

Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi

Examining Predictors of Test Anxiety Levels among 12th Grade High School Students

Deniz GÜLER¹ ve Gülfem ÇAKIR²

Öz: Bu çalışmanın amacı, lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı düzeyleri üzerinde cinsiyetin, akılcı olmayan inançların ve algıladıkları anne-baba tutumlarının rolünü incelemektir. Araştırma, 2011-2012 eğitim öğretim yılında Kilis ilindeki tüm Anadolu liseleri, Anadolu öğretmen liseleri, fen liseleri ve genel liselerin son sınıflarında öğrenimine devam eden 245'i kız, 173'ü erkek olmak üzere toplam 418 öğrenci ile yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında, Akılcı Olmayan İnanç Ölçeği-Ergen Formu, Sınav Kaygısı Envanteri ve Çocuk Yetiştirme Tutumları Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesi bilgisayarda istatistik paket programlarından SPSS'in 17.0 sürümü kullanılarak hiyerarşik regresyon analizi ile yapılmıştır. Hiyerarşik regresyon analizi öncesinde değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon analizi de yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre, hem sınav kaygısı toplam hem de sınav kaygısının kuruntu ve duyusallık boyutu puanlarının en güçlü yordayıcısının akılcı olmayan inançlar olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra, cinsiyetin de sınav kaygısı toplam, kuruntu ve duyusallık puanlarını yordadığı ve kız öğrencilerin sınav kaygısı düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Diğer yandan, araştırma bulgularına göre sadece anneden algılanan sıkı denetim/kontrol tutumunun sınav kaygısı toplam, kuruntu ve duyusallık puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür.

Anahtar Sözcükler: sınav kaygısı, kuruntu, duyusallık, akılcı olmayan inançlar, anne baba tutumları

Abstract: The purpose of this study was to examine the role of irrational beliefs and parental attitudes in predicting test anxiety scores of 12th year high school students. The study sample consisted of 418 students, attending Anatolian high schools, Anatolian teacher high schools, science high schools and general high schools in Kilis in 2011-2012 academic year. Data collection instruments used in the study were Irrational Beliefs Scale – Adolescent Form, Test Anxiety Inventory and Parenting Styles Scale. In data analysis, hierarchical regression analysis were done using SPSS'in 17.0. Before regression analysis, correlation analysis was also done in order to see the relationships among study variables. Results of hierarchical regression analysis revealed that irrational beliefs were the strongest predictor of both test anxiety total and worry subscale and emotionality subscale scores. Further, according to results gender were also significant predictor of test anxiety total and worry and emotionality subscale scores, and female students had higher test anxiety scores compared to male students. In terms of perceived parental attitudes, only perceived control/supervision attitude of mother were the significant predictor of test anxiety total, worry subscale and emotionality subscale scores.

Keywords: test anxiety, worry, emotionality, irrational beliefs, parental attitudes

Dünyada ve ülkemizde yaşanan birtakım toplumsal ve ekonomik değişimler, toplumumuzun üniversite eğitime verdiği önemi giderek artırmaktadır. Ülkemiz şartları düşünüldüğünde bu eğitimi almak isteyenlerin üniversite giriş sınavlarına girmeden bu isteklerini gerçekleştirmeleri mümkün değildir. Bu nedenle üniversite sınavlarına her yıl çoğunluğunu ergenlerin oluşturduğu binlerce kişi girmektedir.

Ölçme, Seçme ve Yerleştirme Merkezi'nin verileri incelendiğinde 2011 yılında üniversite sınavına 1.711.254 aday başvurmuş ancak üniversitelerin toplam kontenjanları dikkate alındığında, başvuru yapanların sadece 759.668'i üniversitelere yerleşme şansına sahip olabilmıştır (ÖSYM, 2011). Bu rakamlara bakıldığında üniversite sınavlarına başvuru yapan kişilerin sadece yarısının üniversite eğitimi

Yazar Notu: Bu çalışma, Yrd. Doç. Dr. S. Gülfem ÇAKIR danışmanlığında hazırlanan birinci yazarın yüksek lisans tez çalışmasından alınmıştır.

¹ Arş. Gör. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, d.guler@ymail.com

² Yrd. Doç. Dr. Akdeniz Üniversitesi, Antalya, glfmcakir@gmail.com

almaya hak kazandığı görülmektedir. Bu başarıyı elde etmek isteyen öğrenciler, lise yıllarında çok çalışmak ve iki milyona yakın akranı ile rekabet ederek yüksek bir puan almak zorundadır (Yıldırım ve Ergene, 2003). Bu koşullar, çoğu ergen için üniversite sınavına hazırlanma sürecini sıkıntılı hale getirmekte ve ergenlerin çeşitli psikolojik sorunlar yaşamalarına yol açmaktadır.

Üniversite sınavlarına hazırlık sürecinde ve sınav anında ergenlerin yaşadığı sorunlardan birisi sınav kaygısıdır. Sınav kaygısı ile ilgili alan yazında önde gelen araştırmacılardan biri olan Spielberger'e (1972) göre sınav kaygısı; formal bir sınav veya değerlendirme durumunda yaşanan, bireyin gerçek performansını ortaya koymasını engelleyen bilişsel, duyuşsal, davranışsal özellikleri olan ve bireyde gerginlik yaratan hoş olmayan bir duygu durumudur (Akt., Yıldız, 2007). Sınav kaygısı, "kuruntu" ve "duyuşsallık" adı verilen iki boyuttan oluşur. Kuruntu, bireyin kendisi hakkındaki olumsuz değerlendirmeleri ve düşünceleridir. Diğer bir ifadeyle, sınav kaygısının bilişsel yönünü ifade eden ve bireyin sınav esnasında yapılması gerekeni yapamayacağına, karşılaştığı sorunu çözemeyeceğine inandığı ve bu gibi olumsuz düşüncelerle dikkatinin dağılmasına neden olan süreçtir. Duyuşsallık ise sınav kaygısının duyuşsal-fizyolojik yönünü oluşturan süreçtir. Bu süreçte hızlı kalp atışları, terleme, kızarma, mide bulantıları, sinirlilik, gerginlik ve benzeri bedensel tepkiler yer alır (Öner, 1990).

Alan yazın incelendiğinde sınav kaygısı ile ilgili çok çeşitli araştırmaların olduğu ve bu konunun güncelliğini koruduğu görülmektedir. Şahin, Günay ve Batı'nın (2006) lise öğrencileri üzerinde yapmış oldukları bir araştırmada öğrencilerin sınav kaygılarının çok yüksek olduğu ve sınavdan çok önce kaygılarının artmaya başladığı görülmüştür. Yıldırım'ın (2007) yaptığı çalışmada da, araştırmaya katılan öğrencilerin % 46'sının sınav kaygılarının çok yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Sınav kaygısının öğrenciler üzerindeki etkilerinin incelendiği başka bir araştırmanın sonuçlarına göre, üniversite giriş sınavına hazırlanan öğrencilerin kaygı düzeyi, genel cerrahi hastalarının kaygı düzeyinden çok daha yüksek bulunmuştur. Bu öğrenciler genellikle "uyku uyuyamadıklarını," "kazanamazlarsa mahvolacaklarını," "yemek yiyemediklerini" ve "hayattan hiç zevk alamadıklarını" belirtmişlerdir (Baltaş, 1992). Ayrıca, yapılan bir çok araştırmada sınav kaygısının akademik başarıyı düşürdüğü ve öğrencilerin gerçek performanslarını göstermelerini engellediği sonucuna ulaşılmıştır (Örneğin, DordiNejad ve ark., 2011; Koçkar, Kılıç ve Şener, 2002; Yıldırım ve Ergene, 2003).

