısı, Mükemmeliyetçilik Ve Anne-Baba Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20(1), s.351-366

KOÇKAR, A. İ., KILIÇ, B. G., ŞENER, Ş. (2002), İlköğretim öğrencilerinde sınav kaygısı ve akademik başarı. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 9(2), 100-103.

KUTLU, O. ve BOZKURT M.C.(2003), Okulda ve Sınavlarda Adım Adım Başarı, Çizgi Kitabevi, Konya, s.209-211.

LİEBERT R.M., MORRIS, L.W. (1970) , "Relationship of cognitive and emotional of test anxiety to physiological arousal and academic performance", Journal of Consulting and Clinical Psychology, 35(3), s.332-337

MALKAV, E. (2016), Sınav Döneminde Ergenlerin Kaygıları Üzerine..., <http://www.milliyet.com.tr>

MAY, R., Sınav Kaygısı, <http://www.psikiyatri.org.tr>.

MUSCH, J., BRÖDER, A. (1999), "Test Anxiety versus Academic Skills, A comparison of two alternative models for predicting performance in a statistics exam", Br J Educ Psychol, 69(1), s.105-106

ÖNER, N. (1990), Sınav Kaygısı Envanteri El Kitabı, Yükseköğretimde Rehberliği Yayma Vakfı, İstanbul, s.1.

ÖNLER, N. (1972), Kaygı ve Başarı, Hacettepe Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi, Ankara, 2, s.151-163.

ŞAHİN, H., GÜNAY, T., & BATI, H. (2006). İzmir ili Bornova ilçesi lise son sınıf öğrencilerinde üniversiteye giriş sınavı kaygısı. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 15(6), 107-113.

YILDIRIM, İ., ERGENE, T. (2003), Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Yordayıcısı Olarak Sınav Kaygısı, Boyun Eğici Davranışlar Ve Sosyal Destek, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 25, s.224-234

YÖRÜKOĞLU, A. (1985), Gençlik Çağı, Ankara, İş Bankası Kültür Yayınları, s.119.