



*The Journal of Academic Social Science Studies*

**JASSSS**

*International Journal of Social Science*

Doi number:<http://dx.doi.org/10.9761/JASSS3293>

Number: 44 , p. 431-441, Spring II 2016

**Yayın Süreci**

Yayın Geliş Tarihi / Article Arrival Date - Yayınlanma Tarihi / The Published Date

23.01.2016

31.03.2016

## ÜNİVERSİTE SINAVINA HAZIRLANAN ERGENLERDE SINAV KAYGISININ İNCELENMESİ

*EXAMINATION OF THE UNIVERSITY ENTRANCE EXAM TEST ANXIETY IN ADOLESCENTS*

*ADOLESCENTS*

*Öğrt. Dilek DEMİRCİ*

*MEB Fen Bilgisi Öğretmeni*

*Prof. Dr. Aynur BÜTÜN AYHAN*

*Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Bölümü*

### **Öz**

Üniversite Giriş Sınavı ülkemizde liseden üniversiteye geçiş aşamasındaki ergenlerin hayatında oldukça kritik bir öneme sahiptir. Artık bir sınav çağı içinde yaşamaktayız ve insanların hayatları hakkında sınavlardaki başarısına göre karar verilmektedir. Ergenler ailesel, çevresel, bireysel ve eğitim-öğretim sistemi ile ilgili nedenlerden dolayı kendilerini kaygı yaratıcı bir ortamda bulurlar. Bu araştırma üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin sınav kaygısını belirlemek ve sınav kaygısını etkileyen çeşitli değişkenleri ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Araştırma; Ankara il merkezinde dershaneye devam eden on yedi-yirmi bir yaş aralığın da 236 kız, 238 erkek olmak üzere toplam 474 ergen üzerinde yürütülmüştür. Araştırmada ergenlerin kaygı düzeyleri Spielberger (1980) tarafından geliştirilen Öner (1990) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Sınav Kaygısı Envanteri" ile değerlendirilmiştir. Buna ek olarak demografik değişkenler için de araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Araştırma da anket tekniği kullanılmıştır. Anket sorularına verilen cevaplar SPSS istatistik programına girilmiştir. Araştırma sonucunda ergenlerin sınav kaygılarında cinsiyet, algılanan anne baba tutumu, ders çalışmak için ayrılan süre, sınava girerken kaygılanma durumu değişkenlerinin anlamlı fark yarattığı belirlenirken, liseden mezun olup olmama durumu, öğrenim görülen lise türü değişkenlerinin ise ergenlerin sınav kaygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı belirlenmiştir. Sınav kaygısı açısından kız ergenlerin erkeklere oranla daha çok sınav kaygısı duydukları görülmüştür. Öte yandan ebeveynlerin tutumları sınav kaygısını etkileyen önemli bir nedendir.

**Anahtar kelimeler:** Sınav Kaygısı, Ergen, Üniversite

### **Abstract**

The University Examination is a critical turning point in adolescents life during the transition period from high school to university in Turkey. We are living in a century of examinations and they also decide about their lives according to their successes in these examinations Because of parental, environmental, individual and educational reasons, the adolescents find themselves in anxious situation. The aim of this research is to analyze test anxiety in adolescents who cram for the university exam and to put forward diverse variables affecting test anxiety. The research has examined 236 girls and 236 boys aged between seventeen to twenty-one, in total, 474 adolescents

who have been registered for a training center in the city center of Ankara. The evaluation tool used for this research is "Test Anxiety Inventory" developed by Spielberger (1980) and adopted into Turkish cases by Öner (1990). In addition to this, for the demographic variables, a Personal Information Form was prepared and applied by the researcher. In this research, questionnaire technique is employed, and the responses to the questions are processed by statistical software, SPSS. Results of the research have shown that the variables; gender, perceived parental attitude, time spared for studying and anxiety before the test are significant in the degree of test anxiety in adolescents. However, the following variables; the level of education (whether the adolescents graduated from high school or not), type of the high school do not create a significant difference in the degree of test anxiety in adolescents. The research shows that the girls have higher test anxiety than the boys. On the other hand, parents' attitudes and behaviors are the other factors effecting exam anxiety.

**Key words:** Test Anxiety, Adolescent, University

## GİRİŞ

Ergenlik dönemi kişinin, biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal değişimlere uğradığı çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemidir. Ergenlik döneminde yaşanan kimlik karışıklığı ile birlikte bu dönemde ergen hem sosyal çevresinde kendine yer edinmeye çalışırken hem de kendisiyle ilgili bireysel hedeflerini oluşturup gerçekleştirmek istemektedir. Karmaşık ve zorlu bir dönemle birlikte, bir başka zorluk olan başarılı olma gerekliliği, çevre ya da aile baskısı, gelecek anksiyetesi gibi zorlukların yaşanabildiği bir dönem olan üniversiteye hazırlık sürecinde, ergenlerde kaygının düzeyi artmaktadır. Kaygı, bireyin kendini tehdit altında hissettiği çeşitli durumlar karşısında ortaya çıkan sıkıntı, endişe ve bunalma duyguları ile birlikte bazı bedensel tepkilerin oluştuğu bir durumdur. Yüksek sınav kaygısı hayatı olumsuz yönde etkilemektedir (Ekşi, 1990; Günay vd., 2008; Yavuzer, 2007).