Sınav kaygısının nedenleri ve öğrenciler üzerindeki etkileri ile ilgili araştırma bulgularının yanısıra, sınav kaygısına neden olan faktörleri belirlemek için psikolojik danışma yaklaşımlarından da faydalanılmaktadır. Bu yaklaşımların önde gelenlerinden biri de Albert Ellis tarafından geliştirilmiş olan Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi'dir (ADDT) (Corey, 2008). Bu terapi modeline göre insanlar dünyaya geldikleri ve çevreyi fark etmeye başladıkları andan itibaren dünyaya ilişkin bir takım görüş ve düşünceler geliştirirler. Ellis'e (1984) göre bu görüş ve düşünceler akılcı ve akılcı olmayan inançlar şeklinde gelişir. Akılcı inançlar insanlara hayatta kalabilmek, acıdan uzak durabilmek ve akla uygun bir şekilde mutlu olabilmek gibi çok önemli temel amaçlarını gerçekleştirmeleri için yardım eden görüş ve düşünceler iken; akılcı olmayan inançlar insanların bu temel amaçlarına ulaşmalarını engelleyen yıkıcı görüş ve düşünceler olarak tanımlanabilir.

Ellis, akılcı olmayan inançlardan birisi olan "bir şeyi tehlikeli ya da korkutucu olarak görürsen zihnini bununla meşgul etmeli ve endişe duymalısın" biçimindeki inancın kaygıya yol açtığını belirtmiştir (Ellis, 1963; Akt., Çivitci, 2006). Bunun yanında "Her zaman başarılı olmalıyım.," "İnsanların içinde mahcup ya da küçük düşürülmeye tahammül edemem.," "Herhangi bir durumla başarılı bir şekilde meşgul olmak ve mücadele etmek benim için imkânsızdır." ve "Geleceğin belirsizlik taşımasıyla ilgili üzülmemliyim." gibi akılcı olmayan inançların da kaygıya neden olduğu belirtilmektedir (Bernard, 1984; Akt., Çivitci, 2006). Ülkemizde ve yurt dışında yapılmış çeşitli çalışmalarda da akılcı olmayan inançlar ile kaygı arasındaki ilişkiyi gösteren bulgular elde edilmiştir. Çivitci'nin (2006) ilköğretim öğrencileriyle yapmış olduğu bir araştırmada akılcı olmayan inançlar ile sürekli kaygı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Malouf, Schutte ve McClelland'ın (1992) akılcı olmayan inançlar ile durumluk kaygı arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada da benzer olarak durumluk kaygı ve akılcı olmayan inançlar arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Akılcı olmayan inançlar ile kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların yanısıra, sınav kaygısının akılcı olmayan inançlarla ilişkisini inceleyen araştırmalar da yapılmıştır. Boyacıoğlu ve Küçük'ün (2011) ilköğretim öğrencileri üzerinde yaptıkları bir araştırmada, akılcı olmayan inançların sınav kaygısının önemli bir yordayıcısı olduğu ortaya çıkmıştır. Wong'un (2008) üniversite öğrencileriyle yapmış olduğu bir araştırmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Bu araştırma sonuçlarına göre akılcı

olmayan inançlar, olumsuz otomatik düşünceler, fonksiyonel olmayan tutumlar gibi bazı bilişsel yapılarla sınav kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Yapılan bu araştırmalar akılcı olmayan inançların sınav kaygısına neden olabileceğini göstermektedir.

Öğrencilerde sınav kaygısına neden olan bir diğer etkenin de anne babaların çocuklarına karşı sergiledikleri tutumları olduğu düşünülmektedir. Anne babaların sahip oldukları bu davranış ve tutumlar çocuğun ve ergenin kişiliğini, duygusal ve sosyal gelişimini etkiler (Çetinkaya, 2007; Yavuzer, 2001). Yavuzer (1999), bu konuda yapılan araştırmalarda anne babaların çocuklarına karşı destekleyici ve hoşgörülü bir tutum izlemeleri ile çocukların sağlıklı psiko-sosyal gelişimleri arasında olumlu ilişkiler bulunduğunu belirtmiştir. Diğer yandan, kimi anne-babalar üniversite sınavına hazırlanma sürecinde çocuklarına yönelik tutum ve davranışlarında çocuklarının kaygısını artırıcı yönde etkide bulunurlar. Sınavı ölüm kalım meselesi haline getirerek ya da çocuklarını daha başarılı arkadaşlarıyla ve akrabalarıyla kıyaslayarak bu sınava hazırlanma sürecini olumsuz yönde etkileyebilirler. Bu durumda genç sınava sadece kendisi için değil anne babası ve çevredekiler için girmesi gerektiğini düşünür ve bu durum sınav kaygısının daha da yükselmesine neden olur (Abalı, 2006; Dökmen, 2002).

Thergaonkar ve Wadkar'ın (2007) 15 - 17 yaş aralığındaki öğrencilerle yapmış oldukları çalışmada demokratik ve kabul edici anne baba tutumu ile yetiştirilen çocukların sınav kaygısı düzeylerinin diğerlerine göre daha düşük seviyede olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum anne babaların çocuklarına karşı otoriter, aşırı koruyucu, reddedici tutum gibi olumsuz anne baba tutumlarıyla yaklaştıkları zaman onların sınav kaygılarının artacağını göstermektedir. Türkiye'de yapılan araştırmalarda da anne babaların çocuklarına yönelik geliştirdikleri tutumların onların sınav kaygılarının önemli bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir (Örneğin, Duman, 2008; Yıldız, 2007).

Sınav kaygısının birçok nedeni olmakla birlikte bu çalışmanın odağını üniversite sınavına hazırlanan lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygılarına önemli derecede etkisi olduğu düşünülen akılcı olmayan inançları ve algıladıkları anne-baba tutumları oluşturmaktadır. Alanyazında akılcı olmayan inançların yerine mantık dışı inançlar kavramının da kullanıldığı görülmüştür (Örneğin, Boyacıoğlu, 2010; Çivitci, 2007; Çivitci, 2009; Dilmaç, Aydoğan, Koruklu ve Deniz, 2009). Ancak bu araştırmada akılcı olmayan inançlar kavramı kullanılacaktır. Alanyazında anne-baba tutumları ile sınav kaygısını inceleyen araştırmaların genellikle anne ve baba

tutumlarını birlikte incelediği göze çarpmaktadır. Ancak ailelerde anne ve babanın çocuklarıyla ayrı ayrı ilişkilerinin bulunduğu özellikle sistem yaklaşımını benimseyen birçok kuram açısından vurgulanmaktadır (Goldenberg ve Goldenberg, 2000). Bu nedenle çalışmada anne ve baba tutumları ayrı ayrı incelenecektir. Sınav kaygısı ile ilgili alanyazında sınav kaygısını etkileyen diğer bir değişken ise cinsiyettir (Bacanlı ve Sürücü, 2006; Baştürk, 2007; Eraslan, 2010; Erözkan, 2004; Yıldız, 2007). Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı cinsiyetin, akılcı olmayan inançların ve algılanan anne-baba tutumlarının lise son sınıf öğrencilerin sınav kaygısı düzeylerini ne ölçüde yordadığını görmektir.

