



T.C.

TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**8. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN SINAV KAYGILARI İLE
UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Gürkan ÖZSOY

TOKAT

Ekim, 2019



T.C.

TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**8. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN SINAV KAYGILARI İLE
UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Gürkan ÖZSOY

DANIŞMAN

Dr. Öğr. Üyesi Emel TÜZEL İŞERİ

TOKAT

Ekim, 2019

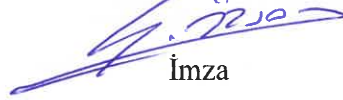
ETİK SÖZLEŞME

Bu belge ile bu tezdeki bütün bilgi toplama ve raporlaştırma sürecinin Gaziosmanpaşa Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğine, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kılavuzuna, genel akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak gerçekleştirildiğini; bu tez çalışmasını “intihali engelleme” programı ile taradığımı, bana ait olmayan tüm bilgi, düşünce ve bulgulara atıf yaptığımı ve kaynağını gösterdiğimi beyan eder, sorumluluğun tarafıma ait olduğunu kabul ederim.

Tarih: 18/10/2019

Tezi hazırlayan

Gürkan ÖZSOY



İmza

JÜRİ İMZA SAYFASI

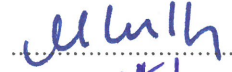
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne,

Gürkan ÖZSOY'un "8. Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygıları İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki" adlı çalışması 18.10.2019 tarihinde jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Adı Soyadı

İmza

Başkan: Doç. Dr. Melek Gülşah ŞAHİN



Üye (Tez Danışmanı): Dr. Öğr. Üyesi Emel TÜZEL İŞERİ



Üye : Dr. Öğr. Üyesi Şefika ERDEM



Onay

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.



ÖNSÖZ

Bu araştırmada “8.sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki” incelenmiştir. Tez problemi, amacı, önemi, sayıltıları, sınırlılıkları ve tanımlar sunulmuştur. Evrenin olabildiğince fazla örnekleme sahip olması için dört farklı ilçedeki öğrenciler değerlendirilmeye alınmıştır. Analiz kapsamında Beck umutsuzluk ölçeği ve çocuklarda sınav kaygısı ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 20.0 değerlendirilmiştir. Son olarak bulguların analiz sonuçlarına göre öneriler sunulmuştur.



TEŞEKKÜR

Bu araştırmada, her tŸrlŸ ilgi ve yardımlarını esirgemeyen danışmanım Sayın Dr. Őđr. Őyesi Emel TŸZEL İŞERİ'ye teŐekkŸr ederim. Ayrıca araştırmam boyunca her zaman yanımda olan eŐim ve aileme teŐekkŸrlerimi sunarım.



ÖZET

8. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN SINAV KAYGILARI İLE UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Özsoy, Gürkan

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Emel Tüzel İşeri

Ekim 2019, xiii + 83 sayfa

Bu araştırmanın amacı 8. Sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmaktır. Araştırmada kullanılan veriler ve yöntemler değerlendirildiğinde araştırma ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır.

Araştırmanın evrenini Samsun ili Canik, Kavak, Asarcık ve İlkadım ilçelerinin ortaokullarında eğitim gören 794 adet öğrenci oluşturmaktadır. Oluşturulan evrenin tamamı örneklem olarak ele alınmıştır.

Araştırmada Beck umutsuzluk ölçeği ve çocuklarda sınav kaygısı ölçeğinden faydalanılmıştır. Ölçeğin ilk 9 sorusu öğrencilerin kişisel bilgilerini elde etmeye yöneliktir. Toplamda 20 adet soru ile oluşturulan ölçek ile elde edilen veriler çeşitli istatistiksel yöntemler ile analiz edilmiştir. Öğrencilerin sınav kaygı düzeyini belirlemek için ise “Children’s Test Anxiety Scale”nin Türkçeye uyarlanmış versiyonu kullanılmıştır. Ölçek toplamda 30 sorudan oluşup dörtlü bir puanlama sistemine sahiptir.

Araştırma bulgularına göre öğrencilerin sınav kaygı düzeyleri nedir? sorusuna üç alt boyutta cevap verilmiş ve toplam sınav kaygısı puanı olarak değerlendirme yapılmıştır. Öğrencilerin sınav kaygı düzeyleri cinsiyete göre incelendiğinde görev dışı alt boyutta anlamlı farklılık göstermezken, sınav kaygısı ölçeği düşünceler, otonom tepkiler alt boyut puanları ve toplam ölçek puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. 8.sınıf öğrencilerinin ailelerinin ortalama aylık gelir durumuna göre, öğrencilerin başarı durumuna ve babalarının eğitim durumlarına göre sınav kaygısı ölçeği alt boyutlarından ve ölçek toplamından aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermedikleri tespit edilmiştir. Anne eğitim durumlarına göre ise görev dışı davranışlar ve otonom tepkiler alt boyutunda anlamlı farklılık

olmadığı, düşünceler alt boyutunda sınav kaygısı düzeylerinde anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. 8.sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin cinsiyete, anne ve baba eğitim durumlarına, başarı durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği fakat ortalama gelir düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Sınav kaygısı ölçeği toplam puanları artıkça Beck umutsuzluk ölçeği puanları artmaktadır. Genel olarak değerlendirildiğinde, sınav kaygısı artıkça umutsuzluk düzeyinin azaldığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Ortaokullar, 8. Sınıf Öğrencileri, Sınav Kaygısı, Umutsuzluk, Beck Umutsuzluk Ölçeği, Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği



ABSTRACT

RELATION OF EXAM ANXIETY LEVELS AND HOPELESS OF 8TH GRADE STUDENTS

Özsoy, Gürkan

Master's Thesis, Division of Guidance and Psychological Counseling

Advisor: Assist.Prof.Dr. Emel Tüzel İşeri

October 2019, xiii + 83 pages

The aim of this thesis is to reveal the relationship between 8th grade students' anxiety and hopelessness levels. When the method and the data obtained are evaluated, it is understood that it is a descriptive study.

The population of the thesis consists of 794 students studying in secondary schools in Canik, Kavak, Asarcık and İlkadım districts of Samsun. The whole universe was taken as a sample.

In this study, Beck Hopelessness Scale was used as data collection method. The first 9 questions of the scale are aimed at obtaining the personal information of the students. The data obtained with the scale which was formed with a total of 20 questions were analyzed with various statistical methods. The Turkish version of the Children's Test Anxiety Scale was used to determine students' anxiety level. The scale consists of a total of 30 questions and consists of a four-point scoring system.

What is the anxiety level of the students according to the research findings? was answered in three sub-dimensions and evaluated as total test anxiety score. When exam anxiety levels of students were examined by gender, it was found that exam anxiety scale thoughts, autonomic responses subscale scores and total scale scores showed significant differences in the non-task subscale. According to the educational status of their fathers, it was determined that the scores they got from the sub-dimensions of Exam Anxiety Scale and the scale total did not show statistically significant difference. According to the mother education level, there was no significant difference in the non-task behaviors and autonomic reactions sub-dimension and there was a significant difference in the level of exam anxiety in

the thoughts sub-dimension. 8. There was no significant difference according to the average income level. As the total scores of the Test Anxiety Scale increased, Beck Hopelessness Scale scores increased. In general, it can be said that the level of hopelessness decreases as the test anxiety increases.

Keywords: Secondary Schools, Students in 8th Class, Exam Anxiety, Hopelessness, Beck Hopelessness Scale, Children's Test Anxiety Scale



İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ETİK SÖZLEŞME	i
JÜRİ İMZA SAYFASI.....	ii
ÖNSÖZ.....	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLO LİSTESİ	xi
KISALTMALAR	xiii
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
Problem Durumu	1
Araştırmanın Amacı	3
Araştırmanın Önemi	4
Sayıtlar.....	4
Sınırlılıklar.....	4
Tanımlar.....	5
BÖLÜM II.....	6
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	6
Ergenlik Dönemi.....	6
Ergenlik Döneminde Fiziksel Gelişim	6
Ergenlik Döneminde Duygusal Gelişim	7
Ergenlik Döneminde Bilişsel Gelişim	7
Kaygı	7
Kaygı Çeşitleri.....	9
Durumluk Kaygı	10
Sürekli Kaygı	10
Kaygının Birey Üzerindeki Etkileri.....	10
Sınav Kaygısı.....	11
Sınav Kaygısının Anlaşılmasını Sağlayan Belirtiler	14
Sınav Kaygısının Birey Üzerinde Olası Etkileri.....	14
Öğrenciler Üzerinde Sınav Kaygısının Olası Etkileri	15

Umud ve Umutsuzluk Kavramı.....	15
Bireydeki Umutsuzluk Belirtileri ve Nedenleri.....	18
Bireylerde Gözlemlenen Umutsuzluk Türleri	19
BÖLÜM III	20
YÖNTEM.....	20
Araştırma Modeli.....	20
Çalışma Grubu.....	20
Ölçme Araçları	21
Veri Toplama Süreci.....	22
Verilerin Analizi	22
BÖLÜM IV	25
BULGULAR.....	25
Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular	25
İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular	26
Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular	30
Dördüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular.....	31
Beşinci Alt Probleme İlişkin Bulgular.....	34
Sınav Kaygısının Anlamlı Yordayıcılarının İncelenmesi	34
Umutsuzluk Düzeyinin Anlamlı Yordayıcılarının İncelenmesi	37
Altıncı Alt Probleme İlişkin Bulgular	38
Yedinci Alt Probleme İlişkin Bulgular.....	39
BÖLÜM V.....	40
TARTIŞMA	40
8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışması	40
8.Sınıf Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışması.....	42
8.Sınıf Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin Kişisel Değişkenlere Göre Anlamlı Farklılık Gösterme Durumuna İlişkin Bulguların Tartışması.....	42
8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Yordayıcısı Olup Olmama Durumuna İlişkin Bulguların Tartışması	44
8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Olma Durumuna İlişkin Bulguların Tartışması	46
BÖLÜM VI	48
SONUÇ VE ÖNERİLER	48
8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygı Düzeylerine Dair Sonuçlar	48
8.Sınıf Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyinin Kişisel Değişkenlere Göre Anlamlı Farklılık Gösterme Durumuna Dair Sonuçlar	49

8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Yordayıcı Bulunma Durumuna Dair Sonuçlar	49
8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Olup Olmama Durumuna Dair Sonuçlar	50
Öneriler	51
KAYNAKÇA	53
EKLER	68
Ek 1. Ölçek İzin Onayı.....	68
Ek 2. Milli Eğitim Bakanlığı İzni.....	70
Ek 3. Araştırmada Kullanılan Ölçek	71
Ek 4. Beck Umutsuzluk Ölçeği.....	74
Ek 5. Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği	76
Ek 6. Tez İzin Formu	78
Ek 7. Tez Öneri Formu	80
Ek 8. Normallik Testleri.....	81
Ek 9. Özgeçmiş	83

TABLULAR LİSTESİ

	Sayfa
Tablo 1. Çalışma grubundaki öğrencilerin özellikleri.....	20
Tablo 2. Dummy kodlama yapılan kişisel değişkenler	24
Tablo 3. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği alt boyutu ve toplam puanları için betimsel istatistikler	25
Tablo 4. Öğrencilerin sınav kaygısı düzeyleri.....	26
Tablo 5. Sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının cinsiyete göre incelenmesine ilişkin ilişkisiz örneklem t testi sonuçları.....	27
Tablo 6. Sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının ailenin ortalama aylık gelirine göre incelenmesine ilişkin ANOVA sonuçları.....	27
Tablo 7. Sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının öğrenci başarı durumuna göre incelenmesine ilişkin ANOVA sonuçları	28
Tablo 8. Sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının anne öğrenim durumuna göre incelenmesine ilişkin ANOVA sonuçları	29
Tablo 9. Sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının baba öğrenim durumuna göre incelenmesine ilişkin ANOVA sonuçları	30
Tablo 10. Beck umutsuzluk ölçeğine göre umutsuzluk düzeyleri.....	31
Tablo 11. Umutsuzluk düzeylerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin ilişkisiz örneklem t testi sonuçları.....	31
Tablo 12. Umutsuzluk düzeylerinin ailenin ortalama aylık gelirine göre incelenmesine ilişkin ANOVA sonuçları.....	32
Tablo 13. Umutsuzluk düzeylerinin öğrenci başarı durumuna göre incelenmesine ilişkin varyans analizi (ANOVA) testi sonuçları	32
Tablo 14. Umutsuzluk düzeylerinin anne öğrenim durumuna göre incelenmesine ilişkin varyans analizi (ANOVA) testi sonuçları	33
Tablo 15. Umutsuzluk düzeylerinin baba öğrenim durumuna göre incelenmesine ilişkin varyans analizi (ANOVA) testi sonuçları	33
Tablo 16. Sınav kaygısı ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyonu sonuçları	34
Tablo 17. Çocuklarda sınav kaygısı Ölçeği toplam puanı üzerinde kişisel değişkenlerin etkisinin belirlenmesine ilişkin aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları.....	35

Tablo 18. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanı üzerinde kişisel değişkenlerin etkisinin belirlenmesine ilişkin aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları	36
Tablo 19. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanı üzerinde kişisel değişkenlerin etkisinin belirlenmesine ilişkin aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları	37
Tablo 20. Beck umutsuzluk ölçeği toplam puanı üzerinde kişisel değişkenlerin etkisinin belirlenmesine ilişkin aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları	38
Tablo 21. Beck umutsuzluk ölçeği toplam puanı üzerinde çocuklarda sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının etkisinin belirlenmesine ilişkin aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları.....	39



KISALTMALAR

CSKÖ	Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
LGS	Liselere Geçiş Sistemi
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
TDK	Türk Dil Kurumu
BUÖ	Beck Umutsuzluk Ölçeği



BÖLÜM I

GİRİŞ

Problem Durumu

İnsanlar yaşamları boyunca kendilerinde kaygı ve umutsuzluk durumunu oluşturabilecek birçok olay ile karşı karşıya kalabilmektedir. Okul çağında bulunan çocuk ve gençlerde ise sınav kaygısı sık karşılaşılan durumlardan biridir. Sınav kaygısının bireyin çocukluk döneminden başlayarak bütün yaşamı boyunca sürebilecek etkileri bulunmaktadır. Spielberger sınav kaygısını, bireyin değerlendirme esnasında normalin altında performans sağlamasına sebep olan duyu durumu olarak tanımlamaktadır. Sınav kaygısı durumu ilk olarak 1950’li yıllardan sonra Richard Albert tarafından analiz edilmeye başlanmıştır (Erözkan, 2004).

Sınavdan haftalar ya da aylar öncesinde oluşmaya başlayan sınav kaygısı birey üzerinde fiziksel ve psikolojik baskı oluşturur. Aynı zamanda çevre ve toplum baskısı bireydeki sınav kaygısı düzeyini daha da artırır. Bireyin çevresi ile olan sosyal ilişkisi ve aile desteği sınav kaygısını azaltan faktörlerdendir (Uzman, 2004; Çapulcuoğlu ve Gündüz, 2013).

Sınav kaygısı bireyde iki boyutta gözlemlenebilir. Bunlar kuruntu ve bilişsellik boyutlarıdır (Çakıcı, 2015). Bireyin kendi yetenekleri ve başarısı üzerinde şüpheye düşmesi bireyde kuruntuların oluşmasına neden olur. Bu kuruntular bireyde olumsuz iç sesler oluşturarak başarısızlığa yol açabilir. Aynı zamanda sınav kaygısı bireyde fiziksel olarak mide bulantısı, terleme, çarpıntı ve iştahsızlığa neden olabilir (Erözkan, 2004).

Sınavlar sayesinde öğrencilerin yetenek ve bilgileri ile birlikte kendilerine özel kişilik özellikleri de test edilir. Bu türden durumlar kişide kaygıya sebep olarak öğrenme sürecinde daha fazla süreye ihtiyaç duymasına neden olabilir. Bununla birlikte kaygı bireyin yeni fikirler türetme ve soyut düşünce yapısını olumsuz yönde etkileyebilir. Bunların haricinde kaygının kişi üzerinde bir takım olumlu etkileri de bulunmaktadır. Kişide fiziksel uyarıcı hormon salgısını artırarak yüksek motivasyon sağlayabilir. Orta düzeydeki kaygı kişiye olumlu katkılar sağlarken, düşük veya yüksek kaygı düzeyi ise negatif yönde etki eder (Gençdoğan, 2002).

Bireydeki sınav kaygısının sınav başarısı üzerine etkileri birçok araştırmacı tarafından incelenen bir konudur (Delikkulak ve Cimşit, 2012). Sınavda yüksek kaygı taşıyan bireylerin

odaklanma sorunuyla karşı karşıya kaldığı oldukça aşikârdır. Bunun sonucunda akademik olarak başarısızlık gelmektedir. Bununla beraber bireyler sınava yeteri düzeyde hazırlanamadıkları için bilişsel yeteneklerini tam anlamıyla sergileyememektedir. Sonuç olarak sınav kaygısı bireyde tükenmişlik sendromu oluşturarak başarısına doğrudan etkide bulunmaktadır (Uzman, 2004; Çapulcuoğlu ve Gündüz, 2013).