Dünyada genç nüfusu en fazla olan ülkelerden biri olan Türkiye'de eğitim sistemi sınav odaklı olduğundan, öğrencinin üniversiteye girmesi hayatının en önemli hedefi haline gelmektedir. Standartlara bağlı ölçümlerin eğitime uygulanmasıyla önemli sonuçları öğrenciler için kritik olan önemli sınavlar okul itibarını ve öğrencilerin başarısını ölçmenin temel metodu haline gelmiştir Dünyanın hemen her yerinde birçok insanın hayatı, yalnızca sınavlarla etkilenmekle kalmamakta, sınavlardaki başarılarına karar verildiği için bütün öğretim kademelerinde sınav sonuçları çok önemlidir (Hasson ve Embse, 2012).

Ergenlerin üniversite sınavına girerek meslek edinme sürecinde belirleyici bir adım atıyor olmaları, bu sürecin yaşandığı ergenlik döneminin dinamikleri açısından da önem kazanır; ergenlik dönemi bireyin meslek için hazırlandığı bir dönemdir (Bacanlı ve Sürücü, 2006).

Bu dönemde sınav kaygısı, fiziksel ve psikolojik sorunlara yol açar. Yüksek sınav kaygısı ergenin motivasyonunu, konsantrasyonu ve verimli çalışması engelleyerek başarısını düşürmektedir (Trifoni ve Shahini, 2011; Torabi vd., 2015).

Sınav kaygısını yaş, cinsiyet, anne baba yaklaşımları, sosyoekonomik durum, kardeş sayısı ve çocuğun başarı durumu gibi değişkenlerin etkilediği ifade edilmektedir (Alisinanoğlu ve Ulutaş 2003). Yapılan araştırmalarda (Alyaparak, 2006; Bacanlı ve Sürücü, 2006; Başoğlu, 2007; Başkal, 2009; Çankaya, 1997; Eraslan, 2010; Şahin, Günay ve Batı, 2006) kızların kaygı düzeyleri erkeklerin kaygı düzeylerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kaygının oluşmasında anne babanın çocuğa karşı takındığı tutum, kardeş sayısı çok ekonomik düzeyi yetersiz olan ailelerdeki çocukların ihtiyaçlarının karşılanamaması, anne babanın öğrenim düzeyi ve mesleği etki etmektedir (Yavuzer, 2007; Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003). Bunlar dışında eğitimde uygun olmayan yöntem-teknipler, ev ve okul arasında işbirliğinin yapılmaması da sınav kaygısına etki etmektedir (Ahmed, 2015).

Ders yükü ile ilgili algılar, zaman yönetme becerileriyle birlikte ders çalışmak için ayrılan süre, liseden mezun olma durumu, öğrenim görülen lise türü gibi değişkenlerde sınav kaygısını etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu düşünceden hareketle araştırma da üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin sınav kaygısını incelemek, sınav kaygısını etkileyen bazı değişkenleri belirlemek amaçlanmıştır.

## MATERYAL VE YÖNTEM

Bu araştırma üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin sınav kaygısını incelemek, sınav kaygısını etkileyen bazı değişkenleri belirlemek amacıyla yapılmıştır.

### Araştırma Modeli

Bu araştırma betimsel bir çalışmadır.

Betimsel araştırmaların mevcut olayların daha önceki olay ve koşullarla ilişkilerini dikkate alarak, durumlar arasındaki etkileşimi açıklamaya çalışan, olayların, objelerin, varlıkların, kurumların, grupların ve çeşitli alanların ne olduğunu betimleyen araştırmalar olduğu vurgulanmaktadır (Kaptan, 1995).

#### **Araştırmanın çalışma grubu**

Araştırmanın çalışma grubunu 2012-2013 eğitim-öğretim yılında Ankara il merkezinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı dershanelerde üniversite sınavına hazırlanan 17-21 yaş arasında olup yaş ortalaması 18 olan herhangi bir engeli olmayan araştırmaya katılmaya gönüllü olan lise son sınıf ve mezun öğrenciler oluşturmuştur. Araştırmaya altı farklı dershaneye devam eden farklı bölüm türlerindeki lise son sınıf ve liseden mezun olan 236 kız ve 238 erkek olmak üzere 474 ergen dahil edilmiştir.

#### **Veri toplama araçları**

Araştırmada, ergen ve ailesine ilişkin demografik bilgiler araştırmacı tarafından hazırlanmış olan "Genel Bilgi Formu" ile toplanmıştır. Ergenlerin sınav kaygısını belirlemek amacıyla ise Spielberg (1980) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlanması ve geçerlik ve güvenilirlik çalışması Öner (1990) tarafından yapılan "Sınav Kaygısı Envanteri" kullanılmıştır.

*Sınav kaygısı envanteri:* Sınav Kaygısı Envanteri, Spielberger (1980) tarafından geliştirilmiş, Öner tarafından 1990 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır. Sınav Kaygısı Envanteri tek sayfalık bir soru ve yanıt formundan oluşmuştur. Yönergeyi de içeren bu formda 20 cümlelik soru maddesi ve maddelerin sağ tarafında dört seçeneikli yanıt şıkkı bulunmaktadır. Bu yanıtlar Hiçbir zaman (1), Bazen (2), Sık sık (3), Hemen her zaman (4) şeklinde sıralanmaktadır. Ankete yanıt verenler, sınavdan önce sınavda veya sınavdan sonra yaşadıkları olumsuz duyguların derecesini bu seçeneklerden birini işaretleyerek belirtmişlerdir. İşaretlenen yanıtların ağırlığı 1 ile 4 arasında değişmektedir. Ters yönden yazılmış olan ilk maddenin dışındaki tüm maddelerde "Hiçbir zaman" şıkkının ağırlığı 1'dir ve düşük sınav kaygısını belirtmektedir. Diğer uçtaki "Hemen her zaman" şıkkının ağırlığı ise 4'tür ve yüksek sınav kaygısını göstermektedir (Öner 1990).