Yöntem

Çalışma Grubu

Araştırma kapsamında, 2011-2012 eğitim öğretim yılında Kilis ilindeki tüm Anadolu liseleri, Anadolu öğretmen liseleri, fen liseleri ve genel liselerin son sınıflarında öğrenimine devam eden toplam 429 öğrenciye ulaşılmış ancak 11 öğrenci ölçeklere verdiği yanıtlardaki eksiklikler ve hatalar nedeniyle çalışma grubundan çıkarılmıştır. Sonuçta 245'i (% 58.6) kız, 173'ü (% 41.4) erkek olmak üzere toplamda 418 öğrenci değerlendirmeye alınmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 17.4 olarak hesaplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada; Türküm, Balkaya ve Karaca (2005) tarafından geliştirilen Akılcı Olmayan İnanç Ölçeği-Ergen Formu, Spielberger tarafından geliştirilen, Öner (1990) tarafından Türkçe kültürüne uyarlanan Sınav Kaygısı Envanteri, Sümer ve Güngör (1999) tarafından geliştirilen Çocuk Yetiştirme Tutumları Ölçeği ve cinsiyet ve yaş bilgisinin yer aldığı bilgi formu kullanılmıştır.

Akılcı Olmayan İnanç Ölçeği-Ergen Formu: Akılcı Olmayan İnanç Ölçeği-Ergen Formu, Türküm (2003) tarafından üniversite öğrencileri için geliştirilmiş olan Akılcı Olmayan İnanç Ölçeği'nin lise öğrencilerine uyarlanması ile Türküm, Balkaya ve Karaca (2005) tarafından oluşturulmuştur. Akılcı Olmayan İnanç Ölçeği-Ergen Formu (AOİÖ-E) 16 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte beşli derecelmeye göre işaretleme yapılmakta ve ölçekten 16 ile 80 arasında puanlar alınabilmektedir. Puanların yükselmesi akılcı olmayan inanç düzeyinin yükseldiğini ifade etmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa içtutarlık katsayısı .70 ve iki yarı-test korelasyonu .69 olarak bulunmuştur. Faktör analizi bulguları, AOİÖ-E'nin toplam varyansın %51.30'unu açıkladığını göstermektedir. Ölçeğin uyum geçerliği,

Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği (.47, $p < .01$) ve Otomatik Düşünceler Ölçeği (.85, $p < .05$) kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .63 olarak hesaplanmıştır.

Çocuk Yetiştirme Tutumları Ölçeği: Çocuk Yetiştirme Tutumları Ölçeği (ÇYTÖ), Maccoby ve Martin'in önerdiği boyutlar ile Lamborn ve arkadaşlarının çalışmaları örnek alınarak Sümer ve Güngör (1999) tarafından geliştirilmiş ve yine aynı araştırmacılar tarafından yeni maddeler eklenerek son biçimini almış bir ölçektir. Ölçeğin orijinali kabul/ilgi ve sıkı denetim/kontrol boyutlarının ölçtüğü varsayılan toplam 24 maddeden oluşmaktadır. Daha sonra Güngör (2000) tarafından uygulanan faktör analizi sonucu ölçekteki madde sayısı 22'ye düşürülmüştür. Bu çalışmada 22 maddelik bu form kullanılmıştır. Anne ve baba için ayrı ayrı uygulanan ölçekte çocuk yetiştirme biçimlerinin altında yatan kabul/ilgi boyutunu ölçmek için 11 ve sıkı denetim/kontrol boyutunu ölçmek için 11 madde yer almaktadır. Kabul/ilgi boyutu anne babanın çocuğu kabul etmesini, anlamasını ve çocuğuna gösterdiği sevgiyi ve ilgiyi değerlendirmektedir. Kontrol boyutu, anne babanın çocuğun davranışlarını sınırlandırmasını, izlemesini ve çocukların disipline edilmesini içermektedir (Sümer ve Güngör 1999). Her alt boyuttan alınan toplam puanın yüksekliği, o boyutun ifade ettiği tutumun yüksekliğini ortaya koymaktadır. Çocuk Yetiştirme Tutumları Ölçeğinden boyutlar ve kategorik olmak üzere iki düzeyde bilgi alınabilmektedir. Boyutlar temelinde kabul/ilgi ve sıkı denetim/kontrol; kategorik olarak ise her iki boyutta medyan değerinin üstünde puan alanlar "açıklayıcı otoriter", altında puan alanlar ise "izin verici/ihmkar" anne babalar olarak sınıflandırılmaktadır. Kabul/ilgi boyutunda medyanın üstünde, sıkı denetim/kontrol boyutunda medyanın altında puan alanlar "izin verici/şımartıcı"; kabul/ilgi boyutunda medyanın altında, sıkı denetim/kontrol boyutunda medyanın üstünde puan alanlar ise "otoriter" anne babalar olarak sınıflandırılmaktadır (Sümer ve Güngör, 1999).

Güngör (2000) çalışmasında Çocuk Yetiştirme Stilleri Ölçeğinin güvenirlik ölçümü olarak iç tutarlılık katsayılarını anneden algılanan kabul/ilgi ve sıkı denetim/kontrol boyutu için sırasıyla .81 ve .79; babadan algılanan kabul/ilgi ve sıkı denetim/kontrol boyutu için sırasıyla .91 ve .90 olarak bulmuştur. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı anneden algılanan kabul/ilgi ve sıkı denetim/kontrol boyutu için sırasıyla .89 ve .76; babadan algılanan kabul/ilgi ve sıkı denetim/kontrol boyutu için sırasıyla .88 ve .75 olarak bulunmuştur.

Sınav Kaygısı Envanteri: Sınav Kaygısı Envanteri (SKE), Spielberger ve bir grup doktora öğrencisi tarafından beş yıllık bir araştırma neticesinde ortaya çıkan ve bireylerin kendi kendilerini değerlendirmelerini esas alan psikometrik bir ölçektir. Türk kültürüne uyarlama çalışması Öner (1990) tarafından yapılan SKE'nin yapı geçerliğini belirlemek için betimleyici ve doğrulayıcı faktör analizi çalışması yapılmıştır. Bu çalışmalar sonucunda SKE'nin Kuruntu ve Duyuşsallık olmak üzere iki boyuttan oluştuğuna karar verilmiştir. Kuruntu boyutunda 12, Duyuşsallık boyutunda ise 8 olmak üzere SKE'de toplam 20 madde vardır. SKE'nin toplam 20 maddesinden alınan puan toplam sınav kaygısı düzeyini, Kuruntu alt ölçeğinden alınan puan Sınav Kaygısı Kuruntu düzeyini, Duyuşsallık alt ölçeğinden alınan puan ise; Sınav Kaygısı Duyuşsallık düzeyini ölçmektedir. SKE, dörtlü derecelmeli likert tipi bir ölçektir. Ölçekten 20-80 arasında puan alınmaktadır. Ölçekten her alt boyuttan ayrı ayrı puanlar ve tümünden toplam puan alınabilmektedir. SKE'den alınan puanın yüksekliği sınav kaygısı düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. SKE'nin benzer ölçeklerle de ilişkisine bakılarak geçerliği belirlenmiştir. Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri ile SKE'nin alt ölçeklerinden ve tümünden alınan puanlar arasındaki ilişki katsayıları belirlenmiştir. SKE'nin Kuruntu Duyuşsallık alt ölçekleri ile Sürekli kaygı puanları arasındaki korelasyonlar sırasıyla; .45 ile .60 ve Durumluk kaygı puanları ile korelasyonları sırasıyla; .39 ile .70 arasında değişmiştir. SKE'nin güvenirliğini belirlemek için test tekrar test tekniğiyle kararlılık katsayıları hesaplanmıştır. Kararlılık katsayılarının .90 ile .70 arasında değiştiği bulunmuştur. SKE'nin yine maddelerinin güvenirliğini belirlemek için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. İç tutarlılık katsayılarının .93 ile .94 arasında değiştiği saptanmıştır. Bu araştırma kapsamında SKE'nin iç tutarlılığını incelemek amacıyla Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Buna göre, Cronbach Alfa değerleri duyuşsallık alt boyutu için .91, kuruntu alt boyutu için .81 ve toplam puan için .93'tür.