Gerçekleştirilen araştırmalar sonucunda sınav kaygısının bireyin derslerindeki başarısına doğrudan etki ettiği tespit edilmiştir. Sınıf içerisindeki bireyin başarısızlığında sınav kaygısının da etkisi olabilmektedir. Bireylerin sınav kaygısı cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Bunun yanı sıra bireyin sosyal çevresinin beklentileri, bireyin kişiliği ve bireyin eğitimini sürdürdüğü kurumun tutumu da sınav kaygısını tetikleyen faktörlerdendir (Dündar ve diğerleri, 2008).

Bireyin ailesindeki baskıcı, otoriter ve eleştirel yaklaşımlar sınav kaygısının oluşmasında ailesel faktörlerdir. Ayrıca bireyin kişiliği, etkin olmayan çalışma yöntemleri, plansızlık ve yüksek düzeydeki başarı beklentisi sınav kaygısını oluşturan diğer etmenlerdir (Boyacıoğlu ve Küçük, 2011).

Yukarıdaki bölümden de anlaşılacağı üzere bireyin orta düzeyde sınav kaygısı taşımasının bir takım olumlu etkileri ile birlikte derslerindeki başarısını da doğrudan etkilemesi söz konusu olmaktadır. 8. Sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediğimiz bu araştırmada bireylerin sınav kaygılarına değindikten sonra umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesine yönelik sorunsala da değinmekte fayda bulunduğu aşikârdır.

Öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesinde ortaokul öğrencilerine yönelik yapılan çalışmalar sınırlı sayıdadır. LGS'ye hazırlanan ortaokul öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin analiz edilmesi önemli bir problem haline gelmiştir. Yerlikaya (2014) yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin devlet okulları ya da özel okullarda eğitim görmesinin öğrencinin umutsuzluk düzeyine etkisini araştırmıştır. Sonuç olarak özel okullarda eğitim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bununla birlikte öğrencinin ailesinin sosyoekonomik düzeyinin yüksek olmasının umutsuzluk düzeyini artırdığı analiz edilmiştir.

Cinsiyet değişkeni ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki araştırmalara göre farklılık göstermektedir. Özmen ve diğ., (2008) gerçekleştirdikleri analize göre erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek umutsuzluk düzeyine sahip olduğu tespit

etmiştir. Bayazit ve diğ. (2007) çalışmalarında erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin tespitinde kız öğrencilere göre daha yüksek puanlar elde ettiklerinden bahsetmiştir (akt. Özmen ve ark., 2008).

Yerlikaya (2014) araştırmasında öğrencilerin kendisine ait çalışma odasının olması ve eğitim gördükleri sınıfının değiştirilmesinin sahip olduğu umutsuzluk düzeyini etkilemediğini analiz etmiştir. Bu tespitlere paralel olarak Vidinlioğlu (2010) araştırmasında sınıf değişkeni ile öğrenci umutsuzluk düzeyi arasında anlamlı bir ilişki tespit edememiştir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı 8. sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemektir. 8. sınıf öğrencilerinde özellikle yıl sonunda gerçekleştirilen LGS yaklaştıkça sınav kaygısı belirmeye başlar. Sınav kaygısı ile beraber öğrencide umutsuzlukta baş gösterir. Bu nedenle sınav kaygısı ile umutsuzluk düzeyleri arasında yakın bir ilişki bulunur. Sonuç olarak 8. sınıf öğrencilerinde sınav kaygısı ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi tam olarak detaylandırabilmek için bir dizi alt problemler oluşturulmuştur.

Araştırmada yanıt aranan alt problemler şunlardır:

1. 8.Sınıf öğrencilerinin sınav kaygı düzeyi nedir?
2. 8.Sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı kişisel değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. 8.Sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi nedir?
4. 8.Sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi kişisel değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. 8.Sınıf öğrencilerinin kişisel değişkenleri
 - a. Sınav kaygısının anlamlı birer yordayıcısı mıdır?
 - b. Umutsuzluk düzeylerinin anlamlı birer yordayıcısı mıdır?
6. 8.Sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ile umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
7. 8.Sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı umutsuzluk düzeyinin anlamlı bir yordayıcısı mıdır?

Araştırmanın Önemi

Literatürde kaygı ile mücadele etmek amacıyla birçok yöntem bulunmaktadır. Umutsuzluk ve kaygı düzeylerini azaltmak için fiziki olarak düzenli solunum egzersizleri gerçekleştirme, düzenli uyku ve planlı dinlenme yapılabilir. Bunun yanı sıra bireysel olarak davranışsal zamanın etkin kullanımı, davranışsal gelişim gösterme, hatalı ve şüpheli yaklaşımlardan uzak durulması gerekebilir. Kaygı ve umutsuzluk düzeyleri yüksek olan bireylerde kalp ritmi bozukluğu, çarpıntı, ilaç ve madde kullanımına eğilim gösterme, içe kapanma ve saldırganlık gibi davranışlar gözlemlenebilir (Duman, 2008).

8. Sınıfta eğitim sürdüren öğrencilerin orta öğretime geçiş için Liselere Geçiş Sistemi (LGS) kapsamında gerçekleştirilen sınavlarda akademik başarı göstermesi gerekir. Öğrenci ebeveynlerinin önem verdiği sınavlardan biri olan LGS öğrencinin tam ergenlik döneminde uygulanmaktadır. Tüm bu faktörler değerlendirildiğinde 8. sınıf öğrencilerinin sınav kaygı ve umutsuzluk düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir (Bacanlı ve Sürücü, 2006).

Öğrencilerdeki sınav kaygı düzeylerindeki farklılık umutsuzluk seviyelerini de etkiler. Bununla birlikte yüksek sınav kaygısı ergenlik dönemindeki öğrencilerde psikolojik rahatsızlıklara neden olabilir. Genelde öğrenciler panik atak, karın ve baş ağrısı gibi fiziksel sağlık problemleri ile kurumlara başvurdukları görülmektedir (Boyacıoğlu, 2010). Gerçekleştirilen bu tez çalışmasında 8. Sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları ile umutsuzluk seviyeleri arasındaki ilişkiler analiz edilmiştir.

Sayıtlar

- Gerçekleştirilen çalışmada kullanılan ölçek çalışmasında katılımcıların kendi düşünce ve görüşleri yer almaktadır.

Sınırlılıklar

- Araştırma 2018-2019 öğretim yılını kapsamaktadır.
- Yapılan çalışma Samsun ili, Asarcık, Kavak, Canik ve İlkadım ilçe öğrencileri ile sınırlıdır.
- Öğrencilerin sınav kaygısı ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Beck umutsuzluk ölçeği ve çocuklarda sınav kaygısı ölçeği kullanımı ile sınırlıdır.

Tanımlar

Sınav Kaygısı: Sınav zamanının öncesinde etkileri başlayan öğrenci üzerinde çeşitli fiziksel ve bilişsel değişiklikler oluşturarak öğrencinin sınav performansına olumsuz etkisi olan bir duygu karmaşasıdır (Kayapınar, 2006).

Umut: Türk Dil Kurumu umut kavramını, ummaktan doğan duygu, ümit olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 1992).

Umutsuzluk: Meydana gelen veya gelecek olaylar karşısında bireyin beklentilerinin olumsuz yönde olması kanısıdır (Türk Dil Kurumu, 1992).



BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Ergenlik Dönemi

Ergenlik dönemi uzmanlar tarafından çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi olarak tanımlanır. Ergenlik dönemi olarak Dünya Sağlık Örgütü'nün belirlemiş olduğu yaş aralığı 10-19 yaştır. Gençlik dönemi olarak ise 15-24 yaş aralığı belirlenmiştir. Ergenlik dönemindeki bireyler bu dönemde fiziksel, duygusal ve sosyal olarak hızlı bir değişim yaşarlar (Demirezen ve Coşansu, 2005).

Dünya Sağlık Örgütünden elde edilen verilere göre dünyada 2.2 milyar ergenlik döneminde birey olduğu öne sürülmektedir (WHO, 2017). Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre ise Türk toplumunun % 15,8'i ergenlik döneminde olan gençlerden oluşmaktadır (TÜİK, 2018).

Ergenlik döneminde bireyler normalden daha hızlı ve yoğun bir şekilde fiziksel ve ruhsal bir değişim geçirirler. Çocukluktan gençliğe geçiş dönemi olarak da adlandırılan ergenlik döneminde bireyler ani gelişim ve reaksiyonlar gösterebilmektedir (Gözcü, 2015).

Ergenlik Döneminde Fiziksel Gelişim

Ergenlik dönemi bireyin vücudunda belirli bölgelerin büyümesi ve belirli organların işlevsellik kazandığı bir süreç olarak da tanımlanabilir. Ergenlik döneminde birey; kalıtsal, fiziksel ve çevresel faktörlerden etkilenecek kendine özgü kişisel özellikler edinir. Bu kişisel özellikler bireyler arasında farklılaştığı gibi cinsiyetlere göre de değişebilir. Kızlar erkeklere nazaran ergenlik dönemini daha uzun süre yaşarlar. Bu durumun asıl sebebi kız çocuklarının ergenlik dönemine girişinin erkeklere göre daha önce olmasıdır. Ergenlik dönemi temelinde birincil ve ikincil dönem olmak üzere iki evrede incelenir. Ergenlik dönemine giren bireyin üreme organlarının gelişimini tamamladığı evreye birincil dönem adı verilir. Fiziksel anlamda tam olarak bireyin gelişimini tamamladığı evreye de ikincil evre adı verilir (Çuhadaroğlu ve Canat, 2004'ten akt. Kaşıkçı, 2014).

Ergenlik dönemi başlangıcındaki cinsiyet hormonlarının değişimi ve etkisi ile vücut kitle indeksinde artış gözlemlenmektedir. Süreç içerisinde birey normal erişkin boyunun % 70 ile %80'ine ulaşırken, sonraki birkaç yılda birey bu gelişimini tamamlamaktadır. Ergenlik

döneminde vücut ağırlığının yarısı miktarda kilo kazanımı gerçekleşir. Erkek bireylerde daha çok iskelet ve kas sistemi gelişirken bayanlarda ise daha çok vücutta yağ depolaması üzerine bir gelişim görülür. Ortalama vücut kitle artışı ve boy uzama miktarı dikkate alındığında bayanlarda ortalama 16 kg kilo artışı ve 24 cm boy uzaması, erkeklerde ise 20 kg kilo artışı ve 25 cm boy uzaması görülür (Yiğit, 2012'den akt. Karadamar, Yiğit ve Sungur, 2015).

Ergenlik Döneminde Duygusal Gelişim

Ergenlik döneminde fiziksel değişimin yanı sıra hormonlar nedeniyle duygusal bir gelişimde meydana gelir. Bu nedenle bireylerdeki mevcut ruh hali günden güne farklılık gösterebilir. Duygusal gelişim kız öğrencilerde erkek öğrencilerden daha çok farklılık gösterir (Gül ve Güneş, 2009).

Ergenlik döneminde hormonal nedenlerle meydana gelen ani duygusal değişimler bireyde gerginliğe neden olur. Bireyde oluşan bu gerginlik ve tecrübe eksikliği, sosyal ortam ve kurallara adaptasyon zorluğunu beraberinde getirir. Toplum tarafından belli bir ilgi ve saygıyı hak ettiğini düşünen ergenlik dönemindeki bireyler toplumsal kurallara riayet etmeyerek uyum sorunu yaşarlar. Bu sebeple ergenlik döneminde bireylerde öfke, saldırganlık ve kırılganlık oluşabilir (Adana ve Arslantaş, 2011).

Ergenlik Döneminde Bilişsel Gelişim

Piaget'in yaptığı araştırmalar sonucunda bilişsel gelişim dönemleri dört ana başlık altında toplanmıştır. Ergenlik döneminde bulunan bireyler soyut işlemler kategorisinde yer alır. Bu dönemde bireyler gerçek ve olası olaylar arasında ilişki kurmaya çalışır. Aynı zamanda bu bireylerde geçmişte ve gelecekteki olgular aynı anlamı ifade edebilir. Gelecekte olabilecek olaylarda ergen bireyler bütün ihtimaller üzerinde durabilir. Bunun yanı sıra bazı olayların tesadüfi olarak gerçekleştiğine de inanabilir. Ergenlik dönemindeki bireylerin soyut olaylara ilgisinin artmasıyla birlikte, diğer kişilerin bakış açısındaki farklılıkları anlamaya ve ahlaki bir gelişim göstermeye başlarlar (Lindberg, 2011, s. 1-10.).

Kaygı

Psikoloji çerçevesinde değerlendirilmesi gereken kaygı olgusu bireyin beklenmedik bir tehlike durumunda kendisinde başlayan tedirginlik veya korku hali olarak tanımlanabilir. Kaygı taşıyan insanlarda olaylar karşısında ani korkular oluşabilir (Manav, 2011).

Kaygı kavramı, psikoloji literatürüne 20. yüzyılın başlarında girmiştir. Kökeni Yunancadan gelen kaygı kavramı korku ve endişe duygularının bir arada yaşanması anlamında kullanılmıştır (Köknel, 1990). Kaygı kavramını psikoloji bilim dalında ilk olarak Freud analiz etmiştir. Kaygının kaynağı olarak ise bireyin yalnız başına bırakılması gösterilmiştir (Yalom, 1999). Adler'in kaygı tanımlamasına göre bireydeki aşağılık duygusunun neden olduğundan bahsedilmektedir (Çavuşoğlu, 1990).

Bireylerde kaygı durumu mevcut rutin olarak devam eden işlerin bozulması veya yanlış anlama durumlarında belirgin olarak ortaya çıkar (Connolly ve diğerleri, 2009). Kaygı ve korku her ne kadar birbirine benzese de aslında birbirinden farklı olarak tanımlanır. Kaygı ile korku arasında temelde üç önemli farklılık bulunmaktadır. Bireylerde oluşan korkunun kaynağı belli iken kaygının herhangi bir nedeni bulunamamıştır. Şiddet açısından değerlendirildiğinde ise korkunun oluşturduğu şiddet daha fazladır. Bireydeki korku ani ve kısa süreli olurken, kaygı bir ömür boyu sürebilmektedir. Belirtilen bu farklılıklar sayesinde korku ve kaygı olguları birbirinden kolayca ayrılabilir. Diğer bir ifadeyle kaygı olgusunu nedensiz ve uzun süreli korku hali olarak tanımlayabiliriz (Subaşı, 2016).

Psikoloji dalındaki kaygı kavramı bireyin içinde bulunduğu ruh hali olarak belirtilip bireyin kişiliğinin oluşmasında önemli bir unsurdur. Psikolojik analizlere göre kaygı ile korkunun birbirinden ayrı iki kavram olduğu vurgulanmıştır. Kaygı tehditlere karşı içgüdüsel bir tepki olarak da tanımlanır (Akkaya, 1999). Köknel (1990) kaygıyı, tehdit durumunda meydana gelen duygulanım olarak ifade etmiştir. Clark ve Watson (1991) kaygıyı, patolojik ruh halinin devamı olarak tanımlamıştır.

Kaygı olgusunu ilk olarak değerlendiren ünlü psikanalist Freud yayınlamış olduğu eserinde kaygı ve korku arasındaki farklılıkları açıklamıştır (Freud, 1984). Kaygı gelişen bir duruma bağlı iken korku ise daha çok gerçekçi durum veya nesnelere kaynaklanır. Diğer bir kavram olan dehşet ise umulmadık bir durumda ortaya çıkar. Freud'a göre kaygı durumu bireyin yaşayacağı çevre ile ilk olarak karşılaştığı an olarak tanımlamıştır. Psikoloji dalındaki kaygı kavramı bireyin içinde bulunduğu ruh hali olarak belirtilip bireyin kişiliğinin oluşmasında önemli bir faktördür. Ayrıca nedeni belli olmayan ruh hali olarak da tanımlanabilir. Felsefe bilimine göre ise yaşanan dünyanın herhangi bir anlam ve amaç ifade etmediği durumda birey tarafından hissedilen ruh hali olarak tanımlanır (Özgan, Balkar ve Eşkil, 2008). Diğer bir tanımlamada kaygı kavramı nahoş ve bireyi rahatsız edici bir duygu olarak anlatılmıştır. Kaygı içerisindeki bireylerin olumsuz durumlar ile karşılaşmasında rahatsızlık duyacağı belirtilir (Manav, 2011).