*Sınav Kaygısı Envanteri* tüm test puanı için, 20 soruya verilen yanıtların hepsi dikkate alınmaktadır. Her yanıt için ağırlık 1 ve 4 arasında değiştiğinden, en düşük tüm test puanı 20, en yüksek tüm test puanı 80'dir. Maddelerin tümünün işaretlenmesi puan geçerliliği açısından önemli olup değişik uygulama koşullarında yönerge amaca uygun olarak değiştirilebilmektedir. Ölçekten her alt boyuttan ayrı ayrı puanlar ve tümünden toplam puan alınabilmektedir (Öner, 1990).

*Kuruntu Kaygısı Alt Testi;* Kuruntu alt testi, sınav kaygısının bilişsel yönü ile ilgilidir. Bireyin kendisi hakkındaki olumsuz görüşlerini, başarısızlıklarını, beceriksizliklerini kısacası bireyin kendisi ile ilgili içsel konuşmaları oluşturur. Envanterde yer alan 20 maddenin 8 tanesi (2, 3, 4, 5, 8, 12, 17 ve 20) öğrencilerin Kuruntu kaygılarını ölçmeye yönelik olarak geliştirilmiştir. Bu maddelerden elde edilen puanların toplamı, bir öğrencinin kuruntu alt testi ham puanını oluşturmaktadır.

*Duyuşsal Kaygı Alt Testi;* Duyuşsal alt testi, sınav kaygısının duygusal ve heyecansal alt yönü ile ilgilidir. Heyecanın da fiziksel alt yapısını, örneğin hızlı kalp atışları, terleme, mide bulantısı, gerginlik gibi psikolojik temellere dayanan fizyolojik belirtileri ve uygulamaları kapsar (Öner, 1990).

Sınav Kaygısı Envanterinin yapı geçerliğini belirlemek için iki tür (Betimleyici ve Doğrulamalı) faktör analizi çalışması yapılmıştır. Bu çalışmalar sonucunda Sınav Kaygısı Envanterinin Kuruntu ve Duyuşsallık olmak üzere iki boyuttan oluştuğuna karar verilmiştir. Kuruntu boyutunda 8, Duyuşsallık boyutunda ise 12 olmak üzere Sınav Kaygısı Envanterin de toplam 20 madde vardır. Sınav Kaygısı Envanterinin toplam 20 maddesinden alınan puan genel ya da toplam sınav kaygısı düzeyini, Kuruntu alt ölçeğinden alınan puan Sınav Kaygısı Kuruntu düzeyini, Duyuşsallık alt ölçeğinden alınan puan ise; Sınav Kaygısı Duyuşsallık düzeyini ölçmektedir. Sınav Kaygısı Envanterinin Türkçe çevirisi, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Öner tarafından yapılmıştır. Öner (1990), ölçeğin tüm test için Cronbach Alpha ( $\alpha$ ) değeri 0.87 olduğunu belirtmiş olup ölçeğin test tekrar test güvenilirlik katsayılarının tüm test için 0.90 ile 0.70 arasında değiştiğini vurgulamıştır.

Bu çalışmadaki yer alan n= 474 ergen için Sınav Kaygısı Envanterinin güvenilirliğini belirlemek için Cronbach Alpha( $\alpha$ ) iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Duyuşsal alt boyutu için güvenilirlik katsayısı  $\alpha=0,891$ , kuruntu alt boyutu için güvenilirlik katsayısı  $\alpha=0,822$  olarak belirlenmiştir. Ölçek alt boyutlarının (kuruntu ve duyuşsal) oldukça güvenilir olduğu ve toplam ölçeğin ise yüksek bir güvenilirliğe sahip olduğu görülmektedir.

#### Verilerin analizi

Araştırmada uygun istatistiksel yöntemlerin belirlenebilmesi amacıyla öncelikle normallik analizleri yapılmıştır. Basıklık-Çarpıklık Katsayısı sonuçlarına göre Sınav Kaygısı Envanteri ve alt boyutlarından elde edilen değerlerin anlamlı olduğu ( $p<0,01$ ) ve Sınav Kaygısı Envanterinden elde edilen puanların normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Sınav Kaygısı Envanteri ve alt boyutlarından elde edilen puanlarla karşılaştırmalar yapılırken, normal dağılım varsayımı sağlanamadığından non-parametrik testlerden "Mann Whitney U Test, Kruskal Wallis Test" yapılması uygun bulunmuştur (Büyüköztürk, 2003; Kalaycı, 2005).

Çalışma grubunu oluşturan ergenlerin öğrenim gördüğü lise türü, algılanan anne ve

baba tutumunun ergenlerin sınav kaygısı üzerinde anlamlı farklılık yaratıp yaratmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis Testi, cinsiyet, liseden mezun olma durumu, ailenin meslekler konusunda yönlendirme durumu, ergenlerin dersane dışında ders çalışmak için ayırdığı süre, ergenlerin özel ders alma durumu ve ergenlerin sınava girerken kaygılanma durumu için ergenlerin sınav kaygısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık yaratıp yaratmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U Testi yapılmıştır.

#### BULGULAR

Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin sınav kaygısını incelemek, sınav kaygısını etkileyen bazı değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan çalışmada elde edilen bulgulara ait tablolar, ilgili literatürle desteklenerek tartışılmıştır.

Ergenlerin cinsiyet, liseden mezun olma durumu, ergenlerin algıladıkları anne baba tutumu, ergenlerin ders çalışma süresi, ergenlerin dersane dışında ders çalışma süresi ve sınava girerken kaygılanma durumuna göre sınav kaygısı ölçeği alt boyutlarına ait puan ortalamaları, standart sapmalar ve varyans analiz sonuçları verilmiştir.