Verilerin Toplanması

Veri toplama araçları hazırlandıktan sonra çalışma yapılacak ortaöğretim kurumları belirlenmiş ve bu kurumlarda uygulama yapabilmek için Kilis İl Milli Eğitim Müdürlüğünden gerekli izinler alınmıştır. Belirlenen okullarda veri toplama çalışmalarına başlamadan önce okulların yöneticileriyle görüşülmüş ve hangi sınıflarda hangi tarihlerde uygulama yapılacağı belirlenmiştir. Veri toplama

işlemi araştırmacı (birinci yazar) tarafından belirlenen tarihlerde sınıflara girilip gerekli açıklamalar yapılarak gönüllü olan öğrencilerin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin veri toplama araçlarını cevaplandırırken içten olmalarını sağlamak amacıyla araştırmanın önemi öğrencilere anlatılmış ve isim yazmalarına gerek olmadığı belirtilerek veri toplama işlemi tamamlanmıştır. Ölçeklerin uygulanması ortalama 40 dakika sürmüştür.

Verilerin Analizi

Verilerin çözümlenmesi bilgisayarda istatistik paket programlarından SPSS'in 17.0 sürümü kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada cinsiyetin, akılcı olmayan inançların ve algılanan anne-baba tutumlarının (bağımsız değişkenler) birlikte sınav kaygısını (bağımlı değişkeni) yordayıp yordamadığı hiyerarşik regresyon analizi tekniği ile belirlenmiştir. Bunun yanında hiyerarşik regresyon analizi öncesinde değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Bu araştırmada anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Sınav Kaygısı Toplam Puanları İle Yordayıcı Değişkenlerin Ortalama ve Standart Sapmaları İle Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

Değişkenler	<i>X</i>	<i>SS</i>	1	2	3	4	5	6	7
1. Sınav kaygısı	44.28	12.17	1.00						
2. Cinsiyet	-.22*	1.00					
3. Akılcı olmayan inançlar	61.68	6.76	.34*	-.05	1.00				
4. Anneden algılanan kabul/ilgi/sevgi	42.94	7.99	.06	-.19*	.14*	1.00			
5. Babadan algılanan kabul/ilgi/sevgi	40.21	8.23	-.03	-.07	.02	.62*	1.00		
6. Anneden algılanan sıkıdenetim/kontrol	32.88	7.34	.22*	-.08**	.11**	-.17*	-.09**	1.00	
7. Babadan algılanan sıkıdenetim/kontrol	32.50	7.45	.13*	.03	.08	.10**	-.16*	.60*	1.00

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

Katılımcıların sınav kaygılarını yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Cinsiyet ilk blokta, akılcı olmayan inançlar ikinci blokta ve algılanan anne ve baba tutumları üçüncü blokta analize sokulmuştur. Tablo 2'de sunulan analiz sonucuna göre, üç model de sınav kaygısını anlamlı düzeyde yordamıştır. Cinsiyetin, sınav kaygısındaki varyansın % 4.8'ini açıkladığı ($\beta = -.22$, $p < .01$) görülmüştür. Cinsiyetin etkisi kontrol edildiğinde,

Bulgular

Bu bölümde öncelikle, öncelikle, hiyerarşik regresyon analizinin sayıtları incelenmiş ve sayıtların karşılanmasına dayanılarak hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Her bir model için regresyon analizinin sayıtlarına yönelik olarak normallik, sabit varyans (homoscedasticity), otokorelasyon (Durbin-Watson değeri = 1.89) ve çoklu bağlantı olmaması (no multicollinearity) test edilmiştir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010; Field, 2005) ve sayıtların karşılandığı görülmüştür.

Sınav Kaygısı Toplam Puanlarını Yordayan Değişkenlere İlişkin Bulgular

Lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı toplam puanları ile yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkileri görmek amacıyla regresyon analizi öncesinde korelasyon analizi yapılmıştır. Tablo 1'de sunulan korelasyon katsayılarına göre katılımcıların sınav kaygılarının, cinsiyetleri ($r = -.22$, $p < .01$) ile olumsuz, akılcı olmayan inançları ($r = .34$, $p < .01$), anneden algılanan sıkı denetim/kontrol tutumu ($r = .22$, $p < .01$) ve babadan algılanan sıkı denetim/kontrol tutumu ($r = .13$, $p < .01$) ile olumlu yönde bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur.

ikinci blokta yer alan akılcı olmayan inançların ek olarak varyansın % 11.2'sini açıkladığı ($\beta = .34$, $p < .01$) görülmüştür. Üçüncü blokta yer alan anneden algılanan kabul/ilgi/sevgi, babadan algılanan kabul/ilgi/sevgi, anneden algılanan sıkı denetim/kontrol ve babadan algılanan sıkı denetim/kontrol tutumlarının ilave olarak % 3.1 katkısı olduğu ve bu değişkenlerden sadece anneden algılanan sıkı denetim/kontrol tutumunun ($\beta = .17$, $p < .01$) sınav kaygısını yordadığı bulunmuştur.

Tablo 2. Katılımcıların Sınav Kaygısı Toplam Puanlarını Yordayan Değişkenler

	B	T	KısmiR ²	R	R ²	R ² Değ.	F
Model 1				.220	.048	.048	21.148*
Cinsiyet	-.220	-4.599*	-.220				
Model 2				.400	.160	.112	55.259*
Cinsiyet	-.205	-4.541*	-.218				
Akılcı olmayan inançlar	.335	7.434*	.343				
Model 3				.437	.191	.031	3.943*
Anneden algılanan kabul/ilgi/sevgi	.045	.752	.037				
Babadan algılanan kabul/ilgi/sevgi	-.058	-1.005	-.049				
Anneden algılanan sıkıdenetim/kontrol	.167	2.889*	.141				
Babadan algılanan sıkıdenetim/kontrol	.012	.214	.011				

Model 1 için: $R^2_{adj} = .046$; Model 2 için: $R^2_{adj} = .156$; Model 3 için: $R^2_{adj} = .179$, * $p < .01$

Sınav Kaygısı Kuruntu Puanlarını Yordayan Değişkenlere İlişkin Bulgular

Lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı kuruntu puanları ile yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkileri görmek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Tablo 3'te sunulan korelasyon katsayılarına göre,

katılımcıların kuruntu puanlarının, cinsiyetleri ($r = -.14$, $p < .01$) ile olumsuz yönde, akılcı olmayan inançları ($r = .36$, $p < .01$), anneden algılanan sıkı denetim/kontrol tutumu ($r = .19$, $p < .01$) ve babadan algılanan sıkı denetim/kontrol tutumu ($r = .13$, $p < .01$) ile olumlu yönde bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur.