Kaygı durumunun temelini inildiğinde genellikle bireyin çocukluk döneminde ailesi veya öğretmenleri ile yaşadığı etkileşimlerin sonucunda kaygının oluştuğu görülmektedir. Aile içerisinde ebeveynler çocuklarına karşı tutumlarında iyi niyetli olmalarına rağmen istemeden de olsa çocuklarda kaygı oluşumuna neden olabilmektedirler. Özellikle olumsuz davranış sergileyen aile yapılarında yetişen çocuklarda kaygı düzeyinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir (Thergaonkar ve Wadkar, 2007).

Eysenck (1992) kaygı duygusunu tehdit durumu karşısında itici bir durum olarak tanımlamıştır. Kaygı durumu insanlarda fiziksel, duygusal ve zihinsel boyutta yaşanır (Baltaş, 2005). Özerkan (2004) göre ise kaygı nedensiz bir korku türü olarak ifade edilir. Psikolojik olarak ise kaygı sinir endişe, huzursuzluk oluşturan sıkıntı duygusudur.

Freud insanın ilk doğduğu anda kaygı durumunu yaşadığını ifade eder. Aynı zamanda bu durumun yaşamı boyunca meydana gelen kaygı durumlarına öncülük ettiği düşünülür (Geçtan, 2005). Boyacıoğlu (1998) kaygıyı karşılaşılan olaylar karşısında tehlikeli bir durumu abartılı ve gerçekçilikten uzak bir şekilde tasvir ederek bireydeki farklı duyguların karışımı olarak tanımlamıştır.

Kaygı olgusunun oluşumunda birçok uyarıcı bulunur. Bu uyarıcılar bireydeki bunaltı, endişe ve sıkıntı duyguları olarak tanımlanır. Kaygının en alt seviyesi tedirginlik olarak ifade edilirken en üst seviyesi ise aşırı panik olarak tasvir edilir (Öztürk, 1997). Birey için büyük bir sorun olan kaygı obsesif ve fobik bozukluklara neden olabilir. Ricketts ve Donohoe (2000) kaygıyı panik ve anksiyete bozukluğu olmak üzere iki sınıfa ayırmışlardır. Özer (200) kaygıyı, hisse senedine benzeterek seviyesi artıp azalabilen bir olguya benzetir.

Kaygı belirtileri bireyin ruh hali incelendikçe daha belirgin şekilde anlaşılır. Kaygı, tehlike içinde bulunan bireyde çevresel faktörlerin etkisiyle meydana gelen ruh hali olarak ifade edilmiştir (Öner, 1977). Kaygının oluşumunda insan anatomisinde hipotalamus ve beyin sapı devreye girer (Davis, 1992).

Kaygı Çeşitleri

Spielberger kaygı olgusunda yaptığı ayrıma göre durumluk ve sürekli kaygı türleri tespit etmiştir (Spielberger, 1972). Bu kaygı türleri aşağıda açıklanmıştır:

Durumluk Kaygı

Çevresel ve sosyal etkilerden dolayı bireyin içinde bulunduğu olumsuz durumdan dolayı bireyde kişisel korkular oluşabilir. Zamanla bu durum birey açısından tehdit olarak algılanabilir. Tehlike altında bireyler durumluk kaygı sendromu yaşarlar. Durumluk kaygı birey üzerinde titreme ve terleme gibi bir takım istenmeyen fiziksel tepkilere yol açar (Konyalıoğlu, 2013). Spielberg öne sürmüş olduğu sınav kaygısı modelinde sağlık açısından iyi durumda olan öğrencilerin sınav dönemlerinde kendisinde kaygı olgusu oluşturacak sınavları kendi açılarından tehdit olarak görebilirler. Yüksek sınav kaygısı taşıyan öğrenciler durumluk kaygı sendromu içerisinde tepkiler gösterebilir. Bu tepkilere heyecanlı olmak, olumsuz düşünme örnek verilebilir (Bacanlı ve Sürücü, 2006).

Sürekli Kaygı

Bireyin genelde gergin bir ruh hali içerisinde olması bir takım kaygıları beraberinde getirir. Bu sebeple kaygı taşıyan bireylerin durumları olumsuz yorumlamasına neden olabilir (Güler ve Çakır, 2013). Birey bu durumu stres olarak yorumlamaktadır. Kimi zaman birey geçmiş yaşantılarını kendi açısından tehdit olarak görebilir ve bireyin ruh halinde memnuniyetsizlik veya mutsuzluk görülebilir. Sürekli kaygı durumu bireyin yaşam boyunca devam eden bir kişilik özelliği olarak devam eder (Konyalıoğlu, 2013).

Kaygının Birey Üzerindeki Etkileri

Kaygı taşıyan bireyler genel olarak mutsuzluk ve endişe taşır. Kaygı taşıyan bireylerin vücudu sürekli olarak gergin ve kasılmış durumdadır. Diğer bir ifadeyle birey sürekli olarak tetiktedir. Ayrıca kaygılı bireyler saldırgan bir tavır takınarak kendi vücuduna ısırma ve kaşıma gibi hareketlerle geçici hasarlar verebilir (Vural, 2004). Aynı zamanda kaygı altındaki bireylerde iştahsızlık, uykusuzluk, yer yer mide bulantısı, uyanamama gibi sorunlarla karşı karşıya kalabilmektedir. İlerleyen zamanlarda bireyde sürekli konuşmada aksaklıklar ve ağlama nöbetleri görülebilir. Kaygı durumunun birey üzerindeki etkileri fiziksel, ruhsal, duygusal ve davranışsal olarak ayrı kategorilerde analizi gerçekleştirilmiştir (Baltaş, A. ve Baltaş, Z. 2000).

Kaygının birey üzerindeki fiziksel etkilerine en önemli örnek bireyin yüksek hassasiyet derecesine sahip olmasıdır. Bu bireylerde göz bebeklerinde büyüme, sindirim sistemi sorunları, kandaki oksijen seviyesinin artması ve mide kasılma sorunları görülebilir.

Bireydeki kaygının oluşturduğu duygusal etkilere sinirlilik hali, gergin olma durumu, ilgisizlik, utanma, yorgunluk ve yalnızlık hissi örnek verilebilir. Kaygı bireyin davranışları üzerinde bir takım değişikliklere neden olabilir. Bu değişikliklere duygu patlamaları yaşaması, saldırganlık, iştahsızlık veya aşırı yemek yeme durumu örnek gösterilebilir (Baltaş, A. ve Baltaş, Z. 2000). Kaygının bireyin zihninde oluşturduğu etkilere kararsızlık, odaklanamama, unutkanlık, olumsuz görüşe sahip olma ve katı davranışlar sergileme gibi zihinsel etkiler görülebilir.

Sınav Kaygısı

Kaygının bir türü de sınav kaygısıdır. Sınav öncesinde öğrenilmiş bilginin, sınav sırasında etkin bir biçimde kullanılmasına engel olan ve dolayısıyla başarının düşmesine yol açan yoğun kaygıya sınav kaygısı denir (Kayapınar, 2006).

Literatürdeki çalışmalara konu olan sınav kaygısının, başarısızlık ve sosyal ortamın getirdiği eleştiri ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda bireyin özgüveninin, kendine olan saygısının ve özelliklerinin de sınav kaygısına etkisi olduğu gözlemlenmiştir. Yüksek sınav kaygısı taşıyan öğrencilerin ailelerinin baskıcı bir tutuma sahip olduğu ve yüksek beklenti içerisinde olduğu gözlemlenmiştir. Uzmanların görüşüne göre aile bireylerinin baskıcı tutumdan ziyade destekleyici bir davranış sergilemesi gerekmektedir (Eker, 2016).

Sınav kaygısının öğrencinin akademik performansı üzerine etkilerine yönelikte araştırmalar bulunmaktadır. Wine (1980) tarafından yapılan çalışmada sınav kaygısının öğrenci performansını ne düzeyde etkilediği incelenmiştir. Bu analizde dikkat modeli kullanılarak öğrencinin sınav süresince hangi eğilimlere yöneldiği saptanmıştır. Yüksek sınav kaygısı taşıyan öğrencilerde sınav boyunca dikkat odağının bazı kuruntulara yöneldiği tespit edilmiştir. Bu sebeple öğrenci sınav süresince gerekli süreyi sınav sorularına ayıramadığı için performansında düşüklük gözlemlenir. Bu bağlamda elde edilen çıkarım ise yüksek sınav kaygısı taşıyan öğrenciler, sınavları aşılması zor olan bir durum olarak nitelendirmekte ve dikkat problemi yaşamaları sonucunda sınavlarda başarısız olmaktadır. Ayrıca yeterli düzeyde sınav öncesi hazırlığın olmaması sonucunda zihinsel özelliklerini yeterli düzeyde kullanamama ve yoğun endişe hali durumları ortaya çıkar (Bacanlı ve Sürücü, 2006).

Woodburg (2002) ve Brown (2002) yapmış oldukları çalışmada birey kaygı düzeyleri ile öğrenci akademik başarılarının ters orantılı olduğunu gözlemlemiştir. Öğrencilerin

kaygı düzeylerin belli bir seviye kadar düştüğünde akademik başarının arttığı ve çok az düzeyde sınav kaygısı taşıyan öğrencilerde de akademik başarının tekrar düştüğü analiz edilmiştir. Koçkar ve diğerlerinin (2002) yapmış oldukları analizlerde yüksek sınav kaygısı taşıyan ilk okul öğrencilerinin akademik başarı düzeyinin düşük olduğunu saptamıştır (Koçkar ve diğ., 2002'den akt. Bacanlı,2012 ve Sürücü, 2006).

Yıldırım (2007) yüksek sınav kaygısı taşıyan öğrencilerin oranının yaklaşık olarak sınıf mevcudiyetinin yarısı olduğunu tespit etmişlerdir (akt.Güler ve Çakır, 2013).

Öğrencilerin cinsiyeti açısından sınav kaygısı değerlendirildiğinde kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla sınav kaygısı taşıdığı tespit edilmiştir. Sınav kaygısının erkek öğrencilerde kuruntu şeklinde, kız öğrencilerde ise duyusallık boyutunda olduğu gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra Fiore (2003) öğrenci cinsiyetinin sınav kaygısı ile anlamlı ilişkisi olmadığını ifade etmiştir (Fiore, 2003'ten akt. Bacanlı ve Sürücü, 2006).

Kirkland ve Hollandsworth (1980) çalışmalarında öğrenci çalışma düzeni ile kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Kaliteli bir şekilde çalışma düzenine sahip öğrencilerin sınav kaygısı oldukça yoğun olduğu gözlemlenmiştir (Bacanlı ve Sürücü, 2006). Üniversiteye giriş sınavları için hazırlık yapan öğrencilerin kaygı düzeylerinin, cerrahi bir operasyon geçirmesi gereken hastanın kaygı düzeyinden göre yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Güler ve Çakır, 2013).

Erkan (1991) çalışması sonucunda üniversite geçiş sınavları için hazırlanan öğrencilerdeki sınav kaygısı kuruntu boyutuna ulaşarak elde ettikleri sınav başarı puanını düşürdüğünü tespit etmiştir. Öğrencinin motivasyonu ve çalışma alışkanlıkları sınav kaygı düzeylerinin azalmasına yol açtığı gözlemlenmiştir. Buna paralel olarak öğrencinin akademik başarısı artmıştır (Erkan, 1991'den akt. Bacanlı ve Sürücü, 2006).

Sınav kaygısı ile öğrencinin akademik başarı ertelemesi arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ferrari ve diğerleri (1995) sınav kaygı düzeyi ile akademik ertelemenin paralellik gösterdiğini öne sürmüşlerdir (Ferrari ve diğer.1995'ten akt.Kandemir, 2012).

Rasor (1998) yapmış olduğu çalışmada sınav kaygısı ile öğrencinin çalışma becerisi arasında anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Öğrencinin çalışma beceresindeki eksiklikler sınav kaygısını artırdığı görülmüştür. Aynı zamanda öğrencinin yaşı, ırkı ve cinsiyetinin de sınav kaygısı üzerinde etkileri olduğunu tespit etmiştir. Elde ettiği bulgular kız öğrencilerin daha

fazla sınav kaygısı taşıdığını ve yaşa bağlı olarak sınav kaygısının arttığını göstermektedir (Rasor 1998'den akt. Bacanlı ve Sürücü, 2006).

Sud ve Parabba (1996) çalışmasında yüksek kaygı düzeyine sahip öğrencilerin ders çalışma alışkanlığı ve akademik özelliklerinin yetersiz olduğunu analiz etmiştir. Ayrıca etkin çalışma alışkanlığı olan öğrencilerde sınav kaygısının düşük olduğu gözlemlenmiştir (Sud ve Parabba, 1996'dan akt. Bacanlı ve Sürücü, 2006).

Schutz ve diğerleri (2002) yapmış oldukları çalışmada sınav kaygısı yüksek olan öğrencilerde bencillik durumunun daha yaygın olduğu ve kendilerine sürekli olarak öz eleştiri yaptığını ifade etmişlerdir (Schutz ve diğ.,2002'den akt. Bacanlı ve Sürücü, 2006).

Gerçekleştirilen diğer bir araştırmada sosyoekonomik durumu yüksek olan ailelere sahip öğrencilerin sınav kaygısının yüksek olduğu görülmektedir. Oluşan bu durumun sebebi ailenin çocuğuna sunmuş olduğu sınırsız maddi ve manevi imkânlar olarak gösterilmiştir. Öğrencinin sahip olduğu bu imkânlar gelecek hayallerinin ulaşılamaz olmasına ve kaygı düzeyinin yükselmesine sebep olmaktadır (Başoğlu, 2007).

Aral ve Başar (1998) gerçekleştirdiği çalışmada anne ve babası ayrı olan ve birlikte yaşayan öğrencilerin kaygı durumlarını analiz etmişlerdir. Parçalanmış aileye sahip öğrencilerin daha yüksek sınav kaygısı taşıdığı tespit edilmiştir. Yıldırım (2006) yapmış olduğu çalışmalar sonucunda otoriter ailelere sahip öğrencilerin sınav kaygısının yüksek olduğunu, destekleyici tutum sergileyen ailelere sahip öğrenciler de ise sınav kaygısının düşük olduğunu gözlemlemiştir (Eker, 2016).

Spielberger sınav kaygısını, öğrenci değerlendirme sürecinde gerçek performansını göstermesini engelleyen olumsuz etkilere sahip duygusal ve bilişsel davranışların neden olduğu durum olarak tanımlamıştır (Spielberger, 1972). Birey geçmişte yaşamış olduğu olayların neticesinde sınava kendi açısından anlam yükleyerek bu doğrultuda gerginlik yaşamaktadır. Öğrenci içinde bulunduğu gerginlik halinden ötürü asıl performansını sınav süresince gösterememektedir. Sınav kaygısı barındıran bireylerde sınav esnasında öncesinde bildiği konuları hatırlayamaması veya karıştırması gibi durumlar ortaya çıkmaktadır.

Sınav kaygısı temelde kuruntu ve duyusallık olmak üzere iki sınıfta incelenmesi gerekir. Kuruntu, durumu bireyin sınav esnasında gösterdiği performansı üzerine düşüncelerini içerir (Gençdoğan, 2002). Genelde içsel konuşmalar olarak sınavda bireyin odaklanmasını zorlaştırır. Bu nedenle sınav süresinin sonlarına doğru bireyde yoğun stres

durumu ortaya çıkar. Sınav süresince bireyin zihninde oluşan bu olumsuz görüşler şüphelerin oluşmasına yol açar. Oluşan şüpheler doğrultusunda birey sınav sorularına cevap vermekte tereddüt yaşayabilir. Aynı zamanda kuruntular bireyin zihnini sürekli olarak meşgul ederek yormaktadır. Böylece birey sınavda düşük performans göstermekte ve başarısız olmaktadır. Sınav kaygısının vücut içerisindeki etkileri duyuşallığın sinir sistemine etkisi ile görülebilir (Deffenbacher, 1986). Birey duyuşallık içerisinde kalp ritminde artış, terleme, kızarma ve gerginlik halleri yaşayabilir. Bireyin sınav performansına bilişsel faktörlerin negatif açıdan etkileri oldukça fazladır. Sınav kaygısı oldukça yüksek olan öğrenciler sınav süresi haricinde hayatının tüm evrelerinde gergin ve sınırlı bir yapıya sahip olurlar. Yüksek ve düşük kaygı seviyelerinin öğrencinin öğrenmesi üzerine olumsuz etkisi olsa da orta seviyedeki kaygının öğrenmeyi kolaylaştırdığı gözlemlenmiştir (Deffenbacher, 1986).

Sınav Kaygısının Anlaşılmasını Sağlayan Belirtiler

Sınav kaygısı taşıyan bireylerde fiziksel, ruhsal, zihinsel ve davranışsal bazı belirtiler bulunur. Fiziksel olarak kusma, mide ağrıları, baş ağrısı ve çarpıntı belirtileri görülebilir. Ruhsal açıdan çaresizlik, endişe, korku ve panik belirtilerine rastlanabilir. Zihinsel bakımdan unutkanlık ve dikkat dağınıklığı belirtilerine sıklıkla rastlanmaktadır. Davranışsal belirtiler değerlendirildiğinde ders çalışmama, derse odaklanamama, sınavı yarıda bırakma ya da sınava hiç girmeme durumları yaşanabilir (Boyacıoğlu ve Küçük, 2011).