**Tablo 1:** Ergenlerin cinsiyete göre sınav kaygısı puan ortalamaları, standart sapmaları ve Mann Whitney U sonuçları

Ergenlerin Cinsiyeti	n	$\bar{X}$	Ss.	Sıra Ort.	U	P
Kız	236	44,59	10,80	263,48	19987	0,000**
Erkek	238	39,68	12,39	202,91		

\*\* $p<0,01$

Tablo 1 incelendiğinde üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin cinsiyete göre sınav

kaygısı puanlarında (U =19987;  $p<0,05$ ) anlamlı fark olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 2:** Ergenlerin liseden mezun olma durumuna göre sınav kaygısı puan ortalamaları, standart sapmaları ve Mann Whitney U sonuçları

Lise'den Mezun Olma	n	$\bar{X}$	Ss.	Sıra Ort.	U	P
Lise Son	278	42,08	11,93	232,59	26011,0	0,936
Mezun	196	42,17	11,82	233,6		

$p>0,05$

Tablo 2 incelendiğinde ergenlerin puan ( $\chi^2=26011,0$ ;  $p>0,05$ ) ortalamalarında liseden

mezun olup olmama durumunun anlamlı bir farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

**Tablo 3:** Ergenlerin öğrenim gördüğü lise türüne göre sınav kaygısı puan ortalamaları, standart sapmaları ve Kruskal Wallis test sonuçları

Lise türü	n	$\bar{X}$	Ss.	Sıra Ort.	Sd	H	P
Genel Lise	295	42,20	11,43	235,41			
Anadolu Lise	119	41,70	12,32	225,61			
Fen Lisesi	14	41,29	11,09	229,54	4	0,839	0,933
Meslek Lise	29	43,31	13,31	246,16			
Diğer*	17	42,24	15,23	222,24			

p&gt;0.05

\* Kız meslek lisesi, Endüstri meslek lisesi, İmam hatip lisesi, Anadolu ticaret lisesi, Özel lise/kolej

Tablo 3 incelendiğinde ergenlerin puan ortalamalarında (H=0,839; p&gt;0,05) ergenlerin

öğrenim gördüğü lise türünün anlamlı bir farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

**Tablo 4:** Ergenlerin algıladıkları anne tutumuna göre sınav kaygısı puan ortalamaları, standart sapmaları ve Kruskal Wallis test sonuçları

Anne tutumu	n	$\bar{X}$	Ss.	Sıra Ort.	Sd	H	P
Otoriter tutum	44	44,12	12,47	263,63			
İlgisiz tutum	27	39,19	10,77	196,31			
Dengesiz ve kararsız tutum	30	46,40	11,57	283,53			
Koruyucu tutum	65	42,48	11,87	233,60	5	15,07	0,01*
Mükemmelliyetçi tutum	37	45,67	11,76	276,89			3-6
Güven verici ve demokratik tutum	271	41,07	11,79	219,31			

\* p&lt;0,05 \*\* p&lt;0,01

Tablo 4 incelendiğinde üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin puan ( $\chi^2 =15,07$ ; p<0.05) ortalamalarında algıladıkları anne tutumunun anlamlı fark yarattığı belirlenmiştir.

Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Mann Whitney U

testi sonucunda puanlar arasında farklılığın anne tutumunu güven verici ve demokratik olarak algılayan ergenlerin puan ortalamaları ile anne tutumunu dengesiz ve kararsız olarak algılayan ergenlerin puan ortalamalarından kaynaklandığı belirlenmiştir.

**Tablo 5:** Ergenlerin algıladıkları baba tutumuna göre sınav kaygısı puan ortalamaları, standart sapmaları ve Kruskal Wallis test sonuçları

Baba tutumu	n	$\bar{X}$	Ss.	Sıra Ort.	Sd	H	P
Otoriter tutum	62	41,03	12,30	220,02			
İlgisiz tutum	57	42,57	12,74	237,96			
Dengesiz kararsız tutum	22	46,41	11,38	283,18			
Koruyucu tutum	42	44,00	11,41	248,63			
Mükemmelliyetçi tutum	37	47,62	12,58	290,93	5	14,05	0,01*
Güven verici ve demokratik tutum	254	40,78	11,36	217,42			5-6

\*p&lt;0.05

Tablo 5 incelendiğinde üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin puan ( $\chi^2 = 14,05$ ;  $p < 0,05$ ) ortalamalarında algıladıkları baba tutu-

munun anlamlı fark yarattığı belirlenmiştir.

**Tablo 6:** Ergenlerin dersane dışında ders çalışmak için ayırdıkları süreye göre sınav kaygısı puan ortalamaları, standart sapmaları ve Kruskal Wallis testi sonuçları

Ders çalışma süresi	n	$\bar{X}$	Ss.	Sıra Ort.	H	p
1-2 saat	162	40,56	11,89	216,83		
3-4 saat	233	42,95	11,37	241,40	3,502	0,174
5 saat ve daha fazla	79	42,88	13,07	241,42		-

\* p&lt;0.05

Tablo 6 incelendiğinde ergenlerin dersane dışında ders çalışmak için ayırdıkları za-

man puan ( $\chi^2 = 3,502$ ;  $p > 0,05$ ) ortalamalarının anlamlı farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

**Tablo 7:** Ergenlerin sınava gireceği zaman kaygılanma durumuna göre puan ortalamaları, standart sapması ve Mann Whitney U testi sonuçları

Kaygılanma durumu	N	$\bar{X}$	Ss.	Sıra Ort.	Sd	H	P
Evet	185	47,05	10,76	292,04	2	62,30	0,00**
Hayır	90	37,16	14,17	169,07			1-3
Bazen	199	39,88	10,06	206,74			2-3

\*\* p&lt;0,01

Tablo 7 incelendiğinde ergenlerin sınava gireceği zaman kaygılanma durumunun puan ( $\chi^2 = 62,30$ ;  $p < 0,05$ ) ortalamalarında anlamlı farklılık yarattığı görülmektedir.