Tablo 3. Katılımcıların Sınav Kaygısı Kuruntu Puanları İle Yordayıcı Değişkenlerin Ortalama ve Standart Sapmaları İle Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

Değişkenler	X	SS	1	2	3	4	5	6	7
1. Kuruntu	16.94	5.11	1.00						
2. Cinsiyet	-.14*	1.00					
3. Akılcı olmayan inançlar	61.68	6.76	.36*	-.05	1.00				
4. Anneden algılanan kabul/ilgi/sevgi	42.94	7.99	.04	-.19*	.14*	1.00			
5. Babadan algılanan kabul/ilgi/sevgi	40.21	8.23	-.07	-.07	.02	.62*	1.00		
6. Anneden algılanan sıkıdenetim/kontrol	32.88	7.34	.19*	-.08**	.11**	-.17*	-.09**	1.00	
7. Babadan algılanan sıkıdenetim/kontrol	32.50	7.45	.13*	.03	.08	.10**	-.16*	.60*	1.00

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

Katılımcıların kuruntu puanlarını yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Cinsiyet ilk blokta, akılcı olmayan inançlar ikinci blokta ve algılanan anne ve baba tutumları üçüncü blokta analize sokulmuştur. Tablo 4'te sunulan analiz sonucuna göre, üç model de kuruntu puanlarını anlamlı düzeyde yordamıştır. Cinsiyetin, kuruntu puanlarındaki varyansın % 2'sini açıkladığı ($\beta = -.14$, $p < .01$) görülmüştür. Cinsiyetin etkisi kontrol

edildiğinde, ikinci blokta yer alan akılcı olmayan inançların ek olarak varyansın % 12.5'ini açıkladığı ($\beta = .35$, $p < .01$) görülmüştür. Üçüncü blokta yer alan anneden algılanan kabul/ilgi/sevgi, babadan algılanan kabul/ilgi/sevgi, anneden algılanan sıkı denetim/kontrol ve babadan algılanan sıkı denetim/kontrol tutumlarının ilave olarak % 2.7 katkısı olduğu ve bu değişkenlerden sadece anneden algılanan sıkı denetim/kontrol tutumunun ($\beta = .13$, $p < .05$) kuruntu puanlarını yordadığı bulunmuştur.

Tablo 4. Katılımcıların Sınav Kaygısı Kuruntu Puanlarını Yordayan Değişkenler

	B	T	KısmiR ²	R	R ²	R ² Değ.	F
Model 1				.142	.020	.020	8.570**
Cinsiyet	-.142	-2.928*	-.142				
Model 2				.381	.145	.125	60.633*
Cinsiyet	-.126	-2.768*	-.135				
Akılcı olmayan inançlar	.354	7.787*	.357				
Model 3				.415	.172	.027	3.356**
Anneden algılanan kabul/ilgi/sevgi	.055	.916	.045				
Babadan algılanan kabul/ilgi/sevgi	-.100	-1.707	-.084				
Anneden algılanan sıkıdenetim/kontrol	.134	2.289**	.112				
Babadan algılanan sıkıdenetim/kontrol	.019	.322	.016				

Model 1 için: R²adj = .018; Model 2 için: R²adj = .141; Model 3 için: R²adj = .160, *p < .01, **p < .05

Sınav Kaygısı Duyuşsallık Puanlarını Yordayan Değişkenlere İlişkin Bulgular

Lise son sınıf öğrencilerinin duyuşsallık puanları ile yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkileri görmek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Tablo 5'te sunulan korelasyon katsayılarına göre, katılımcıların

duyuşsallık puanları, cinsiyetleri ($r = -.24, p < .01$) ile olumsuz, akılcı olmayan inançları ($r = .31, p < .01$), anneden algılanan sıkı denetim/kontrol tutumu ($r = .21, p < .01$) ve babadan algılanan sıkı denetim/kontrol tutumu ($r = .12, p < .01$) ile olumlu yönde bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur.

Tablo 5. Katılımcıların Sınav Kaygısı Duyuşsallık Puanları İle Yordayıcı Değişkenlerin Ortalama ve Standart Sapmaları İle Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

Değişkenler	X	SS	1	2	3	4	5	6	7
1. Duyuşsallık	27.33	7.89	1.00						
2. Cinsiyet	-.24*	1.00					
3. Akılcı olmayan inançlar	61.68	6.76	.31*	-.05	1.00				
4. Anneden algılanan kabul/ilgi/sevgi	42.94	7.99	.07	-.19*	.14*	1.00			
5. Babadan algılanan kabul/ilgi/sevgi	40.21	8.23	-.01	-.07	.02	.62*	1.00		
6. Anneden algılanan sıkıdenetim/kontrol	32.88	7.34	.21*	-.08**	.11**	-.17*	-.09**	1.00	
7. Babadan algılanan sıkıdenetim/kontrol	32.50	7.45	.12*	.03	.08	.10**	-.16*	.60*	1.00

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

Katılımcıların duyuşsallık puanlarını yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Cinsiyet ilk blokta, akılcı olmayan inançlar ikinci blokta ve algılanan anne ve baba tutumları üçüncü blokta analize sokulmuştur. Tablo 6'da sunulan analiz sonucuna göre, üç model de duyuşsallık puanlarını anlamlı düzeyde yordamıştır. Cinsiyetin, duyuşsallık puanındaki varyansın %6'sını açıkladığı ($\beta = -.22, p < .01$) görülmüştür. Cinsiyetin etkisi kontrol edildiğinde,

ikinci blokta yer alan akılcı olmayan inançların ek olarak varyansın % 8.9'unu açıkladığı ($\beta = .34, p < .01$) görülmüştür. Üçüncü blokta yer alan anneden algılanan kabul/ilgi/sevgi, babadan algılanan kabul/ilgi/sevgi, anneden algılanan sıkı denetim/kontrol ve babadan algılanan sıkı denetim/kontrol tutumlarının ilave olarak % 2.7 katkısı olduğu ve bu değişkenlerden sadece anneden algılanan sıkı denetim/kontrol tutumunun ($\beta = .17, p < .01$) duyuşsallık puanını yordadığı bulunmuştur.

Tablo 6. Katılımcıların Sınav Kaygısı Duyuşsallık Puanlarını Yordayan Değişkenler

	B	T	Kısmi r^2	R	R^2	R^2 Değ.	F
Model 1				.245	.060	.060	26.675*
Cinsiyet	-.25	-5.165*	-.245				
Model 2				.386	.149	.089	43.397*
Cinsiyet	-.23	-5.112*	-.243				
Akılcı olmayan inançlar	.30	6.588*	.308				
Model 3				.419	.176	.027	3.320**
Anneden algılanan kabul/ilgi/sevgi	.04	.600	.030				
Babadan algılanan kabul/ilgi/sevgi	-.04	-.611	-.030				
Anneden algılanan sıkıdenetim/kontrol	.17	2.860*	.140				
Babadan algılanan sıkıdenetim/kontrol	-.002	-.033	-.002				

Model 1 için: $R^2_{adj} = .058$; Model 2 için: $R^2_{adj} = .145$; Model 3 için: $R^2_{adj} = .164$, * $p < .01$, ** $p < .05$

Tartışma ve Yorum

Bu çalışmada, lise son sınıf öğrencilerinin cinsiyetlerinin, akılcı olmayan inançlarının ve algılanan anne-baba tutumlarının sınav kaygısı üzerindeki yordama güçleri incelenmiştir. Katılımcıların sınav kaygısı toplam, kuruntu ve duyuşsallık puanlarını yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda cinsiyetin, akılcı olmayan inançların ve anneden algılanan sıkı denetim kontrol tutumlarının sınav kaygısı toplam, sınav kaygısı kuruntu ve sınav kaygısı duyuşsallık puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Çalışmada elde edilen bu bulgular her bir yordayıcı değişken açısından önceki araştırma bulgularının ışığında tartışılmıştır.