Sınav kaygısı bulunan öğrencilerde performans düşüklüğünden dolayı bazı olumsuz görüşler baş gösterebilir. Sınav kaygısı taşıyan öğrencilerde sınavda hiç başarılı olamayacağı, sınavda başarı gösterememesi durumunda her şeyin son bulacağı, kendisini diğer öğrencilerden başarısız görme, sınavda herhangi bir başarısızlıktan sonra tekrardan düzeltmeyeceği inancı ve ailelerine karşı hangi yüzle bakarım düşünceleri oluşmaktadır (Tekbaş, 2009).

Sınav Kaygısının Birey Üzerinde Olası Etkileri

Sınav kaygısı taşıyan öğrencilerde öğrenme sürecini olumlu yönde etkileyen hormonlar salgılandığı tespit edilmiştir. Sınav kaygı düzeyinin artmasıyla beraber öğrenme sürecinde bazı karışıklıklar ortaya çıktığı görülmüştür. Öğrenme durumunun oldukça zorlaştığı ve uzun sürelere ihtiyaç duyduğu tespit edilmiştir. Sınav kaygı seviyesi düşük olan öğrencilerin yüksek sınav kaygısı taşıyan öğrencilere göre daha yüksek sınav performansı

gösterdikleri kanıtlanmıştır (Konyalıoğlu, 2013). Yüksek sınav kaygısı beyinde salgılanan hormon düzeyini artırdığından gereken proteinlerin üretilmesi yavaşlamaktadır. Bu durum öğrenmeyi güçleştirmektedir. Normal seviyede sınav kaygısı taşıyan bireyler sınavları fırsat olarak görmektedirler. Yüksek sınav kaygısı olan bireyler ise sınavları kendileri için birer tehdit olarak tanımlarlar. Aynı zamanda bu durum bireyde karamsarlığın oluşmasına neden olur (Vural, 2004).

Okul içerisinde gerçekleştirilen sınavlar ve genel sınavlar bireyler üzerinde sınav kaygısının oluşmasına neden olurlar. Sınav kaygısının öğrenciler üzerindeki etkileri azaltılmaya çalışılsa da öğrenci performansında düşüklüğe neden olmaktadır. Bununla birlikte sınav kaygısı taşıyan bireylerin kişisel gelişimlerini tam olarak tamamlayamadıkları görülmektedir (Enright, Baldo ve Wykes, 2000).

Öğrenciler Üzerinde Sınav Kaygısının Olası Etkileri

Sınav kaygısının üzerine yapılan çoğu çalışmada sınav kaygısının öğrenci zihninde öğrenmeyi tetiklediği ve teşvik ettiği tespit edilmiştir (Kayapınar, 2006). Yüksek seviyedeki kaygı düzeyi yaşayan öğrencilerde öğrenme karmaşık hale gelmekte ve zorlaşmaktadır. Düşük kaygı seviyesine sahip öğrenciler daha kolay öğrenip sınavlarda daha başarılı olmuşlardır. Yüksek kaygı düzeyine sahip bireylerde salgılanan hormonlar beyinde protein yetersizliğine neden olup öğrenmeyi zorlaştırmaktadır. Normal sınav kaygısı taşıyan bireyler küçük çaplı sınavları fırsata dönüştürürken, yüksek kaygı düzeyine sahip bireyler ise bu tür sınavları kendileri için tehdit olarak algılamaktadırlar (McDonald, 2001). Aynı zamanda bu bireyler ders çalışmak için daha fazla süreye ihtiyaç duymakta ve sınavlarda performans düşüklüğü yaşamaktadırlar. Bu nedenle yüksek sınav kaygısı taşıyan öğrenciler kendilerini gerçek dışı bir durumda olduklarını farz ederek umutsuzluğa kapılmaktadırlar.

Genel anlamda sınavlar öğrenciler için kaygı kaynağı olup hem genel hem de sınıf içi sınavlarda öğrenci üzerinde yoğun baskıların oluşmasına neden olmaktadır. Öğrenciler üzerindeki sınav kaygısı çeşitli yöntemlerle azaltılmaya çalışılsa da sınav kaygısı öğrencinin performansını düşürmektedir.

Umut ve Umutsuzluk Kavramı

Umut kavramının zıt anlamlısı olan umutsuzluk kavramını tam olarak anlamak için umut kavramının anlaşılması gerekmektedir. Türk Dil Kurumunca tanımlanan umut kavramı

bireydeki güven ve ümit olarak tasvir edilir (TDK, 1992). Kutlu (1998) açısından umut kavramı ulaşılması amaçlanan hedef için olumlu beklentiler olarak tanımlanır. Umut kavramı karşılaşılan bir durum için olumlu olan beklentilerin gerçekleşmesini beklemektir. Bununla birlikte umut sahibi olan birey amacını gerçekleştirmek için onu teşvik eder ve iyi bir birey olma olgusunu ortaya çıkarır. Güner (1999) tanımlamış olduğu umut kavramında bireyi güçlendiren ve yaşamını güzelleştiren yaklaşıma sahip olmak olarak adlandırmıştır. Melges'e (1969) göre umut kavramı ise bireyin hayattan beklentilerini, isteklerini ve hayata beslediği duyguları barındırır. Umudun içgüdüsel bir duygu olduğunu ve bireyin yeteneklerini göstermesi için motivasyon kaynağı olduğundan bahsedilmiştir.

1900'lü yılların ikinci yarısında gerçekleştirilen psikolojik araştırmalar sonucunda bireydeki umut olgusu bireyin kendini daha iyi hissetmesini sağladığı kanıtlanmıştır. Aynı zamanda umutlu bireyler olumlu beklentiler içindedir (Cheavens ve diğerleri, 2006). Umut kavramı bireyde gelişen durumlar karşısında bir çıkış yolu olduğunu öngörmesini sağlar. Umut kavramının zıt anlamlısı olan umutsuzluk kavramı bireydeki olumsuz beklentiye yansır. Umutsuzluk, bireyi kötümserliğe ve başarısızlığa götürür (Tümekaya, 2005).

Umutsuzluk, birey veya toplum içinde fiziksel ve zihinsel olarak olumsuz bir durumun değişemeyeceğine ilişkin ruh halidir. Umutsuzluk içerisindeki bireyde yaşamış olduğu kötü gelişmelerin devam edeceği ve iyi durumların gelişmeyeceği inancındadır. Bu durum içerisindeki bireyler mevcut kötü durumların değişemeyeceği kanısındadır (Çelikel ve Erkorkmaz, 2008).

Psikoloji birliklerinin yapmış olduğu tanımlamada umutsuzluk olgusunun bireylerin içerisinde bulunduğu durumlarda kısıtlamalar getirdiği ve kendi enerjisini harekete geçiremediğini vurgulamıştır (Yıldırım, 2007). Lester'in yaptığı umutsuzluk kavramında olası olumsuzlukların oluşabileceği ve bireydeki bilişsel bozukluklardan kaynaklandığını belirtmiştir. Hogan'a göre umutsuzluk, ilerleyen zamanlarda olumlu gelişmelerin görülemeyeceği olumsuzlukların devam edeceği ön yargısı olarak açıklanmıştır (Yerlikaya, 2006).

Umutsuzluk içerisindeki bireylerde hayata dair olumsuz olayların fazla olması olumlu olayların seyrek bir şekilde mevcut olduğu inancı vardır. Mevcut durumun gelecekte daha da kötüye gideceğine dair olumsuz görüşler bireyde umutsuzluk duygusunu beraberinde getirmektedir. Bireyin içinde bulunduğu iyimserlik durumu gelecekte olumlu olayların gerçekleşeceği beklentisini oluşturur. Kötümserlik durumu ise gelecekteki olumsuz olayların

gerçekleşeceği ruh halidir. Kötümserlik mevcut ve gelecekteki yaşantılar için negatif görüşleri içerir. Kötümser bireylerde kendisi için olumlu planlamalar yapmak yerine olumsuz beklentiler hakimdir. Melges yapmış olduğu umutsuzluk tanımında bireyin ulaşmak istediği başarıya karşı düşük motivasyon olarak adlandırmıştır. Bu tanımlama içerisinde bireyler için uzun vadeli amaçlarına ulaşmasının mümkün olmadığı ve bu durumun bireyde depresif umutsuzluk geliştirebileceğini belirtmiştir (Melges, 1969). Lynch'a göre umutsuzluk bireyin yaşantısında her an karşılaşılabileceği psikolojik durum olarak nitelendirilmiştir. Burns'e göre ise umutsuzluk durumu ise mevcut durumdaki problemlerin değişmeyeceğine bireyin inanmasıdır (Yerlikaya, 2006). Horney (1993) ise bireyin başarısızlık karşısında göstermiş olduğu orantısız tepki olarak umutsuzluğu açıklamıştır. Umutsuzluk içerisindeki birey yaşantısındaki olumsuz durumlara boyun eğme eğilimi gösterir.

Bireydeki umut ve umutsuzluk durumu bir bakımdan gelecekteki beklentilerin oluşma ihtimalini gösterir. Umutlu bir bireyde amaca yönelik yapılan eylemlerde başarının elde edileceği ön görüşü bulunurken umutsuzlukta ise tam tersi bir durum mevcuttur. Umutsuz bireyler hiçbir zaman başarılı olamayacağını ve içinde bulunduğu problemlerini çözemeyeceğine inanmışlardır. Gerçek dışı sebeplerle bireyin yaşantısına yanlış anlamlar yükleyerek gelecekteki hedeflerine yönelik herhangi bir çaba sarf etmemesi umutsuzluk durumundan kaynaklanır. Umutsuzluk durumu gerçekleşme zamanına, bireyin karakterine ve beklentisine bağlı olarak gerçekleşir. Umutsuzluk kavramı bireyde üç aşamadan geçerek oluşur. İlk aşama bireyin hayatı boyunca kendine koyduğu hedeflere yeteneği veya şans eseri ulaşacağına inanmasıdır. Özellikle şansa daha çok inanan bireyler hedeflerine ulaşmak için daha az çaba gösterirler. Hedefin bireye getirisi dikkate alınarak bireyde oluşturduğu öz güvensizlik umutsuzluğun ana unsurlarından biridir. İkinci aşama ise bireyin başkalarına karşı duyduğu güvensizliktir. Belirtilen güvensizlik durumu bireyde umut olgusunun oluşmasını engeller. Bu karaktere sahip bireyler uzun vadeli hedefler yerine kısa vadeli hedefler koyarlar. Umut olgusu kısa ve uzun vadeli bütün hedeflere ulaşabileceği hedefler koymasını sağlar. Üçüncü aşama ise hedeflere ulaşırken gereken sürenin uzaması bireyi umutsuzluğa sevk edebilir (Dilbaz ve Seber, 1993).

Kula (2008) çalışmalarında öğrencinin sahip olduğu kardeş sayısının umutsuzluk düzeyine herhangi bir etkisi olmadığı gözlemlenmiştir. Özmen ve diğerlerinin (2008) çalışmasında ise konut değişkeninin öğrencilerin umutsuzluk düzeyi ile anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Aileleri kirada oturan öğrencilerin umutsuzluk düzeyinin kendi

evlerinde ikamet eden öğrencilerin umutsuzluk düzeyine göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Karataş ve Gökçakan (2005) yapmış oldukları çalışmada lise öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin, sınıf düzeyleri ve cinsiyet değişkenlerine göre farklılaştığını tespit etmişlerdir. 11. sınıf öğrencilerinin ve erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir (Karataş ve Gökçakan, 2005'ten akt, Sayar, 2012).

Kodan (2013), üniversite öğrencileri üzerinde umutsuzluk ile inanç değişkeni arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Erkek öğrencilerin inanç değişkenine göre elde ettikleri toplam puanın kız öğrencilerin elde ettikleri puana göre oldukça yüksek olduğu ifade edilmiştir.

Gerede (2002) çalışmasında ilköğretimde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini etkileyen değişkenleri analiz etmişlerdir. Elde edilen bulgulara göre cinsiyet, öğrenci yaşamındaki travmatik hadiselerin yoğunluğu ve baba tutumunun umutsuzluk düzeylerini etkilemediği anlaşılmıştır. Ailenin sosyoekonomik düzeyi, anne tutumu, anne baba eğitim düzeyi, ebeveynlerin eğitim düzeyi ve çalışma durumları ile öğrenci umutsuzluk düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Gerede, 2002'den akt. Yerlikaya, 2006).

Bireydeki Umutsuzluk Belirtileri ve Nedenleri

Melges'e (1969) göre bireydeki umut veya umutsuzluk olgusu birçok bilişsel durumların birleşiminden oluşur. Bilişsel durumlar arasında şansa inanmama, güvensizlik ve kısa dönemli hedefler koyma sayılabilir. Umutsuzluğun nedenlerinin başında bireyin sahip olduğu yeteneklerini uzun süre olarak sürdürememesi gösterilmektedir. Bu durum bireyin beden sağlığının bozulmasını ve strese girmesine neden olur. Diğer bir nedense bireyin karşılaştığı zorluklar karşısında kendisini bırakmasıdır. Son olarak ise başta kendine olan inancını kaybederek bireyi umutsuzluğa sevk eden sebeplerdendir.

Bireydeki oluşan umutsuzluğun belirtileri arasında bireyin konuşma üslubundaki kötümser tavır gösterilebilir. Aynı zamanda konuşmalarında edilgen ifadeler yer alan bireyin umutsuzluk içinde olduğu söylenebilir. Bununla birlikte umutsuzluk olgusu taşıyan bireylerde duygularını ifade etme konusunda yetersiz oldukları gözlemlenmiştir. Farklı durumlarda inisiyatifte kullanamamaktadır. Ayrıca, dışardan gelen uyarılara herhangi bir reaksiyon göstermemektedirler. Bu bireyler dış ortamda sosyal ilişkilerde zayıftır ve çevresine karşı aşırı

ilgisizlik gösterirler. Fiziksel olarak ise uyku düzensizliği ve iştah azalması görülür (Yıldırım, 2007).

Bireylerde Gözlemlenen Umutsuzluk Türleri

Uzmanlar umutsuzluğu duygusal boyutunun yanı sıra bilişsel olarak da değerlendirir. Frank'a göre umut kavramını duygu ve düşüncenin anlamlı bir kombinasyonu olarak değerlendirir. Ayrıca umudun bireylerin psikolojik tedavi sürecinde oldukça üzerine durulan bir kavram olduğunu ve iyileştirmeyi hızlandırdığı gözlemlenmektedir (Ağır, 2007). Ekland ise umut kavramını genel ve özel konsept olarak iki sınıfa ayırmaktadır. Genel konseptteki umut herhangi bir nesneye bağlılık göstermezken özel konseptteki umut ise bireyin ulaşacağı hedef nesne olarak tanımlanır. Diğer bir ifadeyle genel konseptteki umut, bireyin umut düşüncesini taşımasını sağlarken özel konseptteki umutta bireyin hedefe ulaşmak için taşıdığı umut olarak ifade edilir. Aynı zamanda umudu altı farklı boyutta tanımlamıştır. Bu boyutlar duygulanım, bilişsel, davranışsal, birleştirici, zaman ve genel olarak ayrılmıştır (Yerlikaya, 2006).

Umut kavramı Synder ve arkadaşlarına(1991) göre duygusal ve bilişsel olarak iki sınıfta değerlendirilmiştir. İlk sınıfa ait umudu taşıyan bireylerde hedeflerine ulaşmak için gereken gücü kendilerinden hissetmektedirler. Bu boyuttaki umut olgusunda bireyler daha önce kararlarında verdikleri başarılı kararlar ile geleceğe dair yapacağı işlerde de başarılı kararlar verebileceği umudunu taşırlar. Bilişsel umuda sahip bireylerde ise yaşamında başarılı planlamalar yapmış ve yapabilecek yetiye sahip olduğuna inancı mevcuttur. İki sınıfta bireyler üzerinde olumlu etkileri mevcuttur (Yerlikaya, 2006).

BÖLÜM III

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma ortaokul öğrencilerinin sınav kaygısı ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi analiz eden ilişkisel bir tarama modelindedir. İlişkisel tarama modelinde, iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığı ve/veya derecesinin belirlenmesi amaçlanmaktadır (Karasar, 2008).