### TARTIŞMA

Sınav kaygısı öğrenciler için önemli bir sorundur. Yapılan araştırmalarda (Peleg-Popko, 2004) sınavlar bireyin kariyer seçimini ve gelecek fırsatlarını etkiliyorsa büyük oranda kaygı yaratmaktadır. Sınav kaygısını oluşturan faktör-

leri inceleyen araştırmalarda (Kavakçı vd., 2010; Mc Donald, 2001) ergenlerin geçmiş deneyimleri ve inançlarının etkili olduğu belirlenmiştir. Toplumda en geç ve en son değişen öğeler toplumsal değer yargıları, inançlar ve tutumlardır. Toplumun ve ailenin geleneksel yapısı da kız ergenlerde baskı yaratabilmekte, onlardan beklenen roller sınav kaygısını arttırabilmektedir. Yapılan çeşitli araştırmalarda (Alyaprak, 2006; Bacanlı ve Sürücü, 2006; Başoğlu, 2007; Başkal, 2009; Çankaya 1997; Eraslan 2010; Martin 1997;

Şahin, Günay ve Batı, 2006; Bonaccio ve Reeve, 2010; Erzen ve Odacı, 2014) kız ergenlerin sınav kaygılarının erkek ergenlerden yüksek olduğu belirlenmiştir

Toplumumuzda daha doğuştan erkek çocuğu, kızıdan farklı tutulmakta ve bu toplumsal tutum kız çocuğunun yaşantısı boyunca zaman zaman büyük bir sorun haline gelebilmektedir. Aile içi toplumsallaşma sürecinde kız çocukları daha fedakar, itaatkar, sorumluluk sahibi yetiştirilirken; erkek çocuklar daha bağımsız, özgüveni yüksek yetiştirilmektedir. (Ekşi, 1982; Akt: Aslan ve Cansever, 2007). Bundan dolayı kız ergenler her konuda olduğu gibi sınavlarda da kendilerine daha fazla sorumluluk yüklediğini düşünüyor olabilirler. Kız ergenler bu yükün ağırlığı nedeniyle daha fazla sınav kaygısı yaşayabilir. Kız ergenlerin sınav kaygısının yüksek olması daha duygusal yapıya sahip olması gibi bireysel faktörlerden kaynaklanabilir. Bu nedenle kızların duygusal yapısı hayatının her önemli anında etkili olduğu gibi sınavlarda da kaygısını arttırabilir. Kabalıcı (2008) araştırmasında sınav kaygısının cinsiyet ile ilişkisinde kız öğrencilerin sınav kaygısı düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu, ayrıca sınav kaygısının erkek öğrencilerde kuruntu ve düşük başarı ile ilişkiliyken, kız öğrencilerde duyusallık boyutuyla ilişkili olduğu belirtilmiştir. Yani kız öğrencilerin sınav kaygısı durumunda daha fazla fiziksel tepki göstermeleri biyolojik nedenlerden de kaynaklanabilir. Şanlı ve Oskay (2015) araştırmalarında kız öğrencilerin yüksek sınav kaygısının biyolojik nedenlerle yakından ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır.

Ekici (2005), Hevedanlı ve Ekici (2011) ergenlerin sınav kaygısına yönelik araştırma sonucunda lise son sınıfta bulunan ergenlerle mezun durumda bulunan ergenlerin üniversite sınavına karşı tutumlarıyla sınav kaygı düzeylerinin birbiriyle pozitif bir ilişki gösterdiğini ifade etmektedir. Çakmak (2007) çalışmasında okul türleri ile öğrencilerin bilişsel sınav kaygıları arasında okul türleri arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmadığını belirlemiştir. Ekici (2005) yaptığı araştırma da ÖSS'ye yönelik tutumlarının kayıtlı veya mezun oldukları lise türüne göre değişmediğini ifade etmektedir. Bu bulgu Çakmak'ın (2007), Hevedanlı ve Ekici (2011),

araştırmasını destekler niteliktedir. Ergenlerin öğrenim gördüğü lise türü ya da mezun olma durumu ne olursa olsun anlamlı farklılığın olmamasının nedeni kaygının psikolojik etkilerinden ergenlerin aynı düzeyde etkilenmeleri ve tüm ergenlerin sınava hazırlanmak için aynı süreçlerden geçecek olmaları ile açıklanabilir.