Araştırma bulgularına göre sınav kaygısı toplam, kuruntu ve duyuşsallık düzeylerini en fazla yordayan değişken akılcı olmayan inançlardır. Buna göre, cinsiyetin etkisi kontrol edildikten sonra akılcı olmayan inançların sınav kaygısındaki varyansın % 11.2'sini, sınav kaygısının kuruntu boyutundaki varyansın % 12.5'ini ve sınav kaygısının duyuşsallık boyutundaki varyansın % 8.9'unu açıkladığını göstermiştir. Bu bulgular, ADDT'nin "insanların kendi kendilerine yarattıkları akılcı olmayan inançları kaygıya neden olur" (Crawford ve Ellis, 1989) görüşünü destekler niteliktedir. ADDT'nin bu görüşünü incelemek amacıyla Himle, Thyer ve Papsdorf (1982) tarafından benzer bir araştırma yapılmıştır. Bu çalışmada, ADDT'nin kuramsal görüşlerini destekleyen bulgulara ulaşılmıştır. Boyacıoğlu'nun (2010) yapmış olduğu çalışmada da bu çalışmayla paralel olarak sınav kaygısı ile akılcı olmayan inançlar arasında olumlu yönde

anamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Mevcut araştırmanın bulguları lise son öğrencilerinin akılcı olmayan inançlarının düzeyi arttıkça sınav kaygısı düzeylerinin arttığını da göstermektedir. Bu durum, öğrencilerin sınav kaygısıyla başa çıkmalarına yardım etmek için öncelikle onların akılcı olmayan inançlarının değiştirilmesi gerektiğini göstermektedir.

Sınav kaygısı cinsiyet açısından incelendiğinde, cinsiyetin sınav kaygısı toplam puanındaki varyansın % 4.8'ini, sınav kaygısının kuruntu boyutundaki varyansın % 2'sini ve sınav kaygısının duyuşsallık boyutundaki varyansın % 6'sını açıkladığı görülmüştür. Çalışmada elde edilen bu bulgu ilgili alanyazında cinsiyet ve sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi bulgulayan çalışmaları destekler niteliktedir. Yıldız'ın (2007) lise öğrencileri üzerinde yapmış olduğu benzer bir çalışmada cinsiyetin sınav kaygısı toplam ve duyuşsallık puanlarının en güçlü yordayıcısı olarak ortaya çıkmakla birlikte mevcut çalışmada sınav kaygısı toplam ve duyuşsallık puanlarının ikinci en güçlü yordayıcısı olarak ortaya çıkmıştır. Mevcut araştırmanın bulguları kız öğrencilerin sınav kaygısı toplam ve kuruntu ve duyuşsallık alt boyutlarında erkek öğrencilerden daha yüksek puanlar aldığını göstermiştir. Bacanlı ve Sürücü'nün (2006) ilköğretim 8. sınıf öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmanın ve Eraslan'ın (2010) lise son sınıf öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmanın bulgularında da kız öğrencilerin duyuşsallık puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunurken sınav kaygısı kuruntu puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgu kızların fizyolojik yapılarından kaynaklı belli psikolojik sorunlara (depresyon, panik atak, kaygı bozuklukları

vb.) erkeklere oranla yatkinliğinin daha fazla olduğu bulgusunu destekler niteliktedir (Scott, 2000).

Erözkan'ın (2004) üniversite öğrencileri ile ve Baştürk'ün (2007) Kamu Personeli Seçme Sınavına (KPSS) hazırlanan öğretmen adayları ile yapmış oldukları çalışmalarda farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Erözkan'ın (2004) çalışmasında cinsiyetler açısından sınav kaygısı duyusallık puanlarında önemli bir farklılık bulunmazken sınav kaygısı kuruntu puanlarında önemli bir farklılık bulunmuş ve erkek öğrencilerin kuruntu puanlarının kız öğrencilere oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Baştürk'ün (2007) araştırmasında ise erkek öğrencilerin sınav kaygısı puanlarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgular gösteriyor ki değişik yaş gruplarında cinsiyet ile sınav kaygısı düzeyi arasındaki ilişki değişkenlik göstermektedir. Erözkan'ın da (2004) belirttiği gibi farklı yaş dönemlerinde toplumun kızlardan ve erkeklerden bekledikleri rollerin farklılaşması onların sınavlara yükledikleri anlamı değiştirebilmektedir. Ayrıca, öğrencinin gireceği sınavın niteliği de kızların ve erkeklerin sınav kaygısı düzeylerini etkileyen bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır. İleri ki çalışmalarda, sınav kaygısının farklı yaş grupları ve sınav türleri için incelenmesi faydalı olacaktır. Ayrıca, mevcut bulgular ve alanyazındaki diğer araştırmalar birlikte ele alındığında lise yıllarında kız öğrencilerin sınav kaygısı yaşama açısından risk grubunda yer aldığı söylenebilir.

Mevcut araştırma bulgularına göre, cinsiyet ve akılcı olmayan inançların etkisi kontrol edildikten sonra algılanan anne-baba tutumlarının sınav kaygısındaki varyansın % 3.1'ini, sınav kaygısının kuruntu boyutundaki varyansın % 2.7'sini ve sınav kaygısının duyusallık boyutundaki varyansın % 2.7'sini açıkladığı görülmüştür. Anneden algılanan ve babadan algılanan tutumlar ayrı ayrı ele alındığında sadece anneden algılanan sıkı denetim/kontrol tutumunun sınav kaygısı toplam, kuruntu ve duyusallık puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Önceki çalışmalarda genellikle anne-baba tutumlarının birlikte ele alındığı göz önünde bulundurulursa, alanyazında bu bulguların karşılaştırılabileceği çok fazla çalışma bulunmamaktadır. Anne ve baba tutumlarını ayrı ayrı ele alan çalışmalardan biri olan Eraslan'ın (2010) yaptığı çalışmada bu araştırmanın bulgularıyla benzer sonuçlara ulaşılmış ve bireylerin sınav kaygısı puanlarının sadece anne tutumları açısından farklılaştığı görülmüştür. Hanımoğlu'nun (2010) yapmış olduğu çalışmada ise anneden algılanan kabul/ilgi alt boyutunun sınav kaygısının anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

Kulaksızoğlu (2004), annenin çocuğu ile daha fazla zaman geçirmesi ve çocuğuna babadan daha yakın olması nedeniyle anne tutumlarının baba tutumlarına oranla çocuğun fiziksel, duygusal, sosyal, zihinsel gelişiminde ve kişiliğinin şekillenmesinde daha etkili olduğunu vurgulamıştır. Özen (2009), annenin temel bakım veren ebeveyn olmasının, onun çocukları üzerindeki etkisinin babaya oranla daha fazla olmasına yol açtığını belirtmiştir. Araştırma bulguları ve daha önce yapılan araştırmalar incelendiğinde anne tutumunun çocuklar üzerinde daha etkili olduğu görülmektedir (Eraslan, 1980; Hanımoğlu, 2010). Türkiye'deki geleneksel aile yapısına bakıldığında, çocukların okul hayatıyla daha çok annelerin ilgilendiği ve annelerin denetim ve kontrol davranışlarının babalara oranla daha fazla olduğu görülür. Bu araştırmada elde edilen bulgular da, bunu belgeler niteliktedir.