Çalışma Grubu

Araştırma Samsun ilindeki Asarcık, Kavak, Canik ve İlkadım ilçelerindeki 8. Sınıfta öğrenim gören 463 kız (% 58,3) ve 331 erkek (% 41,7) olmak üzere toplam 794 sekizinci sınıf öğrencisi ile yürütülmüştür. Çalışma grubundaki öğrencilerin yaş ortalaması 13,52 olarak belirlenmiştir. Çalışma grubundaki öğrencilerin özellikleri Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo.1. Öğrencilerin Ele Alınan Değişkenlere Göre Dağılımı

		n	%
Başarı Durumu	Takdir aldı	333	41,9
	Teşekkür aldı	268	33,8
	Belge almadı	193	24,3
	Okuma-yazma bilmiyor	85	10,7
Anne Öğrenim Durumu	İlkokul	364	45,8
	Ortaokul	216	27,2
	Lise	99	12,5
	Lisans/lisansüstü	30	3,8
Baba Öğrenim Durumu	Okuma-yazma bilmiyor	32	4,0
	İlkokul	261	32,9
	Ortaokul	229	28,8
	Lise	205	25,8
Ailenin Ortalama Geliri	Lisans/lisansüstü	67	8,4
	2500 TL altı	348	43,8
	2500 TL – 3999 TL	297	37,4
	4000 TL ve üzeri	149	18,8
Anne-Baba Birlikte	Birlikte yaşıyor	748	94,2
	Ayrı yaşıyor	19	2,4
	Boşanmış	27	3,4
Aile Türü	Çekirdek aile	748	94,2
	Geniş aile	19	2,4
	Parçalanmış aile	27	3,4

Tablo 1 incelendiğinde öğrencilerin % 41,9'unun (n = 333) takdir aldığı, % 33,8'inin (n=268) teşekkür aldığı ve %24,3'ünün (n=193) belge almadığı görülmektedir. Anne-baba öğrenim durumu açısından değerlendirildiğinde öğrencilerin %10,7'sinin (n = 85) annesi ve % 4'ünün (n = 32) babasının okuma yazma bilmediği, % 45,8'inin (n = 364) annesi ve % 32,9'unun (n = 261) babasının ilkökul mezunu, % 27,2'sinin (n=216) annesinin ve % 28,8'inin (n = 229) babasının ortaokul mezunu, %12,5'inin (n=99) annesinin ve % 25,8'inin (n=205) babasının lise mezunu, % 3,8'inin (n=30) annesinin ve % 8,4'ünün (n = 67) babasının lisans/lisansüstü mezunu olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin %43,8'inin (n = 348) ailesinin ortalama gelirinin 2500 TL altı, %37,4'ünün (n = 297) 2500 ve 3999 TL arası, % 18,8'inin (n = 149) 4000 TL ve üzeri geliri olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin %94,2'sinin (n = 748) annesi-babası birlikte yaşarken, % 12,4'ünün (n=19) annesi-babası ayrı yaşıyor ve % 3,4'ünün (n = 27) annesi-babası yaşamaktadır. Aile türü açısından incelendiğinde ise öğrencilerin % 94,2'si (n = 748) çekirdek ailede, % 2,4'ü (n = 19) geniş ailede ve % 3,4'ü (n = 27) parçalanmış ailede yaşamaktadır.

Ölçme Araçları

Araştırma kapsamındaki öğrencilere ait sosyal ve ekonomik özelliklerin elde edilmesi araştırmacı tarafından sağlanmıştır. Kullanılan form öğrencilerin sınav kaygısı ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkisi olabilecek değişkenleri içerir. Bu değişkenler öğrencinin cinsiyeti, ailesinin ortalama aylık geliri, anne öğrenim durumu, baba öğrenim durumu ve 7. Sınıf başarı durumu olarak belirlenmiştir.

Bu çalışmada kullanılan Beck umutsuzluk ölçeği (BUÖ) Beck ve arkadaşları tarafından (1974) yılında geliştirilmiştir. Geliştirilen ölçek kişilerin geleceğe dair umutsuzluk ve karamsarlık düzeylerini belirler. BUÖ, grup olarak uygulanabileceği gibi bireysel olarak da uygulanabilir. Kullanımı ve uygulaması oldukça kolay olan BUÖ'yü katılımcılar kendine özgü bir şekilde cevaplayabilirler. Ölçekte bireye yöneltilen sorularda eğer olumlu görüşse sahipse 'evet' değilse 'hayır' cevabı vermesi istenir.

BUÖ toplamda 20 sorudan oluşup 11 tanesi doğru, 9 tanesi ise yanlış önermeden oluşur. Sorulara verilen yanıtlar, cevap anahtarına uygunsa 1 puan değilse 0 puan olarak değerlendirilir. Puanlar 0 ile 20 arasındaki değerlerde değişmektedir. Toplamda elde edilen puanların aritmetik ortalaması umutsuzluk puanını temsil eder. 'Hayır' yanıtının puan kazandığı sorular 1., 3., 5., 6., 8., 10., 13., 15. ve 19. Sorular iken 'Evet' yanıtının puan

kazandırdığı sorular 2., 4., 7., 9., 11., 13., 14., 16., 17., 18. ve 20. Sorulardır. Ölçek sonucunda elde edilen puanlar farklı umutsuzluk düzeyini yansıtır. Ölçekten elde edilen puanlar dikkate alındığında 0-3 puan normal seviyede umutsuzluk düzeyini, 4-8 puan hafif yüksek seviyede umutsuzluk düzeyini, 9-14 puan orta yüksek seviyede umutsuzluk düzeyini ve 15 puan ve yukarısı ise bireyde yoğun seviyede umutsuzluk düzeyini ifade eder. BUÖ üzerine Türkiye’de gerçekleştirilen ilk çalışma, Seber (1991) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışmada ölçeğin geçerliliği değerlendirilmiş ve madde toplam puan korelasyon matrisindeki değerlerin .65 ile .55 arası olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .86 olarak belirlenmiştir (Seber, 1991). Çalışmada kullanılan bir diğer ölçek ise Wren ve Benson (2004) tarafından oluşturulan geliştirilen “Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği” (CSKÖ) öğrencilerin sınav kaygı düzeylerinin belirlenmesi amacıyla kullanılan bir ölçektir. Aslı İngilizce dilinde olan CSKÖ, toplamda 30 sorudan oluşmaktadır. Sorular dördü seçenek ve puanlama sisteminden oluşmaktadır. Ölçeğin tasarım sürecinde otonom tepki, katılımcı düşüncesi ve görev dışı tepkiler dikkate alınarak 107 maddelik ölçme platformu oluşturulmuştur. CSKÖ Türkçe versiyonunun güvenilirliğini ve geçerliliğini ispatlamak amacıyla doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi farklı dillerde hazırlanan ölçme araçlarının geçerliliğini belirleme de kullanılan yaygın bir yöntemdir (Brown, 2006). CSKÖ’de doğrulayıcı faktör analizi ile uyum indeksleri araştırılmıştır. Elde edilen sonuçlar ($\chi^2=1414.72$, $sd = 356.35$, $p = .00$, $\chi^2/sd = 3.97$) modelin uyum indeksinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir (Aydın, 2017).

Veri Toplama Süreci

Çalışma kapsamında elde edilen veriler, sınıf ortamında ve öğrenciler herhangi bir baskı altında kalmadan BUÖ ve CSKÖ kullanılarak elde edilmiştir. Öğrencilerin bireysel olarak cevapladıkları BUÖ’ni yaklaşık olarak 30 dk, ÇSKÖ’ini ise 45 dk içerisinde yanıtladıkları görülmektedir.

Verilerin Analizi

Araştırmanın amacı 8. sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı düzeyleri ile umutsuzluk düzeylerini belirlemek ve kişisel değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini incelemektir. Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı düzeylerini belirlemek amacıyla Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği alt boyutu ve toplam puanları üzerinden küme sayısı üç olacak şekilde kümeleme analizi yapılmıştır. Kümeleme analizi; bireylerin veya nesnelerin, daha anlamlı sınıflar, gruplar veya kümeler içinde organize edilmesi için kullanılan bir

açımlayıcı veri analizi yöntemidir. Kümeleme analizinin kullanım amaçlarından biri n sayıda bireyi p değişkene ilişkin özelliklerine göre, kendi içinde olabildiğince homojen ve kendi aralarında da heterojen alt kümelere ayırmaktır (Özdamar, 2013). Yapılan kümeleme analizi sonucu ile elde edilen gruplar ortalamalarına göre düşük, orta ve yüksek olarak isimlendirilmiştir. Sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerini belirlemek amacıyla daha önceden Beck ve Steer (1988) tarafından belirlenen sınıflama kullanılmıştır.

Kişisel değişkenlere göre sınav kaygısı düzeyleri ile umutsuzluk düzeylerinin farklılık gösterme durumunu incelemek için önce normallik dağılımı incelenmiştir. Normallik dağılımı incelenirken basıklık-çarpıklık değerleri ve standart hataları, Kolmogorov-Smirnov testi ve histogram grafikleri incelenmiştir. Çalışma kapsamındaki puan dağılımlarına ilişkin olarak çarpıklık ve basıklık katsayılarının standart hatalarına bölünmesi ile elde edilen z istatistikleri hesaplanmış ve 0,05 anlamlılık düzeyinde 1,96'dan küçük çıkması dağılımların normal dağılıma yaklaştığının bir kanıtı olarak sunulmuştur (Field, 2009). Ancak hesaplanan bu z istatistiğinin bazı puan dağılımlarında büyük çıkması; basıklık ve çarpıklığın standart hatalarının büyük örneklerde oldukça küçülmesinden kaynaklanmaktadır. Bununla birlikte Kolmogorov-Smirnov testi de örneklem büyüklüğünden etkilenmekte ve bu yüzden normal dağılımın grafiksel ve betimsel yöntemlerle birlikte değerlendirilmesi önerilmektedir (Büyüköztürk, vd. 2012). CKSÖ alt boyut ve toplam puanlara ait Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları anlamlı çıkmıştır. Ancak CKSÖ alt boyut ve toplam puanlara ait histogram grafikleri normale yakın olduğu görülmekte, tüm basıklık ve çarpıklık değerleri -1 ile +1 arasında değişmektedir; bu bulgular dağılımların normallikten çok uzaklaşmadığının bir göstergesidir (Büyüköztürk, 2013). BUÖ'ye ait Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları anlamlı çıkmış, basıklık ve çarpıklık değerleri 1 in biraz üstünde olduğu görülmüştür. Ancak grafiksel olarak incelendiğinde normal dağılımdan aşırı bir sapma olmadığı kanısına varılmıştır. Merkezi Limit Teoremine göre dağılımın örneklem sayısı 30'dan fazla olduğunda normal dağılıma yaklaşacağından parametrik testler kullanılabilir (Field, 2009, s. 42). Bu nedenle çalışma kapsamında parametrik testlerden ilişkisiz örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Bu testler gruplar arasında karşılaştırma yapmaya yönelik parametrik testlerdir (Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü; 2012, s. 151). Cinsiyet grupları arasında (bağımsız değişken iki düzeye sahip) öğrencilerin SKÖ alt boyut ve toplam puanları ile BUÖ puanları açısından farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla ilişkisiz örneklem t testi; ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, öğrenci başarı durumu grupları arasında (bağımsız değişken ikiden fazla düzeye sahip) ANOVA kullanılmıştır.

Bu çalışmadaki bir diğer amaç, sekizinci sınıf öğrencilerinin kişisel değişkenlerinin (cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu) çocukların umutsuzluk düzeylerini ve sınav kaygılarına etkilerini belirleyebilmektir. Ölçeğin toplam puan ve alt boyutu puanlarını yordayan kişisel değişkenlerin belirlenmesi amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yöntemi kullanılmıştır. Çoklu regresyon analizi bağımlı değişkenle ilişkili olan iki ya da daha çok bağımsız değişkene dayalı olarak bağımlı değişkenin tahmin edilmesine yönelik bir analizdir ve aşamalı regresyon analizi yönteminde yalnızca bağımlı değişken üzerine anlamlı bir etkiye sahip olan bağımsız değişkenler modele alınır (Büyüköztürk, 2013, s. 98-99). Kurulacak çoklu doğrusal regresyon modelinde kişisel değişkenlerde cinsiyet, anne-baba eğitim durumu ve başarı durumu değişkenleri kategorik olduklarından modele ekleme için dummy kodlama yapılmıştır. Dummy kodlama yapılan değişkenlerin açıklaması Tablo 2’de sunulmuştur. Ayrıca çocuklarda sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının Beck umutsuzluk ölçeği puanlarını yordama durumunun incelenmesi amacıyla da aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yöntemi kullanılmıştır.

Tablo 2. Dummy Kodlama Yapılan Kişisel Değişkenler

	Anne-Baba Eğitim Durumu				Lisans ve Lisansüstü
	Okuma Yazma Bilmiyor	İlkokul	Ortaokul	Lise	
Okuma Yazma Bilmiyor	1	0	0	0	0
İlkokul Mezunu	0	1	0	0	0
Ortaokul Mezunu	0	0	1	0	0
Lise Mezunu	0	0	0	1	0
Lisans ve Lisansüstü Mezunu	0	0	0	0	1
	Takdir	Teşekkür	Belge almadı		
Takdir Aldı	1	0	0		
Teşekkür Aldı	0	1	0		
Belge Almadı	0	0	1		
Cinsiyet	Kız	Erkek			
Kız	1	0			

BÖLÜM IV

BULGULAR

Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

Birinci alt problemde “8.sınıf öğrencilerinin sınav kaygı düzeyi nedir?” sorusuna yanıt aranmıştır. Sekizinci sınıf öğrencilerinin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği alt boyutu ve toplam puanları için betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Sonuçlar Tablo 3’de sunulmuştur.

Tablo 3. Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Alt Boyutu ve Toplam Puanları İçin Betimsel İstatistikler

	Min.	Mak.	\bar{X}	ss
Sınav kaygısı toplam puan	36,00	107,00	63,87	14,22
Düşünceler alt boyutu	12,00	48,00	30,07	7,02
Görev dışı davranışlar alt boyutu	8,00	30,00	16,06	4,33
Otonom tepkiler alt boyutu	9,00	36,00	17,73	5,65

Min.: Minimum Değeri, Mak.: Maksimum Değeri, \bar{X} : Ortalama, ss: standart sapma

Tablo 3 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin çocuklarda sınav kaygısı ölçeğinden aldıkları toplam puanların 36 ile 107 arasında değiştiği görülüp, ortalaması 63,87 olarak belirlenmiştir. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler” alt boyutu puanları 12 ile 48 arasında değişmekte olup ortalaması 30,07 olarak belirlenmiştir. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Görev dışı davranışlar” alt boyutu puanları 8 ile 30 arasında değişmekte olup ortalaması 16,06 olarak saptanmıştır. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Otonom tepkiler” alt boyutu puanları 9 ile 36 arasında değişmekte olup ortalaması 17,73 olarak saptanmıştır.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı düzeylerini belirlemek amacıyla çocuklarda sınav kaygısı ölçeği alt boyutu ve toplam puanları üzerinden küme sayısı üç olacak şekilde kümeleme analizi yapılmıştır. Grupların ortalamalarına göre düşük, orta ve yüksek olarak isimlendirilmiştir. Her bir boyut ve toplam puan için oluşturulan grupların betimsel istatistikleri Tablo 4’de sunulmuştur.

Tablo 4. Öğrencilerin Sınav Kaygısı Düzeyleri

		n	%	\bar{X}	ss	Minimum	Maksimum
Düşünceler	Düşük	141	17,8	36,96	3,92	12	23
	Orta	329	41,4	27,59	2,29	24	31
	Yüksek	324	40,8	36,96	3,92	32	48
Görev dışı davranışlar	Düşük	305	38,4	11,87	1,74	8	14
	Orta	322	40,6	16,69	1,38	15	19
	Yüksek	167	21,0	22,51	2,33	20	30
Otonom tepkiler	Düşük	431	54,4	13,45	5,65	9	17
	Orta	259	32,7	20,75	1,91	18	24
	Yüksek	103	13,0	28,06	2,56	25	36
Sınav kaygısı top	Düşük	353	44,5	51,09	6,29	36	60
	Orta	286	36,1	68,06	4,18	61	76
	Yüksek	154	19,4	85,40	6,92	77	107

Tablo 4 incelendiğinde Sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu için sekizinci sınıf öğrencilerinin %17,8'i (n=141) düşük düzeyde kaygılı, %41,4'ü (n=329) orta düzeyde kaygılı ve % 40,8'i (n=324) yüksek düzeyde kaygılı olarak görülmektedir. Sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışlar alt boyutunda sekizinci sınıf öğrencilerinin %38,4'ü (n=305) düşük düzey kaygılı, % 40,6'sı (n=322) orta düzey kaygılı ve %21'i (n=167) yüksek düzey kaygılı olarak belirlenmiştir. Sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutunda sekizinci sınıf öğrencilerinin %54,4'ü (n=431) düşük düzey kaygılı, %32,7'si (n=259) orta düzey kaygılı ve %13'ü (n=103) yüksek düzey kaygılı olarak saptanmıştır. Sınav kaygısı ölçeği toplam puanı incelendiğinde ise sekizinci sınıf öğrencilerinin %44,5'i (n=353) düşük düzey kaygılı, %36,1'i (n=286) orta düzey kaygılı ve %19,4'ü (n=154) yüksek düzey kaygılı olarak saptanmıştır.

İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

İkinci alt problemde “8.Sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı kişisel değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aranmıştır. Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ilişkisiz örneklem t testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. Sınav Kaygısı Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin İlişkisiz Örneklem T Testi Sonuçları

		n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Düşünceler	Erkek	331	28,97	6,50	753,915	3,811 *	0,000
	Kız	463	30,85	7,28			
Görev Dışı Davranışlar	Erkek	331	15,79	4,30	792	1,498	0,135
	Kız	463	16,25	4,35			
Otonom Tepkiler	Erkek	330	16,04	4,66	784,832	7,659 *	0,000
	Kız	463	18,94	5,99			
Sınav Kaygısı	Erkek	330	60,83	12,61	768,057	5,312 *	0,000
	Kız	463	66,04	14,91			

*p<0,05

Tablo 5 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği “Görev dışı davranışlar” boyutu puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği görülürken ($p>0,05$), Sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler”, “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanları ve toplam ölçek puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği ($p<0,05$) görülmektedir. Ortalamalar incelendiğinde hem sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler” ve “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanları hem de sınav kaygısı ölçeği toplam puanı için kız öğrencilerin ortalamalarının erkek öğrencilerin ortalamalarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna göre, sekizinci sınıf kız öğrencilerinin erkek öğrencilerden sınav konusunda daha kaygılı olduğu söylenebilir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının ailenin aylık ortalama gelirine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6. Sınav Kaygısı Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Ailenin Ortalama Aylık Gelirine Göre İncelenmesine İlişkin ANOVA Sonuçları

		n	\bar{X}	ss	sd	F	p
Düşünceler	2500 TL altı	348	30,13	6,75	(2, 791)	0,042	0,959
	2500 - 3999 TL	297	29,97	7,29			
	4000 TL ve üzeri	149	30,11	7,15			
Görev Dışı Davranışlar	2500 TL altı	348	16,23	4,32	(2, 791)	1,429	0,240
	2500 - 3999 TL	297	15,73	4,27			
	4000 TL ve üzeri	149	16,32	4,44			
Otonom Tepkiler	2500 TL altı	348	17,97	5,55	(2, 790)	0,583	0,559
	2500 - 3999 TL	296	17,49	5,78			
	4000 TL ve üzeri	149	17,65	5,66			
Sınav Kaygısı	2500 TL altı	348	64,33	13,79	(2, 790)	0,497	0,609
	2500 - 3999 TL	296	63,23	14,59			
	4000 TL ve üzeri	149	64,09	14,54			

Tablo 6 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin ailenin ortalama aylık gelir durumuna göre sınav kaygısı ölçeği alt boyutlarından ve ölçek toplamından aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin ailelerinin ortalama geliri fark etmeksizin sınav kaygısı düzeyleri benzerdir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının öğrenci başarı durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7. Sınav Kaygısı Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Öğrenci Başarı Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin ANOVA Sonuçları

		n	\bar{X}	ss	sd	F	p
Düşünceler	Takdir	333	29,65	7,31			
	Teşekkür	268	30,30	6,77	(2, 791)	1,012	0,364
	Belge almadı	193	30,45	6,87			
Görev Dışı Davranışlar	Takdir	333	16,02	4,13			
	Teşekkür	268	15,97	4,26	(2, 791)	0,274	0,760
	Belge almadı	193	16,26	4,76			
Otonom Tepkiler	Takdir	332	17,87	6,02			
	Teşekkür	268	17,53	5,47	(2, 790)	0,272	0,762
	Belge almadı	193	17,78	5,25			
Sınav Kaygısı	Takdir	332	63,57	14,56			
	Teşekkür	268	63,81	13,79	(2, 790)	0,258	0,773
Toplam	Belge almadı	193	64,49	14,29			

Tablo 7 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin başarı durumuna göre sınav kaygısı ölçeği alt boyutlarından ve ölçek toplamından aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı düzeyleri başarı durumu fark etmeksizin benzerlik göstermektedir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının anne öğrenim durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. Sınav Kaygısı Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Anne Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin ANOVA Sonuçları

		n	\bar{X}	ss	sd	F	p	Anlamlı Fark
Düşünceler	Okuma-yazma bilmiyor	85	29,71	6,68				
	İlkokul	364	30,38	6,59	(4,	2,939	0,020	2-5/ 3-5
	Ortaokul	216	30,59	7,44	789)			
	Lise	99	29,17	7,74				
	Lisans/lisansüstü	30	26,47	6,60				
Okuma-yazma bilmiyor	85	15,45	4,38					
Görev dışı davranışlar	İlkokul	364	16,30	4,36	(4,	0,761	0,551	-
	Ortaokul	216	15,94	4,36	789)			
	Lise	99	15,99	4,37				
	Lisans/lisansüstü	30	15,97	3,34				
	Okuma-yazma bilmiyor	85	17,75	5,40				
Otonom tepkiler	İlkokul	364	18,13	5,67	(4,	1,648	0,160	-
	Ortaokul	216	17,65	5,70	788)			
	Lise	98	16,96	5,90				
	Lisans/lisansüstü	30	15,97	4,74				
	Okuma-yazma bilmiyor	85	62,91	13,71				
Sınav Kaygısı toplam	İlkokul	364	64,81	13,72	(4,	1,966	0,098	-
	Ortaokul	216	64,19	15,01	788)			
	Lise	98	62,22	15,15				
	Lisans/lisansüstü	30	58,40	11,54				

Tablo 8 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre sınav kaygısı ölçeği “Görev Dışı Davranışlar” ve “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanları ile ölçek toplam puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) görülürken, sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler” alt boyutu puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği ($p<0,05$) görülmektedir. Anlamlı farklılık tespit edilen “Düşünceler” alt boyutu için bu farklılığın anne eğitim düzeyinin hangi düzeyleri arasında olduğunu belirlemek amacıyla posthoc testlerinden Bonferroni testi kullanılarak ikili karşılaştırmalar yapılmıştır. Yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda tespit edilen anlamlı farklılığın ilkokul ve ortaokul mezunu olan annelerin çocukları ile lisans/lisansüstü mezunu olan annelerin çocukları arasından kaynaklandığı belirlenmiştir. Ortalamalar incelendiğinde annesi ilkokul ve ortaokul mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler” alt boyutundan aldıkları puanların annesi lisans/lisans üstü mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Diğer bir deyişle, annesi ilkokul ve ortaokul mezunu olan sekizinci sınıf

öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği “Düşüncüler” alt boyutundaki kaygı düzeyleri annesi lisans/lisans üstü mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinden daha fazladır.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının baba öğrenim durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 9. Sınav Kaygısı Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Baba Öğrenim Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin ANOVA Sonuçları

		n	\bar{X}	ss	sd	F	p
Düşünceler	Okuma-yazma bilmiyor	32	29,53	7,72		0,199	0,939
	İlkokul	261	30,22	6,63	(4,		
	Ortaokul	229	29,90	6,76	789)		
	Lise	205	30,26	7,58			
	Lisans/lisansüstü	67	29,69	7,47			
Görev Dışı Davranışlar	Okuma-yazma bilmiyor	32	15,72	5,64		0,825	0,509
	İlkokul	261	16,14	4,46	(4,		
	Ortaokul	229	15,68	4,05	789)		
	Lise	205	16,30	4,15			
	Lisans/lisansüstü	67	16,48	4,62			
Otonom Tepkiler	Okuma-yazma bilmiyor	32	17,41	6,53		0,493	0,741
	İlkokul	261	18,09	5,53	(4,		
	Ortaokul	229	17,46	5,44	788)		
	Lise	204	17,75	5,70			
	Lisans/lisansüstü	67	17,36	6,30			
Sınav Kaygısı Toplam	Okuma-yazma bilmiyor	32	62,66	17,75		0,432	0,786
	İlkokul	261	64,45	13,92	(4,		
	Ortaokul	229	63,04	13,35	788)		
	Lise	204	64,37	14,64			
	Lisans/lisansüstü	67	63,52	15,37			

Tablo 9 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre sınav kaygısı ölçeği alt boyutlarından ve ölçek toplamından aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin baba eğitim durumu fark etmeksizin sınav kaygısı düzeyleri benzerdir.

Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular

Üçüncü alt problemde “8.sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi nedir?” sorusuna yanıt aranmıştır. Sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerini belirlemek amacıyla

daha önceden Beck ve Steer (1988) tarafından belirlenen sınıflama kullanılmıştır. Bu sınıflamaya göre 0 ile 3 arası puanlar umutsuzluğun tamamen olmadığını, 4 ile 8 arası puanlar hafif umutsuzluk olduğunu, 9 ile 14 arası puanlar orta seviyede umutsuzluk olduğunu, 15 ile 20 arası ileri derecede umutsuzluk olduğunu göstermektedir.

Tablo 10. Beck Umutsuzluk Ölçeğine Göre Umutsuzluk Düzeyleri

	n	%	\bar{X}	ss	Minimum	Maksimum
Umutsuzluk Yok	350	44,08	1,90	0,94	0	3
Hafif Umutsuzluk	317	39,92	5,68	1,41	4	8
Orta Seviyede Umutsuzluk	108	13,60	10,46	1,43	9	14
İleri Derecede Umutsuzluk	19	2,39	16,58	1,54	15	19

Tablo 10 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin %44,08'inin (n = 350) umutsuzluk yok düzeyinde, %39,92'sinin (n = 317) hafif umutsuzluk düzeyinde, %13,60'ının (n = 108) orta seviyede umutsuzluk düzeyinde ve %2,39'unun (n = 19) ileri düzeyde umutsuzluk düzeyinde olduğu görülmektedir.

Dördüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular

Dördüncü alt problemde “8.Sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi kişisel değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aranmıştır. Sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için öncelikle ilişkisiz örneklem t testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11. Umutsuzluk Düzeylerinin Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin İlişkisiz Örneklem T Testi Sonuçları

	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Erkek	331	4,90	3,37	792	0,150	0,881
Kız	463	4,94	3,81			

Tablo 11 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin cinsiyetlerine göre Beck umutsuzluk ölçeği puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) görülmektedir. Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin cinsiyetleri fark etmeksizin umutsuzluk düzeyleri benzerdir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin ailenin aylık ortalama gelirine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12. Umutsuzluk Düzeylerinin Ailenin Ortalama Aylık Gelirine Göre İncelenmesine İlişkin ANOVA Sonuçları

	n	\bar{X}	ss	sd	F	p
2500 TL altı	348	5,03	3,64			
2500 – 3999 TL	297	5,09	3,80	(2, 791)	2,267	0,104
4000 TL ve üzeri	149	4,36	3,25			

Tablo 12 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin ailelerinin ortalama aylık gelir durumuna göre Beck umutsuzluk ölçeği puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) görülmektedir. Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin ailelerinin ortalama aylık geliri fark etmeksizin umutsuzluk düzeyleri benzerdir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin öğrenci başarı durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 13.'de sunulmuştur.

Tablo 13. Umutsuzluk Düzeylerinin Öğrenci Başarı Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Testi Sonuçları

	n	\bar{X}	ss	sd	F	p	Anlamlı Fark
Takdir	333	4,16	3,50				
Teşekkür	268	4,72	3,25	(2, 791)	28,108	0,000	1-3/2-3
Belge almadı	193	6,52	3,89				

Tablo 13 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin başarı durumuna göre Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği ($p<0,05$) görülmektedir. Bu farklılığın öğrenci başarı durumunun hangi düzeyleri arasında olduğunu belirlemek amacıyla posthoc testlerinden Bonferroni testi kullanılarak ikili karşılaştırmalar yapılmıştır. Yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda tespit edilen anlamlı farklılığın takdir ve teşekkür alan çocuklar ile belge almayan çocuklar arasında olduğu görülmektedir. Ortalamalar incelendiğinde takdir ve teşekkür alan çocukların Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanların ortalamasının belge almayan çocuklardan daha düşük olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, öğrencin başarı düzeyi arttıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin anne öğrenim durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14. Umutsuzluk Düzeylerinin Anne Öğrenim Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Testi Sonuçları

	n	\bar{X}	ss	sd	F	p	Anlamlı Fark
Okuma-Yazma Bilmiyor	85	6,07	3,38				
İlkokul	364	4,95	3,75				
Ortaokul	216	5,00	3,80	(4, 789)	4,489	0,001	1-4/ 1-5
Lise	99	4,04	3,02				
Lisans/Lisansüstü	30	3,73	2,53				

Tablo 14 incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği ($p < 0,05$) görülmektedir. Bu farklılığın anne eğitim durumunun hangi düzeyleri arasında olduğunu belirlemek amacıyla posthoc testlerinden Bonferroni testi kullanılarak ikili karşılaştırmalar yapılmıştır. Yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda tespit edilen anlamlı farklılığın annesi okuma-yazma bilmeyen çocuklar ile annesi lise ve lisans/lisansüstü mezunu olan çocuklar arasında olduğu tespit edilmiştir. Ortalamalar incelendiğinde annesi okuma-yazma bilmeyen çocukların Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanların ortalamasının annesi lise ve lisans/lisansüstü mezunu olan çocuklardan daha yüksek olduğu yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, anne eğitim düzeyi artıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin baba öğrenim durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 15’de sunulmuştur.

Tablo 15. Umutsuzluk Düzeylerinin Baba Öğrenim Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Testi Sonuçları

	n	\bar{X}	ss	sd	F	p	Anlamlı Fark
Okuma-Yazma Bilmiyor	32	6,97	3,85				
İlkokul	261	5,21	3,80	(4, 789)	4,199	0,002	1-3/ 1-4/ 1-5
Ortaokul	229	4,88	3,25				
Lise	205	4,43	3,85				
Lisans/Lisansüstü	67	4,48	3,01				

Tablo 15. incelendiğinde sekizinci sınıf öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği ($p < 0,05$) görülmektedir. Bu farklılığın baba eğitim durumunun hangi düzeyleri arasında olduğunu belirlemek amacıyla ikili posthoc testlerinden Bonferroni testi kullanılarak ikili

karşılaştırmalar yapılmıştır. Yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda tespit edilen anlamlı farklılığın babası okuma-yazma bilmeyen çocuklar ile babası ortaokul, lise ve lisans/lisansüstü mezunu olan çocuklar arasında olduğu tespit edilmiştir. Ortalamalar incelendiğinde babası okuma-yazma bilmeyen çocukların Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanların ortalamasının babası ortaokul, lise ve lisans/lisansüstü mezunu olan çocuklardan daha yüksek olduğu yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, baba eğitim düzeyi arttıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.

Beşinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

Beşinci alt problemde “8.sınıf öğrencilerinin kişisel değişkenleri sınav kaygısının anlamlı birer yordayıcısı mıdır?” ve “8.sınıf öğrencilerinin kişisel değişkenleri umutsuzluk düzeylerinin anlamlı birer yordayıcısı mıdır?” sorularına yanıt aranmıştır.

Sınav Kaygısının Anlamlı Yordayıcılarının İncelenmesi

Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanı üzerinde etkili olan kişisel değişkenleri (cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu) belirlemek amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 16’da sunulmuştur.

Tablo 16. Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Toplam Puanı Üzerinde Kişisel Değişkenlerin Etkisinin Belirlenmesine İlişkin Aşamalı Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	S.H.	β	t	p
Sabit	60,973	0,770		79,196	0,000*
Cinsiyet	5,402	1,008	0,187	5,361	0,000*
Anne_Lisans ve lisansüstü mezunu	-6,714	2,604	-0,090	-2,579	0,010*
R = ,202	R ² = ,041	F(2, 790) = 16,767	p = ,000*		*p<0,05

Modele alınmayan değişkenler; aile ortalama geliri, anne_Okuma yazma bilmiyor, anne_İlkokul mezunu, anne_Ortaokul mezunu, anne_Lise mezunu, baba_Okuma yazma bilmiyor, baba_İlkokul mezunu, baba_Ortaokul mezunu, baba_Lise mezunu, baba_Lisans ve lisansüstü mezunu, Takdir aldı, Teşekkür aldı, Belge almadı

Tablo 16. incelendiğinde aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele iki değişkenin alındığı görülmektedir. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanı üzerinde cinsiyet (1: kız, 0: erkek) ve annesi lisans ve lisansüstü mezunu (1 : Lisans veya lisans üstü, 0: diğerleri) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı (p<0,05) birer yordayıcı değişkendir. Cinsiyet değişkeni için regresyon katsayısının 5,402 olduğu görülmektedir. Buna göre, kız öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanlarının erkek öğrencilere göre 5,402 daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, kız çocukların sınav kaygısı erkek

çocuklarına göre daha fazladır. Annesi lisans ve lisansüstü mezunu değişkeni için regresyon katsayısının -6,714 olduğu görülmektedir. Buna göre, annesi lisans veya lisans üstü eğitim alan öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanlarının diğer öğrencilere göre 6,714 daha az olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, annesi lisans veya lisans üstü eğitim almış olan sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları diğer öğrencilerden daha azdır. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanı üzerinde ailenin ortalama geliri, baba eğitim durumu ve başarı durumu anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanı üzerinde etkili olan kişisel değişkenleri (cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu) belirlemek amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 17’de sunulmuştur.