Anne baba tutumu ve sınav kaygısı arasında ilişkileri inceleyen pek çok araştırmada (Çankaya, 1997; Soylu, 2002) demokratik, otoriter ve ilgisiz ana-baba tutumları ile durumluk ve sürekli kaygı arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca otoriter ve mükemmeliyetçi ana-baba tutumu, öğrencilerin kaygı belirtisini pozitif yönde etkilerken, demokratik ve güven verici ana-baba tutumu öğrencilerin kaygı belirtisini negatif yönde anlamlı düzeyde etkilediği sonucuna varılmıştır. Sınav kaygısı ve aile tutumu ilişkisinin inceleyen diğer araştırmalarda da (Ceral ve Dağ, 2005; Eraslan, 2010; Hanımoğlu, 2010) güven verici tutuma sahip ailelerin çocuklarının kaygı seviyesinin daha az olduğunu göstermektedir. Yılmaz (2007) algılanan ana baba tutumlarına göre akademik başarının en yüksek düzeyde ailesi güven verici tutum gösteren ergenlerde ortaya çıktığı bulgusu annesinin tutumun güven verici olarak algılayan ergenlerde sınav kaygısının daha düşük olması sonucunu desteklemektedir. Mükemmeliyetçilik tutumu ile ilgili yapılan çalışmalarda (Frost vd., 1991; Taşdemir, 2003) ailesel mükemmeliyetçiliğin çocuklarını da doğrudan etkilediğini göstermiştir. Birçok anne babada var olan kendi ulaşamadıklarını çocuklarında gerçekleştirme isteği nedeniyle aşırı baskı uygulaması, çocuğun kaygı düzeyini yükseltir ve sürekli başarısızlıkla yüzleşmesine neden olur. Babasının tutumunu mükemmeliyetçi olarak algılayan ergenler en iyi performansı gösteremediği durumlarda ceza alabileceği düşüncesi yalnızca hedefe ulaştığında kendine güveninin artmasını sağlar. Ancak bu mükemmelliği yakalayamadıklarında, girdikleri sınavlarda kaygıyı daha çok yaşamalarına neden olabilir. Peleg ve Klingman (2002) yaptığı araştırma sonucunda olumsuz aile tutumlarının çocuğun sınav kaygısını artırdığını akademik başarısını düşürdüğü sonucunu bulmuştur. Bu durumda güven verici tutum içinde olan annelerin çocuklarına karşı gösterdikleri kararlı ve destekleyici tutum sınav kaygısını azaltmaktay-

ken, dengesiz ve kararsız tutum sınav kaygısını arttırmaktadır. Bu durum ergenlerin annelerinin nasıl tepki vereceğini bilememelerinden kaynaklanıyor olabilir.

Ergenin sınav kaygısını çok yoğun yaşamaması için ders dışı etkinliklere de zaman ayırması gerekir. Böyle bir tempo içinde olan ergenin sadece sınava odaklı yaşadığı söylenebilir. Bu durumda ergenin sınav kaygısını etkileyen etmenlerdendir. Ayrıca ergenin sınava hazırlanma sürecinde dersane veya okulda uygulanan yoğun ders programlarıyla birlikte verimli ders çalışma yöntemlerinin kullanılmaması da sınav kaygısını arttırabileceği düşünülmektedir. Softa, Ulaş ve Çabuk'un (2015) yaptıkları araştırmada sınava, okul-dersane ile hazırlanan öğrencilerin sınav kaygıları, sınava diğer (sadece okul, kendim çalışıyorum) şekillerde hazırlanan öğrencilerden daha yüksek çıkmıştır. Yapılan diğer araştırmalarda (Efil, 2000; Yılmaz, 1997; Yörükoğlu, 2011) ders çalışma süresinin arttıkça verimliliğin düşmesinden dolayı sınav kaygısının arttığı belirlenmiştir. Kavakçı vd.,(2014) sınava hazırlanırken ek ders yada özel ders almanın da kaygıyı tetiklediği sonucuna varmışlardır.

Ergenin sınav kaygısını arttıran, bunun sonucunda da performansı düşüren ve kaygıyı tetikleyen psikolojik durumlar olabilir. Sınav hazırlığının tam yapılmamış olması, ders ve çalışma yükünün fazla ve süresinin uzun olması, ergenin doğru çalışma stratejilerine sahip olmayarak bu ders yükünün altından kalkamaması, sınav sistemindeki belirsizlikler, ergenin geçmişteki başarı ve başarısızlıkları, ailenin beklentileri ve başkalarıyla yapılan kıyaslamalar, sınavın hayattaki başarının tek kriteri olarak görülmesi ergenin sınav kaygısı yaşamasına sebep olur. Karadeniz (2005) yaptığı araştırmada öğrenciler sınava hazırlanırken karşılarına en çok çıkan engelin "sınav kaygısı" (%70) olduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin %46'sı "sınavı kazanamazsam gelecekte ne yaparım" düşüncesinin kendilerini en çok rahatsız eden düşünce olduğunu belirtmişlerdir. Caurcel ve Castillo, (2014) yaptıkları araştırma sonuçları da kaygı düzeyi düşük öğrencilerin sınavdan önce seçici dikkat ve zihinsel konsantrasyonu daha yüksek düzeyde olduğunu gösterirken sınav kaygı düzeyleri çok yüksek olan öğrencilerin ise dikkat kapasitesinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Birçok araştırma göstermektedir ki, sınav kaygısının

akademik performans ve öğrenci başarısı üzerinde olumsuz etkileri vardır (Shapiro, 2014).

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin sınav kaygısını incelemek, sınav kaygısını etkileyen değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan araştırma sonucunda ergenlerin cinsiyete göre puan ortalamalarında kız ergenlerin puan ortalamasının erkek ergenlerden yüksek olduğu, puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ( $p<0,05$ ) yaratmıştı. Buna göre kız ergenlerin sınav kaygılarının erkek ergenlerden yüksek olduğu bulunmuştur. Ergenlerin öğrenim gördüğü lise türünün, liseden mezun olma durumunun puan ortalamalarında anlamlı farklılık yaratmadığı ( $p>0,05$ ) belirlenmiştir. Ergenlerin algıladıkları anne tutumunun da puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yaratdığı ( $p<0,05$ ) belirlenmiştir. Anne tutumunu dengesiz ve kararsız olarak algılayan ergenlerin sınav kaygısının yüksek; güven verici ya da ilgisiz olarak algılayan ergenlerin sınav kaygısının düşük olduğu sonucuna varılmıştır. Ergenlerin algıladıkları baba tutumu puan ortalamalarında anlamlı farklılık ( $p<0,05$ ) görülmektedir. Araştırma sonucuna göre baba tutumunu mükemmelliyetçi olarak algılayan ergenlerin sınav kaygısının yüksek, baba tutumunu güven verici olarak algılayan ergenlerin sınav kaygısının düşük olduğu bulunmuştur. Ergenlerin sınava gireceği zaman kaygılanma durumu puan ortalamasının istatistiksel olarak anlamlı farklılık yaratdığı ( $p<0,05$ ) saptanmıştır. Ergenlerin dersane dışında çalışmak için ayırdıkları sürenin puan ortalamalarında anlamlı farklılık yaratmadığı ( $p>0,05$ ) belirlenirken ergenlerin sınava gireceği zaman kaygılanma durumu puan ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık yaratdığı ( $p<0,05$ ) saptanmıştır.