Bu çalışmada, cinsiyet, akılcı olmayan inançlar ve algılanan anne-baba tutumları ile sınav kaygısı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Dolayısıyla bu çalışmanın bulguları yordayıcı değişkenler ile sınav kaygısı arasında neden sonuç ilişkisini ortaya koyma açısından yeterli değildir. Bir diğer önemli sınırlılık ise araştırmanın genellenebilirliği ile ilgilidir. Bu çalışmada elde edilen sonuçlar, Kilis ilinde öğrenim gören bütün Anadolu lisesi, fen lisesi, Anadolu öğretmen lisesi ve genel lise öğrencilerinin gönüllü katılımıyla elde edilen verilere dayanmaktadır ve sonuçların genellenebilirliği Kilis ilindeki ortaöğretim kurumlarının son sınıf öğrencileriyle sınırlıdır. Bundan sonra yapılacak benzer araştırmalar Türkiye'nin farklı illerini de içine alan daha geniş bir evren ve evreni temsil edecek örneklem grubunda yapılabilir.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada cinsiyetin, akılcı olmayan inançların ve anne-baba tutumlarının lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı düzeylerindeki yordayıcı rolü incelenmiştir. Çalışmada elde edilen sonuçlara dayalı olarak okul psikolojik danışmanlarına uygulamalarını yaparken dikkate alabilecekleri önemli bazı öneriler sunulabilir. Araştırma sonucunda sınav kaygısının en güçlü yordayıcısının akılcı olmayan inançlar olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum, öğrencilerin sınav kaygısıyla başa çıkmalarına yardım etmek için öncelikle onların akılcı olmayan inançlarının değiştirilmesi gerektiğini göstermektedir. Bu nedenle psikolojik danışmanların, öğrencilerin akılcı olmayan inançlarını değiştirmeye yönelik olarak ADDT'ye dayalı grup rehberliği etkinlikleri, bireysel ya da grupta psikolojik danışma çalışmaları yapmaları önerilebilir.

Araştırmada kızların sınav kaygısı düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu durumda okul psikolojik danışmanlarına, sınav kaygısını azaltmaya yönelik hazırlayacakları çalışmaları planlarken, kız öğrencilerin sınav kaygısı açısından risk grubunda olduğunu göz önünde bulundurmaları önerilebilir. Bu amaçla, okul psikolojik danışmanları, çoğunluğunu kızların oluşturduğu gruplara yönelik “sınav kaygısıyla baş etme programları” düzenleyebilir.

Son olarak, araştırmada sınav kaygısının yordayıcılarından birinin de anne baba tutumları olduğu ortaya çıkmıştır. Çalışmanın bulguları anne ve babadan algılanan tutumların sınav kaygısını yordama açısından farklılaştığını göstermesi açısından önemlidir. Bulgulara göre babadan algılanan tutumlar sınav kaygısının yordayıcısı değilken, özellikle annelerin sıkı denetim ve kontrol tutumlarının öğrencilerin sınav kaygısını artırdığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında, psikolojik danışmanlara özellikle annelere yönelik olarak eğitim seminerlerine ağırlık vermeleri ve grup çalışmaları yürütmeleri önerilebilir.

Kaynaklar

- Abalı, O. (2006). *Ergenlik dönemi ve sorunları*. İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Bacanlı, F. ve Sürücü, M. (2006). İlköğretim 8.sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları ve karar verme stilleri arasındaki ilişkilerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 45, 7-35.
- Baltaş, A. (1992). *Stres altında ezilmeden öğrenmede ve sınavlarda üstün başarı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Baştürk, R. (2007). Kamu personeli seçme sınavına hazırlanan öğretmen adaylarının sınav kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 163-176.
- Boyacıoğlu N. & Küçük L. (2011). Irrational beliefs and test anxiety in Turkish school adolescents. *Journal of School Nursing*, 27(6), 447-454.
- Boyacıoğlu, N. B. (2010). Ergenlerde mantık dışı inançlar ve sınav kaygısı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (Çev. T. Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Crawford, T. & Ellis, A. (1989). A dictionary of rational-emotive feelings and behaviors. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 7(1), 3-28.
- Çetinkaya, B. (2007). *Ruhsal açıdan sağlıklı aile sağlıklı çocuk*. Ankara: Pegem A Yayınları.
- Çivitci, A. (2006). Ergenlerde mantıkdışı inanç ve sürekli kaygı ilişkisi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(12), 27-39.
- Çivitci A. (2007). Erken ergenlik döneminde içsel-dışsal denetim odağı boyutları ve cinsiyete göre mantıkdışı inançlar. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14(1), 3-12.
- Çivitci, A. (2009). Relationship between irrational beliefs and life satisfaction in early adolescents. *Eurasian Journal of Educational Research*, 37, 91-109.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyükoztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi
- Dılmaç, B., Aydoğan, D., Koruklu, N. ve Deniz, M.E. (2009). İlköğretim öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin mantıkdışı inançlarla açıklanabilirliği. *İlköğretim Online*, 8(3), 720-728.
- DordiNejad, F.G., Hakimi, H., Ashouri, M., Dehghani, M., Zeinali, Z., Daghighi, M. S. & Bahrami, N. (2011). On the relationship between test anxiety and academic performance. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 3774-3778.
- Dökmen, Ü. (2002). *İletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Duman, K.G. (2008). *İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin durumluk sürekli kaygı düzeyleri ile sınav kaygısı düzeyleri ve ana - baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Ellis, A. (1984). Expanding the ABC's of RET. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 2(2), 20-24.
- Eraslan, Y. (2010). *Lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygılarının algıladıkları anne-baba tutumlarına göre incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları. *Muğla Üniversitesi SBE Dergisi Bahar*, 12, 13-38.
- Field, A. (2005). *Discovering statistics using SPSS*. London: Sage.
- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. (2000). *Family Therapy: An overview*. United States: Brooks/Cole.
- Güngör, D. (2000). Bağlanma stillerinin ve zihinsel modellerin kuşaklararası aktarımında anne-babalık stilleri. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hanımoğlu, E. (2010). *Seviye belirleme sınavına girecek olan ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinde sınav kaygısı, mükemmeliyetçilik ve anne-baba tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Himle, D. P., Thyer, B. A. & Papsdorf, J. D. (1982). Relationships between rational beliefs and anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 6(2), 219-223.
- Koçkar, A. İ., Kılıç, B. G ve Şener, Ş. (2002). İlköğretim öğrencilerinde sınav kaygısı ve akademik başarı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 9(2), 100-103.
- Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Malouf, J.M., Schutte, N.S. & McClelland, T. (1992). Examination of the relationship between irrational beliefs and state anxiety. *Personality and Individual Differences*, 13(4), 451-456.
- Ölçme, Seçme ve Yerleştirme Merkezi (2011). *2011 Lisans Yerleştirme Sınavlarına İlişkin Sayısal Bilgiler*. www.osym.gov.tr adresinden 20.12.2011 tarihinde indirilmiştir.
- Öner, N. (1990). *Sınav kaygısı envanteri el kitabı*. İstanbul: Yükseköğretimde Rehberliği Yayma Vakfı Yayını No:1.
- Özen, D. Ş. (2009). Ergenlerde anneden algılanan kabul/ilgi ile benlik-algısı arasındaki ilişki: babadan algılanan kabul/ilginin aracı rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12 (24), 28-38.
- Scott, L.V. (2000). A physiological perspective. (Edt: D. Kohen) *Women and Mental Health*. (pp. 17-38). London: Routledge.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (44), 35-62.
- Şahin, H., Günay T. ve Batı, H. (2006). İzmir İli Bornova ilçesi lise son sınıf öğrencilerinde üniversiteye giriş sınavı kaygısı. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 15(6), 107-113.
- Thergaonkar, N. R. & Wadkar, A. (2007). Relationship between test anxiety and parenting style. *Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 2(4), 10-12.
- Türküm, A. S. (2003). Akılcı olmayan inanç ölçeğinin geliştirilmesi ve kısaltma çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2, 41-47.
- Türküm, A. S., Balkaya, A. ve Karaca, E. (2005). Akılcı olmayan inanç ölçeğinin lise öğrencilerine uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 23, 77-85.
- Wong, S. S. (2008). The relations of cognitive triad, dysfunctional attitudes, automatic thoughts, and irrational beliefs with test anxiety. *Current Psychology*, 27, 177-191.
- Yavuzer, H. (1999). *Anne – baba ve çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2001). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldırım, İ. (2007). Üniversite seçme sınavına hazırlanan Türk öğrencilerde depresyon, sınav kaygısı ve sosyal destek. *Eğitim Araştırmaları*, 29, 171-184.
- Yıldırım, İ. ve 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, 224-234.
- Yıldız, H.Y. (2007). Sınav kaygısı-ana-baba tutumları ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Extended Summary