Tablo 17. Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Düşünceler Alt Boyutu Puanı Üzerinde Kişisel Değişkenlerin Etkisinin Belirlenmesine İlişkin Aşamalı Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	S.H.	β	t	p
Sabit	29,060	0,382		76,119	0,000*
Cinsiyet	1,994	0,500	0,140	3,987	0,000*
Anne_Lisans ve lisansüstü mezunu	-4,112	1,293	-0,112	-3,188	0,001*
R = ,173	R ² = ,030	F(2, 791) = 12,158	p = ,000*	*p<0,05	

Modele alınmayan değişkenler; aile ortalama geliri, anne_Okuma yazma bilmiyor, anne_İlkokul mezunu, anne_Ortaokul mezunu, anne_Lise mezunu, baba_Okuma yazma bilmiyor, baba_İlkokul mezunu, baba_Ortaokul mezunu, baba_Lise mezunu, baba_Lisans ve lisansüstü mezunu, Takdir aldı, Teşekkür aldı, Belge almadı

Tablo 17 incelendiğinde aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele iki değişkenin alındığı görülmektedir. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanı üzerinde cinsiyet (1: kız, 0: erkek) ve annesi lisans ve lisansüstü mezunu (1 : Lisans veya lisans üstü, 0: diğerleri) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı (p<0,05) birer yordayıcı değişkendir. Cinsiyet değişkeni için regresyon katsayısının 1,994 olduğu görülmektedir. Buna göre, kız öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler” alt boyutu puanlarının erkek öğrencilere göre 1,994 daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, kız çocukların “Düşünceler” boyutunda sınav kaygısının erkek çocuklarına göre daha fazladır. Annesi lisans ve lisansüstü mezunu değişkeni için regresyon katsayısının -4,112 olduğu görülmektedir. Buna göre, annesi lisans veya lisans üstü eğitim alan öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler” alt boyutu puanlarının diğer öğrencilere göre 4,112 daha az olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, annesi lisans veya lisans üstü eğitim almış olan sekizinci sınıf öğrencilerinin “Düşünceler” boyutunda sınav kaygıları diğer öğrencilerden daha azdır.

Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler” alt boyutu puanı üzerinde ailenin ortalama geliri, baba eğitim durumu ve başarı durumu anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Görev Dışı Davranışlar” alt boyutu puanı üzerinde etkili olan kişisel değişkenleri (cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu) belirlemek amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Kişisel değişkenler çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Görev Dışı Davranışları” alt boyutu puanlarının anlamlı birer yordayıcısı olmadığı için regresyon denkleminde alınmamış ve model kurulamamıştır. Buna göre, cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu değişkenlerinin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Görev Dışı Davranışları” alt boyutunu yordamadığı söylenebilir.

Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanı üzerinde etkili olan kişisel değişkenleri (cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu) belirlemek amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 18’de sunulmuştur.

Tablo 18. Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Otonom Tepkiler Alt Boyutu Puanı Üzerinde Kişisel Değişkenlerin Etkisinin Belirlenmesine İlişkin Aşamalı Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	S.H.	β	T	p
Sabit	16,090	0,301		53,421	0,000*
Cinsiyet	2,966	0,394	0,259	7,524	0,000*
Anne_Lisans ve lisansüstü mezunu	-2,398	1,019	-0,081	-2,354	0,019*
R = ,265 R ² = ,070 F(2, 790) = 29,936			p = ,000*	*p<0,05	

Modele alınmayan değişkenler; aile ortalama geliri, anne_Okuma yazma bilmiyor, anne_İlkokul mezunu, anne_Ortaokul mezunu, anne_Lise mezunu, baba_Okuma yazma bilmiyor, baba_İlkokul mezunu, baba_Ortaokul mezunu, baba_Lise mezunu, baba_Lisans ve lisansüstü mezunu, Takdir aldı, Teşekkür aldı, Belge almadı

Tablo 18 incelendiğinde aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele iki değişkenin alındığı görülmektedir. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanı üzerinde cinsiyet (1: kız, 0: erkek) ve anne lisans ve lisansüstü mezunu (1 : Lisans veya lisans üstü, 0: diğerleri) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı (p<0,05) birer yordayıcı değişkendir. Cinsiyet değişkeni için regresyon katsayısının 2,966 olduğu görülmektedir. Buna göre, kız öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanlarının erkek öğrencilere göre 2,966 daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, kız çocukların otonom tepkiler boyutunda sınav kaygısının erkek çocuklarına göre daha fazladır. Annesi lisans ve lisansüstü mezunu değişkeni için regresyon

katsayısının -2,398 olduğu görülmektedir. Buna göre, annesi lisans veya lisans üstü eğitim alan öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanlarının diğer öğrencilere göre 2,398 daha az olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, annesi lisans veya lisans üstü eğitim almış olan sekizinci sınıf öğrencilerinin “Otonom Tepkiler” boyutunda sınav kaygıları diğer öğrencilerden daha azdır. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanı üzerinde ailenin ortalama geliri, baba eğitim durumu ve başarı durumu anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

Umutsuzluk Düzeyinin Anlamlı Yordayıcılarının İncelenmesi

Beck umutsuzluk ölçeği toplam puanı üzerinde etkili olan kişisel değişkenleri (cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu) belirlemek amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 19’da sunulmuştur.

Tablo 19. Beck Umutsuzluk Ölçeği Toplam Puanı Üzerinde Kişisel Değişkenlerin Etkisinin Belirlenmesine İlişkin Aşamalı Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	S.H.	β	t	p
Sabit	4,373	0,144		30,341	0,000*
Belge almadı	2,011	0,293	0,237	6,855	0,000*
Baba_Okuma yazma bilmiyor	1,528	0,640	0,083	2,388	0,017*
R = ,262 R ² = ,069 F(2, 791) = 29,154		p = ,000*		*p<0,05	

Modele alınmayan değişkenler; cinsiyet, aile ortalama geliri, anne_Okuma yazma bilmiyor, anne_İlkokul mezunu, anne_Ortaokul mezunu, anne_Lise mezunu, anne_Lisans ve lisansüstü mezunu, baba_İlkokul mezunu, baba_Ortaokul mezunu, baba_Lise mezunu, baba_Lisans ve lisansüstü mezunu, Takdir aldı, Teşekkür aldı

Tablo 19 incelendiğinde aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele iki değişkenin alındığı görülmektedir. Beck umutsuzluk ölçeği toplam puanı üzerinde Belge almadı (1: Belge almadı, 0: Takdir ya da teşekkür aldı) ve babası okuma yazma bilmiyor (1: okuma-yazma bilmiyor, 0: diğerleri) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) birer yordayıcı değişkendir. Belge almadı değişkeni için regresyon katsayısının 2,011 olduğu görülmektedir. Buna göre, belge alamayan öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeği toplam puanlarının alan öğrencilere göre 2,011 daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, belge almayan öğrencilerin umutsuzluk düzeyi takdir ya da teşekkür alan öğrencilere göre daha fazladır. Babası okuma yazma bilmiyor değişkeni için regresyon katsayısının 1,528 olduğu görülmektedir. Buna göre, babası okuma-yazma bilmeyen öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeği toplam puanlarının diğer öğrencilere göre 1,528 daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, babası okuma yazma bilmeyen sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin diğer öğrencilerden daha fazladır. Beck umutsuzluk ölçeği toplam

puanı üzerinde cinsiyet, ailenin ortalama geliri ve anne eğitim durumu anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

Altıncı Alt Probleme İlişkin Bulgular

Altıncı alt problemde “8.sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ile umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla ölçek puanları normal dağılım gösterdiği için Pearson Korelasyon katsayı kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 20’de sunulmuştur.

Tablo 20. Sınav Kaygısı İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyonu Sonuçları

		Düşünceler	Görev Dışı Davranışlar	Otonom Tepkiler	Sınav Kaygısı Toplam
Beck Umutsuzluk Ölçeği	r	0,202**	0,216**	0,180**	0,236**
	p	0,000	0,000	0,000	0,000

**p<0,01

Tablo 20 incelendiğinde Sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler” alt boyutu puanları ile Beck umutsuzluk ölçeği puanları ile pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0,202$; $p < 0,05$) görülmektedir. Diğer bir deyişle, sınav kaygısı ölçeği “Düşünceler” alt boyutu puanları arttıkça Beck umutsuzluk ölçeği puanları artmaktadır. Sınav kaygısı ölçeği “Görev Dışı Davranışlar” alt boyutu puanları ile Beck umutsuzluk ölçeği puanları ile pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0,216$; $p < 0,05$) görülmektedir. Diğer bir deyişle, sınav kaygısı ölçeği “Görev Dışı Davranışlar” alt boyutu puanları arttıkça Beck umutsuzluk ölçeği puanları artmaktadır. Sınav kaygısı ölçeği “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanları ile Beck umutsuzluk ölçeği puanları ile pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0,180$; $p < 0,05$) görülmektedir. Diğer bir deyişle, sınav kaygısı ölçeği “Otonom Tepkiler” alt boyutu puanları arttıkça Beck umutsuzluk ölçeği puanları artmaktadır. Sınav kaygısı ölçeği toplam puanları ile Beck umutsuzluk ölçeği puanları ile pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0,202$; $p < 0,05$) görülmektedir. Diğer bir deyişle, Sınav kaygısı ölçeği toplam puanları arttıkça Beck umutsuzluk ölçeği puanları artmaktadır. Genel olarak değerlendirildiğinde, sınav kaygısı arttıkça umutsuzluk düzeyinin arttığı söylenebilir.

Yedinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

Yedinci alt problemde “8.sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı umutsuzluk düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Beck umutsuzluk ölçeği toplam puanı üzerinde çocuklarda sınav kaygısı ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının etkisini belirlemek amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 21’de sunulmuştur.

Tablo 21. Beck Umutsuzluk Ölçeği Toplam Puanı Üzerinde Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Etkisinin Belirlenmesine İlişkin Aşamalı Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	S.H.	β	T	p
Sabit	1,083	0,577		1,877	0,061
Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Toplam Puan	0,060	0,009	0,236	6,825	0,000*
R = ,236 R ² = ,056 F(1, 791) = 46,582		p = ,000*		*p<0,05	

Modele alınmayan değişkenler; Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği “Düşünceler” alt boyutu, “Görev Dışı Davranışlar” alt boyutu ve “Otonom Tepkiler” alt boyutu

Tablo 21 incelendiğinde aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele bir değişkenin alındığı görülmektedir. Beck umutsuzluk ölçeği toplam puanı üzerinde çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanı istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) bir yordayıcı değişkendir. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanının regresyon katsayısının 0,060 olduğu görülmektedir. Buna göre, çocuklardaki sınav kaygısı ölçeği toplam puanlarındaki bir birimlik artış Beck umutsuzluk ölçeğinde 0,060 birim artışa neden olmaktadır. Diğer bir deyişle, çocukların sınav kaygıları arttıkça umutsuzluk düzeyleri artmaktadır. Beck umutsuzluk ölçeği toplam puanı üzerinde çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu, görev dışı davranışlar alt boyutu ve otonom tepkiler alt boyutu puanları anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

BÖLÜM V

TARTIŞMA

Bu araştırma, 463 kız (%58,3) ve 331 erkek (%41,7) olmak 794 sekizinci sınıf öğrencisi ile yürütülmüştür. Çalışma grubundaki öğrencilerin yaş ortalaması 13,52 olarak belirlenmiştir. 794 öğrenci ile yapılan araştırma bulguları literatür eşliğinde tartışılmıştır. Bazı bulguların literatürde bulunmaması nedeniyle araştırmacı kendi gözlem ve deneyimlerinden faydalanmıştır

8. Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışması

Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı düzeylerini belirlemek amacıyla çocuklarda sınav kaygısı ölçeği alt boyutu ve toplam puanları üzerinden küme sayısı üç olacak şekilde kümeleme analizi yapılmıştır. Bunun sonucunda çocukların tümü için sınav kaygı düzeyinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışlar boyutu puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği görülürken, Sınav kaygısı ölçeği düşünceler, otonom tepkiler alt boyutu puanları ve toplam ölçek puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Ortalamalar incelendiğinde hem sınav kaygısı ölçeği düşünceler ve otonom tepkiler alt boyutu puanları hem de sınav kaygısı ölçeği toplam puanı için kız öğrencilerin ortalamalarının erkek öğrencilerin ortalamalarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna göre, sekizinci sınıf kız öğrencilerinin erkek öğrencilerden sınav konusunda daha kaygılı olduğu söylenebilir.

Şahin, Günay ve Batı (2006) İzmir Bornova'da eğitim gören lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygılarını belirlenmeyi amaçladıkları çalışmalarında, kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla daha fazla kaygılı oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Özyürek ve Demiray (2010)'in araştırmalarına göre kız öğrencilerin sürekli kaygı düzeyleri erkek öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerinden anlamlı olarak daha yüksektir ve bu bulgu araştırma sonucunu desteklemektedir. Bu bulgular, araştırma bulgularıyla paralellik göstermektedir ve bu durum araştırma içerisinde de beklenen bir sonuçtur. Fakat araştırma örnekleminde kız öğrencilerin çoğunlukta olmasından kaynaklı olarak sürekli kaygı puanlarının daha yüksek çıkmış olma olasılığı düşünülmelidir. Aynı zamanda Gürsoy (2006) yaptığı araştırmada, lise 1 ve 2. sınıf öğrencilerinde cinsiyet açısından sürekli kaygı düzeylerinin anlamlı bir fark göstermediğini ileri sürmüştür.

Cinsiyete göre duygusal yapının farklılık göstermesi ve kızların erkeklere göre daha duygusal yapıda olması sebebiyle kaygı cinsiyete göre farklılık gösterebilir. Ancak Çakmak ve Hevedanlı (2004), Tümkaya ve diğerlerine (2007) göre ise kaygı cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Bozkurt (2004), Kaya ve Varol (2004), Çakmak ve Hevedanlı (2005), Akgün ve diğerlerine (2007), Dursun ve Aytaç (2009), Yılmaz ve diğerlerine (2014)'e göre de kız öğrencilerin kaygı puanı ortalaması erkek öğrencilerin kaygı puanı ortalamasından daha yüksektir. (akt.Şanlı Kula,Saraç)

Sekizinci sınıf öğrencilerinin ailenin ortalama aylık gelir durumuna göre sınav kaygısı ölçeği alt boyutlarından ve ölçek toplamından aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin ailelerinin ortalama geliri fark etmeksizin sınav kaygısı düzeyleri benzerdir.

Çalmaz ve arkadaşlarının 2012 yılında Doğu Anadolu'da yeni açılan bir üniversitenin öğrencilerinde kaygı düzeylerinin sağlık, sosyal ve demografik faktörler ile ilişkisini araştırdıkları araştırmada, ailesinin aylık geliri düşük olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç araştırma bulgularıyla uyumlu değildir. Aynı zamanda Varol (1990), lise son sınıftaki öğrencilerin kaygılarını etkileyen etmenleri araştırdığı çalışmasının sonucunda, gelir düzeyi düşük ve orta seviyede olan bireylerin kaygı düzeylerinin, gelir düzeyi yüksek olan bireylerin kaygı düzeylerinden yüksek olduğunu tespit etmiştir ve bu bulgu araştırma bulgusu ile benzerlik göstermektedir. Araştırmada, düşük gelir düzeyine sahip olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin düşük olması beklenmiştir. Fakat gelir düzeyi dağılımına göre düşük gelire sahip olan öğrenciler azınlıktadır ve bunun gelir düzeyi ile sürekli kaygı arasında anlamlı bir fark bulunamamasında etkili olduğu düşünülmektedir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin başarı durumuna göre sınav kaygısı ölçeği alt boyutlarından ve ölçek toplamından aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin başarı durumu fark etmeksizin sınav kaygısı düzeyleri benzerdir. Şanlıkule ve Saraç (2017)'in çalışmalarında öğrencilerin ağırlıklı genel not ortalamalarına göre sınav kaygısı puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamışlardır.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışlar ve otonom tepkiler alt boyutu puanları ile ölçek toplam puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği görülürken, sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda tespit edilen anlamlı farklılığın ilkökul ve ortaokul mezunu

olan annelerin çocukları ile lisans/lisansüstü mezunu olan annelerin çocukları arasından kaynaklandığı belirlenmiştir. Ortalamalar incelendiğinde annesi ilkokul ve ortaokul mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği düşüncüler alt boyutundan aldıkları puanların annesi lisans/lisansüstü mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Diğer bir deyişle, annesi ilkokul ve ortaokul mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği düşüncüler alt boyutundaki kaygı düzeyleri annesi lisans/lisans üstü mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinden daha fazladır. Çakmak, Şahin ve Demirbaş (2017)'in çalışmalarında, anne eğitim seviyesi arttıkça öğrencilerin sınav kaygılarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre sınav kaygısı ölçeği alt boyutlarından ve ölçek toplamından aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin baba eğitim durumu fark etmeksizin sınav kaygısı düzeyleri benzerdir. Genç (2016), üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin sınav kaygılarını etkileyen faktörleri araştırdığı çalışmada eğitim seviyesi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının daha seviyeli ve başarılı okullarda okumakta olduğunu ve bu öğrencilerde sınav kaygısının diğerlerine nazaran daha az olduğunu ifade etmektedir.