Araştırma da elde edilen bulgulara göre üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin anne baba tutumunun, sınava hazırlanma süresinin ve cinsiyetin etkili olduğu göz önüne alındığında bir takım öneriler verilebilir. Sınav kaygısının ortaya çıkmasında ve azaltılmasında aile tutumlarının etkisi önemlidir. Bu doğrultuda ailelere büyük sorumluluklar düşmektedir. Ergenlerin yaşadıkları sınav kaygısının nedenleri, sonuçları ve önlenmesinde aile tutumlarına ilişkin toplanmalar, seminerler düzenlenmelidir. Ergen ile



doğru iletişim kurma teknikleri, arkadaşlık ilişkilerinin etkisi, ergenlik döneminde görülen ruhsal ve fiziksel değişimler konusunda ergenler ve aileler bilgilendirilmelidir. Okullarda ve dershanelerde rehberliğin önemi, sınav kaygısını azaltma yöntemleri ile ilgili öğretmen ve diğer personele hizmet içi eğitim verilebilir. Hem okul ve hem de dershaneye giden ergenlerin okul ve dershanelerin ortak bir tutum içinde olmaları, işbirliği yapmaları sağlanmalıdır. Ergenlerin performanslarını düşürecek kadar ağır ders programları yapılmamalıdır.

Okullarda ve dershanelerde rehber öğretmenlerin sınava hazırlanan ergenlere sınav kaygılarını azaltma yöntemleri, ders çalışma teknikleri, zamanı etkili kullanma ve bireysel özelliklerinin farkındalığı konusunda ergenler bilinçlendirilmelidir. Rehber öğretmenlerin, ergenlerin sınava yönelik olumlu tutum geliştirmeleri, sınav kaygısını azaltmaları için grupla psikolojik danışma ve sistematik duyarsızlaştırma uygulamaları yapmaları sağlanabilir. Kız ergenlerin erkek ergenlere göre sınava yönelik kaygılarının yüksek çıkmıştır. Bu nedenle kız ergenlerin çevrelerinden nasıl etkilendiği, algılamaları, değer yargıları, deneyimleri, fizyolojik özelliklerinin etkileri nitel araştırma yöntemleri kullanılarak araştırılmalıdır. Özellikle kız ergenlere yönelik bireysel ve grup rehberlik çalışmalarının yapılması da uygun olabilir.

Ülkemizde yapılan üniversite giriş sınavında ergenin tüm eğitim-öğretim hayatını, performansını sadece birkaç saate sığdırılmakta ve sınav sonucundan sadece ergen değil, ailesi ve yakınları da çok fazla etkilenmektedir. Ergenlerin üniversite giriş sınavlarına hazırlanma süreçlerinde yaşadıkları zorluklar, psikolojik bunalımlar, fiziksel rahatsızlıklar göz önüne alınmalı, tüm performansları birkaç saate sığdırılmaması önerilmektedir. Bu nedenle sınav sistemi yeniden gözden geçirilmelidir.

#### KAYNAKÇA

- Ahmed, Z. (2015). Pre-exam anxiety among students and its coping mechanism. *RMJ*, 40(2): 233-237.
- Alisinanoğlu, F. ve Ulutaş, İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 28 (128), 65-71.
- Alyaprak, İ. (2006). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav kaygısını etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi (basılmamış)*, Ege Üniversitesi. İzmir.
- Aslan, N., & Cansever, B. A. (2007). Okuldaki Sosyal Etkinliklere Katılımda Ebeveyn Çocuk Etkileşimi Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. *Ege Eğitim Dergisi*, 8(1).
- Bacanlı, F. ve Sürücü, M. (2006). İlköğretim 8.sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları ve karar verme stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Eğitim Yönetimi Dergisi*, 45, 3-7.
- Başkal, S. (2009). Anadolu, fen ve genel liselerde eğitim alan son sınıf öğrencilerinin bir üst öğrenime geçişte meslek seçimi ile ilgili yaşadıkları kaygıların çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (Muğla İli Örneği). *Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.
- Baçoğlu, S. T. (2007). Sınav kaygısı ile özgüven arasındaki ilişkinin erinlik döneminde incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış)*, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Büyüköztürk, Ş. (2003). *Veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Castillo A. and Caurcel, M.J. (2014). State test-anxiety, selective attention and concentration in university students. *International Journal of Psychology Volume 50, Issue 4, pages 265-271, DOI: 10.1002/ijop.12092*
- Ceral, S. ve Dağ, İ. (2005). Ergenlerde algılanan anne baba tutumlarına bağlı benlik saygısı, depresiflik ve genel psikolojik belirti düzeyi farklılıkları. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3p) Dergisi*, 13(4), 233-241.
- Çakmak, G. (2007). Sınav kaygısı, Ümraniye ilçesi farklı tür liselerde okuyan lise son sınıf öğrencileri üzerine bir araştırma. *Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış)*, İstanbul.
- Çankaya, Ö. (1997). Lise son sınıf öğrencilerinde sınav kaygısı, benlik saygısı ve akademik başarı ilişkisi. *Yüksek lisans*