Examining Predictors of Test Anxiety Levels among 12th Grade High School Students

Deniz GÜLER and S. Gülfem ÇAKIR

University entrance exam is one of the most important life events for many adolescents in Turkey. In 2011, although a total 1.711.254 candidate entered university entrance exam (ÖSYM, 2011), only half of these candidates was able to be enroll for one of the universities (Yıldırım & Ergene, 2003). This makes the preparation period for university entrance exam stressful for adolescents, which results in certain psychological problems or severe distress. One of the most common problems during this period is test anxiety. Test anxiety can be defined as a situation-specific emotional state including cognitive, affective, and behavioral components which prevents person's actual performance and leads to tension in the context of a formal examination (Spielberger, 1972, cited in Yıldız, 1972). There are two major components of test anxiety: worry and emotionality. Worry refers to people's negative thoughts and evaluations about themselves. Emotionality refers to affective and physiological aspects of test anxiety (Öner, 1990). Test anxiety, as a popular topic, has attracted a lot of attention in the literature. Research findings on test anxiety showed that high school students have higher levels of test anxiety (Şahin, Günay, & Batı, 2006; Yıldırım, 2007) and higher levels of test anxiety lower the academic performance (Ashouri et al., 2011; Yıldırım & Ergene, 3003).

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) provides theoretical explanation about the underlying factors for test anxiety (Corey, 2008). According to REBT, people have certain beliefs and thoughts about the world they grow up. According to Ellis (1984), these beliefs and thoughts can be rational and irrational. While rational beliefs help people to survive, to be happy, and to avoid pain, irrational beliefs involve self-defeating thoughts that prevent people to reach their goals. Ellis pointed out that certain irrational beliefs result in anxiety. There are studies that show the relationships of irrational beliefs with trait anxiety (e.g. Çivıtcı, 2006) and test anxiety (e.g. Boyacıoğlu & Küçük, 2011).

According to the literature, another important factor related to test anxiety is parents' attitudes toward their children during preparation period for exams. Previous research findings showed that parents' authoritative and approving attitudes are associated with lower test anxiety levels (Thergaonkar & Wadkar, 2007), and parental attitudes are the significant predictors of test anxiety (e.g. Duman, 2008; Yıldız, 2007). In the literature, parental attitudes of mother and fathers were generally considered together. In this study, parental attitudes will be examined for mother and father separately. Thus, the purpose of this study is to examine the role of gender, irrational beliefs and perceived parental attitudes from mothers and fathers in predicting test anxiety total scores, and worry and emotionality subscale scores among 12th grade high school students.

Method

Participants

The study comprised of 418 12th grade high school students (female = 245; male = 173; mean age = 17.4) who were attending Anatolian high schools, Anatolian teacher high schools, science high schools and general high schools in Kilis.

Data Collection Instruments

In this study, a 16-item Irrational Beliefs Scale-Adolescent Form which was developed by Türküm, Balkaya, and Karaca (2005) was used to assess irrational beliefs of participants. Perceived parental attitudes from mothers and fathers were assessed using a 22-item version of Parenting Styles Scale which was developed by Sümer and Güngör (1999). Test anxiety levels of participants were assessed using a 20-item Test Anxiety Inventory which was developed by Spielberger and adapted to Turkish by Öner (1990).

Data analysis

The role of gender, irrational beliefs and parental attitudes in predicting test anxiety levels of students

were examined using a 3-step hierarchical regression analysis. Three separate hierarchical analyses were carried out for test anxiety total, worry and emotionality subscale scores. In all three analyses gender was entered in Step 1, irrational beliefs were entered in Step 2, and parental attitudes in Step 3.

Results and Discussion

The hierarchical regression results revealed that gender, irrational beliefs, and parental attitudes were significant predictors of test anxiety total and worry and emotionality subscale scores. Overall, the model explained 17.6 % of variance in test anxiety total scores (Table 2), 17.2 % of variance in worry subscale scores (Table 4), and 17.6 % of variance in emotionality scores (Table 6). Among all predictor variables irrational beliefs was the strongest predictor that irrational beliefs accounted for 11.2 % of variance in test anxiety total scores, 12.5 % of variance in worry subscale scores and 8.9 % of variance in emotionality subscale scores. These findings contribute to the major premises of REBT that people's beliefs may result in anxiety. Further, these findings give further evidence for previous research results on the relationship between irrational beliefs and test anxiety (Boyacıoğlu, 2010). These findings suggest that group guidance and counseling activities based on REBT can be helpful in working with students with higher test anxiety levels.

Results also revealed that gender accounted for 4.8 % of variance in test anxiety total scores, 2% of variance in worry subscale scores and 6 % of variance in emotionality subscale scores. These results indicated that female adolescents had higher test anxiety total, worry and emotionality scores than their male counterparts. These findings supported the previous findings on the relationship between gender and test anxiety during adolescence (Bacanlı & Sürücü; Yıldız, 2007). However, these findings are not consistent with some other studies carried out with university students, which suggest that the relationship between gender and test anxiety can be varied according to participants' developmental stages.

Finally, after controlling the effects of gender and irrational beliefs, perceived parental attitudes accounted for 3.1 % of variance in test anxiety total scores, 2.7 % of variance in worry subscale scores and 2.7 % of variance in emotionality subscale scores. Among four attitudes, only perceived control/supervision from mother was significant predictor of test anxiety total, worry and emotionality scores. These findings are consistent with previous findings that in test anxiety levels of students, perceived parental attitudes from mothers play a significant role (Eraslan, 2010; Hanımoğlu, 2010). Based on these findings, it can be recommended that school counselors may prioritize organizing parent training activities especially for mothers.