- tezi (Basılmamış), Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Efil, İ. (2000). Zaman yönetimi, Sınıf Yönetimi, (Edit: L. Küçükahmet), s.81-83, Nobel Yayınları, Ankara.
- Ekici, G. (2005). Lise öğrencilerinin öğrenci seçme sınavına yönelik tutumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28, 82-90.
- Ekşi, A. (1982). Gençlerimiz ve Sorunları, İstanbul Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- Ekşi, A. (1990) Çocuk, Genç, Ana babalar. Bilgi Yayınevi: Ankara.
- Eraslan, Y. (2010). Lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygılarının algıladıkları anne baba tutumuna göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), İstanbul.
- Erzen, E., Odacı, H. (2014). Kimler daha fazla sınav kaygısı yaşıyor? Kişisel, akademik ve aileye dayalı bazı değişkenlere göre bir araştırma. International Journal of Human Sciences, 11(2), 401-419. doi: 10.14687/ijhs.v11i2.2849
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. and Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism cognitive therapy and research, 14 (5), 449-468.
- Günay, O., Öncel, Ü. N., Erdoğan, Ü., Güneri, E., Tendoğan, M. ve Uğur, A. (2008). Lise son sınıf öğrencilerinde durumluk ve sürekli anksiyete düzeyini etkileyen faktörler. Sağlık Bilimleri Dergisi, 17, 77-85.
- Hanımoğlu, E. (2010). Seviye belirleme sınavına girecek olan ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinde sınav kaygısı, mükemmeliyetçilik ve anne-baba tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Adana.
- Hasson R, Embse N. (2012). Test anxiety and high-stakes test performance between school settings: Implications for educators, p. 37-41, College of education, Michigan State University, East Lansing, USA.
- Hevedanlı M., Ekici G., (2011). Lise öğrencilerinin öğrenci seçme sınavına (ÖSS) yönelik tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi (Diyarbakır ili örneği). Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, 64-79.
- Kabalıcı, T. (2008). Akademik başarının yordayıcısı olarak sınav kaygısı benlik saygısı ve sosyo-demografik değişkenler. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Ankara.
- Kalaycı, Ş. (2005). SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri. Asil Yayın Dağıtım, Ankara.
- Kaptan, S. (1995). Bilimsel araştırma ve istatistik teknikleri. 10. Baskı, Rehber Yayınevi, Ankara.
- Karadeniz, E. (2005). Üniversite giriş sınavına hazırlanan lise son sınıf öğrencileri ve velilerinin kaygı düzeyleri, baş etme yolları ve denetim odağı arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi (Basılmamış), İstanbul.
- Kavakçı, Ö., Yıldırım, O. ve Kuğu, N. (2010) Travma sonrası stres bozukluğu ve sınav kaygısı için EMDR: Olgu sunumu. Klinik Psikiyatri Dergisi,13, 42-47.
- Kavakçı, Ö., Semiz, M., Kartal, A., Dikici, A., Kugu, N., (2014). Test anxiety prevalence and related variables in the students who are going to take the university entrance examination Düşünen Adam. 27(4): 301-307.
- Martin, M. (1997). Emotional and cognitive effects of examination proximity in female and male students. Oxford Review Of Education, 23(4), 479-486.
- Mc Donald, A.S. (2001). The prevalence and effects of test anxiety in school children. Educ Psychol, 21, 89-98.
- Öner, N. (1990). Sınav Kaygısı Envanteri El Kitabı. YÖRET Vakfı Yayını No:1, İstanbul.
- Peleg, O. ve Klingman, A. (2002). Family environment, discrepancies between perceived actual and desirable environment, and children's test and trait anxiety. British Journal of Guidance & Counselling, 30(4), 451-466.
- Peleg-Popko, O. (2004). Differentiation and test anxiety in adolescents. J Adolesc, 27, 645-662.

- Shapiro, A. (2014). Teaching and Learning in Nursing. A systematic review. Volume 9, Issue 4. Pages 193–202. <http://dx.doi.org/10.1016/j.teln.2014.06.001>
- Softa, H., Ulaş, G., Çabuk, F. (2015) Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı ve Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi. *K. Ü. Kastamonu Eğitim Dergisi* 23 (4), 1481-1494.
- Soylu Ö. (2002). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin ailelerinden sosyal destek algılayıp -algılamama durumlarına göre psikolojik belirtiler yönünden karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Speilberger, C. D. (1980). Manual For-State-Trait-Anxiety Inventory, California: Consulting Psychologists Pressing.
- Şahin, H., Günay, T. ve Batı, H. (2006). İzmir ili Bornova ilçesi lise son sınıf öğrencilerinde üniversiteye giriş sınavı kaygısı. *International Journal of Human Sciences*, 15 (6), 107-113.
- Şanlı, Y., & Oskay, Ü. (2015). Üniversite sınavına hazırlanan kız öğrencilerin sınav kaygıları ile adet sorunları arasındaki ilişki. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 719-731. doi: 10.14687/ijhs.v12i1.3203.
- Taşdemir, Ö. (2003). Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik, sınav kaygısı, benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi (Basılmamış), Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Trifoni, A., Shahini, T. (2011). How does exam anxiety affect the performance of university students. *Mediterranean Journal of Social Sciences* Vol.2, No.2
- Yavuzer, H. (2007), *Çocuk Psikolojisi*. 14. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Yılmaz, H. (1997). Rehberlik ve Psikolojik Danışma. Atlas Kitabevi, Konya.
- Yılmaz, Y. (2007). "Anne-baba tutumları ile ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin okul başarısı ve özerkliklerinin gelişimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi (Basılmamış), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yörükoğlu, A. (2011). *Çocuk Ruh Sağlığı*. Özgür Yayınları. İstanbul.