8.Sınıf Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışması

Araştırmada sekizinci sınıf öğrencilerinin %44,08'inin umutsuzluk yok düzeyinde, yine %39,92'sinin hafif umutsuzluk düzeyinde,%13,60'ı orta seviyede umutsuzluk düzeyinde ve %2,39'u ise ileri düzeyde umutsuzluk düzeyinde olduğu görülmektedir. Bu araştırmamızda çoğunlukla öğrencilerin umutsuzluk yok ve hafif düzeyde umutsuzluk seviyesinde oldukları tespit edilmiştir. Aynı şekilde (Şengül ve Güner, 2012) yaptığı çalışmada öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin düşük olduğu sonucuna varmışlardır. (Ulucan, Erol ve Yılmaz, 2011) tarafından yapılan araştırmada Erciyes ve Selçuk üniversitesi, Beden eğitimi bölümü öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin orta seviyede olduğunu saptamışlardır. Ceyhan (2004) tarafından tezsiz yüksek lisans yapan öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesine yönelik yapılan araştırmada öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin çok olumsuz olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

8.Sınıf Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin Kişisel Değişkenlere Göre Anlamlı Farklılık Gösterme Durumuna İlişkin Bulguların Tartışması

Sekizinci sınıf öğrencilerinin cinsiyetlerine göre umutsuzluk düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir. Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin cinsiyetleri fark etmeksizin umutsuzluk düzeyleri benzerdir.

Özmen ve arkadaşlarının (2008) 14-19 yaş arası lise öğrencilerinde umutsuzluk düzeyinin belirlenmesi ve umutsuzluk düzeyinin sosyo-demografik değişkenlerle olan ilişkisini araştırdıkları çalışmada, erkek öğrencilerin, kız öğrencilere göre umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı zamanda, Üngören ve Ehtiyar'ın 2009'da yaptıkları araştırmaya göre, Türk kız öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi, erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlar, araştırma bulguları ile uyumsuz sonuçlar göstermektedir. Aynı zamanda, Öztürk (1997), Dereli ve Kabataş (2009) ve Tümkaya (2005), yaptıkları araştırmalarda, kız ve erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini karşılaştırmışlar ve araştırma sonucuna göre cinsiyete göre anlamlı düzeyde bir fark olmadığını saptamışlardır. Bu bulgular araştırma ile paralellik göstermektedir. Umutsuzluk düzeylerinde cinsiyetler arası farklılığın tespit edilmesinde örneklem sayısının artırılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Yaptığımız araştırmanın sonucunda yapılan diğer bazı araştırmalarda olduğu gibi cinsiyet ve umutsuzluk düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Aras,2011). Yapılan diğer çalışmaların bazılarında erkeklerin umutsuzluk düzeyinin yüksek bazılarında ise kız öğrencilerin umutsuzluk düzeyinin yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Üngören ve Ehtiyar, 2009).

Sekizinci sınıf öğrencilerinin ailelerinin ortalama aylık gelir durumuna göre umutsuzluk düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir. Diğer bir deyişle, sekizinci sınıf öğrencilerinin ailelerinin ortalama aylık geliri fark etmeksizin umutsuzluk düzeyleri benzerdir. Diğer taraftan Alyaprak (2006), araştırmasında ailenin gelir düzeyine bağlı olarak sınav kaygısında anlamlı bir farklılaşma olduğunu belirlemiştir. Genç (2016), çalışmasında ailenin gelir düzeyi ile öğrencinin başarı düzeyi ve sınav kaygısı arasında anlamlı ilişki olduğunu belirtmiştir. Aile eğer maddi olarak iyi durumdaysa çocuğa kurs, özel ders gibi imkanlar sunacak bu destek çocuğun başarısına olumlu katkıda bulunacaktır. Tekin ve Filiz (2008) çalışmalarında; umutsuzluk düzeyleri ile gelir, arasında anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmişlerdir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin başarı durumuna göre umutsuzluk düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Ortalamalar incelendiğinde takdir ve teşekkür alan çocukların umutsuzluk düzeylerinin belge almayan çocuklardan daha düşük olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, öğrencin başarı düzeyi artıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre umutsuzluk düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Ortalamalar incelendiğinde

annesi okuma-yazma bilmeyen çocukların umutsuzluk düzeylerinin annesi lise ve lisans/lisansüstü mezunu olan çocuklardan daha yüksek olduğu yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, anne eğitim düzeyi arttıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir. Tümkaya (2005), gerçekleştirmiş olduğu çalışmada anne-baba eğitim düzeyi arttıkça, ailesiyle kalan ergenlerin de umutsuzluk düzeylerinin azaldığını belirtmiştir. Tekin ve Filiz (2008)'in, çalışmalarında; umutsuzluk düzeyleri ile anne öğrenim düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Sekizinci sınıf öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre umutsuzluk düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Ortalamalar incelendiğinde babası okuma-yazma bilmeyen çocukların umutsuzluk düzeylerinin babası ortaokul, lise ve lisans/lisansüstü mezunu olan çocuklardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, baba eğitim düzeyi arttıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir. Tekin ve Filiz (2008) çalışmalarında umutsuzluk düzeyleri ile baba öğrenim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmişlerdir.

Yaptığımız çalışmada sekizinci sınıf öğrencilerinin cinsiyet ve aile ortalama gelir durumu değişkenine göre umutsuzluk düzeyi anlamlı farklılık göstermemektedir. Diğer bir deyişle sekizinci sınıf öğrencilerinin bu iki değişkene bağlı umutsuzluk düzeyleri benzerdir. Öğrencilerin başarı durumları, anne ve baba eğitim durumu değişkenine göre ise umutsuzluk düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir. Diğer bir deyişle sekizinci sınıf öğrencilerinin başarı düzeyi arttığında, anne- baba eğitim düzeyleri arttığında umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.

8. Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Yordayıcısı Olup Olmama Durumuna İlişkin Bulguların Tartışması

Aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele iki değişkenin alındığı görülmüştür. Kız öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanlarının erkek öğrencilere göre daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, kız çocukların sınav kaygısı erkek çocuklarına göre daha fazladır. Bacanlı ve Sürücü (2006) yaptığı çalışmada 8.sınıf kız öğrencilerin kaygı düzeylerinin erkeklerden daha fazla olduğunu tespit etmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda annesi lisans veya lisansüstü eğitim alan öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanlarının diğer öğrencilere göre daha az olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir deyişle, annesi lisans veya lisansüstü eğitim almış olan sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları diğer öğrencilerden daha azdır. Kayapınar (2006) çalışmasında anne eğitim düzeyi düşük olan öğrencilerin sınav kaygı düzeylerinin diğer

gruplardan daha yüksek olduğunu bulmuştur. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanı üzerinde ailenin ortalama geliri, baba eğitim durumu ve başarı durumu anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

Çakmak,Şahin ve Demirbaş (2017) çalışmalarında sınav kaygı puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiğini ve kız çocuklarının sınav kaygılarının erkek çocukların sınav kaygılarından daha fazla olduğunu tespit etmişlerdir. Bu bizim çalışmamızdaki sonucu desteklemektedir. Cinsiyet değişkeni için regresyon katsayılarına göre, kız öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanlarının erkek öğrencilere göre daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, kız çocukların düşünceler boyutunda sınav kaygısının erkek çocuklarına göre daha fazladır. Annesi lisans veya lisans üstü eğitim alan öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanlarının diğer öğrencilere göre daha az olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, annesi lisans veya lisansüstü eğitim almış olan sekizinci sınıf öğrencilerinin düşünceler boyutunda sınav kaygıları diğer öğrencilerden daha azdır. Kısa(1996) yaptığı çalışmada anne-baba eğitim durumlarının öğrencilerin sınav kaygı puanlarına etki etmediğini bulmuştur. Bu sonuç çalışmamızdaki sonuçla uyumlu değildir. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanı üzerinde ailenin ortalama geliri, baba eğitim durumu ve başarı durumu anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışlar alt boyutu puanı üzerinde etkili olan kişisel değişkenleri (cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu) belirlemek amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Kişisel değişkenler çocuklarda sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışları alt boyutu puanlarının anlamlı birer yordayıcısı olmadığı için regresyon denklemine alınamamış ve model kurulamamıştır. Buna göre, cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu değişkenlerinin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışları alt boyutunu yordamadığı söylenebilir.

Aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele iki değişkenin alındığı görülmektedir. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanı üzerinde cinsiyet değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı birer yordayıcı değişkendir. Diğer bir deyişle, kız çocukların otonom tepkiler boyutunda sınav kaygısının erkek çocuklarına göre daha fazladır. Buna göre, annesi lisans veya lisansüstü eğitim alan öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanlarının diğer öğrencilere göre daha az olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, annesi lisans veya lisansüstü eğitim almış olan sekizinci sınıf

öğrencilerinin otonom tepkiler boyutunda sınav kaygıları diğer öğrencilerden daha azdır. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanı üzerinde ailenin ortalama geliri, baba eğitim durumu ve başarı durumu anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

Aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele iki değişkenin alındığı görülmektedir. Umutsuzluk düzeyi üzerinde öğrenci belge almadı ve baba okuma yazma değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı birer yordayıcı değişkendir. Buna göre, belge alamayan öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri belge alan öğrencilere göre daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, belge almayan öğrencilerin umutsuzluk düzeyi takdir ya da teşekkür alan öğrencilere göre daha fazladır. Babası okuma-yazma bilmeyen öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin diğer öğrencilere göre daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bir deyişle, babası okuma yazma bilmeyen sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri diğer öğrencilerden daha fazladır. Umutsuzluk düzeyi üzerinde cinsiyet, ailenin ortalama geliri ve anne eğitim durumu anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

Aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele bir değişkenin alındığı görülmektedir. Umutsuzluk düzeyi üzerinde çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanı istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı değişkendir. Buna göre, çocuklardaki sınav kaygısı ölçeği toplam puanlarındaki bir birimlik artış umutsuzluk düzeyi üzerinde artışa neden olmaktadır. Diğer bir deyişle, çocukların sınav kaygıları artıkça umutsuzluk düzeyleri artmaktadır. Umutsuzluk üzerinde çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu, görev dışı davranışlar alt boyutu ve otonom tepkiler alt boyutu puanları anlamlı birer yordayıcı olmadığı için modele alınmamıştır.

8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki Anlamlı Bir İlişki Var Olma Durumuna İlişkin Bulguların Tartışması

Sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanları ile umutsuzluk düzeyleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanları artıkça umutsuzluk düzeyleri artmaktadır. Sevinç ve Özdemir (2017) yapmış oldukları araştırmada kaygı ile umutsuzluk arasında anlamlı ve yüksek düzeyde bir ilişki olduğunu saptamıştır. Kaygı ve umutsuzluk düzeyleri arasında paralel bir ilişki olduğunu ifade etmişlerdir. Bu sonuç çalışmamızı destekler niteliktedir. Sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışlar alt boyutu puanları ile umutsuzluk düzeyleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle, sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışlar alt boyutu puanları

artıkça umutsuzluk düzeyleri artmaktadır (Gündoğdu, 2001 ve Kılıç, 1991). Ülkemizde sınavların ergenlik dönemine denk geldiğini ve bu dönemde başarısız olan öğrencilerin umutsuzluk yaşayabileceğini ifade etmişlerdir (Büyüksahin ve Gündoğdu, 2015). Bu çalışmada çalışmamızla paralel yönde sonuç ortaya çıkarmıştır. Öğrencilerde sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanları ile umutsuzluk düzeyleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görölmektedir. Diğer bir deyişle, sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanları artıkça umutsuzluk düzeyleri artmaktadır. Sınav kaygısı ölçeği toplam puanları ile umutsuzluk düzeyleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görölmektedir. Diğer bir deyişle, Sınav kaygısı ölçeği toplam puanları artıkça umutsuzluk düzeylerin artmaktadır. Genel olarak değerlendirildiğinde, sınav kaygısı artıkça umutsuzluk düzeyinin azaldığı söylenebilir. Sevinç ve Özdemir (2017)'in gerçekleştirmiş oldukları çalışmalarında; öğrencilerin kaygıları arttıkça umutsuzlukları da arttığını belirtmişlerdir. Diğer taraftan, Carretta ve ark. (2014) Ilıceto ve diğerleri (2011); Erözkan (2011) da gerçekleştirmiş oldukları çalışmalarında Sevinç ve Özdemir (2017) ile aynı durumu saptamışlardır.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Tez çalışmasının bu bölümünde araştırma bulgularına dayanarak sonuç ve öneriler yer almaktadır.

8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygı Düzeyine Dair Sonuçlar

- 8.sınıf öğrencilerinin kaygı düzeylerinin tüm öğrenciler için yüksek olduğu görüldü.
- Sekizinci sınıf kız öğrencilerinin erkek öğrencilerden daha sınav konusunda daha kaygılı olduğu söylenebilir.
- Sekizinci sınıf öğrencilerinin ailelerinin ortalama geliri fark etmeksizin sınav kaygısı düzeyleri benzerdir.
- Sekizinci sınıf öğrencilerinin başarı durumu fark etmeksizin sınav kaygısı düzeyleri benzerdir.
- Sekizinci sınıf öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre “Sınav Kaygısı Ölçeği” görev dışı davranışlar ve otonom tepkiler alt boyutu puanları ile ölçek toplam puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği görülürken, sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Tespit edilen anlamlı farklılığın ilkökul ve ortaokul mezunu olan annelerin çocukları ile lisans/lisansüstü mezunu olan annelerin çocukları arasından kaynaklanmaktadır.
- Annesi ilkökul ve ortaokul mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı Ölçeği düşüncüler alt boyutundan aldıkları puanların annesi lisans/lisansüstü mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır.
- Annesi ilkökul ve ortaokul mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı Ölçeği düşüncüler alt boyutundaki kaygı düzeyleri annesi lisans/lisans üstü mezunu olan sekizinci sınıf öğrencilerinden daha fazladır.
- Sekizinci sınıf öğrencilerinin baba eğitim durumu fark etmeksizin sınav kaygısı düzeyleri benzerdir.

8.Sınıf Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyinin Kişisel Değişkenlere Göre Anlamlı Farklılık Gösterme Durumuna Dair Sonuçlar

- Sekizinci sınıf öğrencilerinin cinsiyetleri fark etmeksizin umutsuzluk düzeyleri benzerdir.
- Sekizinci sınıf öğrencilerinin ailelerinin ortalama aylık geliri fark etmeksizin umutsuzluk düzeyleri benzerdir.
- Sekizinci sınıf öğrencilerinin başarı düzeyi artıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.
- Sekizinci sınıf öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre umutsuzluk düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Anne eğitim düzeyi artıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.
- Sekizinci sınıf öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre umutsuzluk düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Baba eğitim düzeyi artıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.

8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Yordayıcı Bulunma Durumuna Dair Sonuçlar

- Aşamalı çoklu doğrusal regresyon sonucunda modele iki değişkenin alındığı görülmüştür. Kız öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanlarının erkek öğrencilere göre daha fazladır.
- Kız çocukların sınav kaygısı erkek çocuklarına göre daha fazladır. Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda annesi lisans veya lisansüstü eğitim alan öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği toplam puanlarının diğer öğrencilere göre daha az olduğu tespit edilmiştir.
- Annesi lisans veya lisansüstü eğitim almış olan sekizinci sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları diğer öğrencilerden daha azdır.
- Cinsiyet değişkeni için regresyon katsayılarına göre, kız öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanları erkek öğrencilere göre daha fazladır
- Kız çocukların düşünceler boyutunda sınav kaygısının erkek çocuklarına göre daha fazladır. Annesi lisans veya lisansüstü eğitim alan öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanları diğer öğrencilere göre daha azdır.
- Annesi lisans veya lisansüstü eğitim almış olan sekizinci sınıf öğrencilerinin düşünceler boyutunda sınav kaygıları diğer öğrencilerden daha azdır.

- Buna göre, cinsiyet, ailenin ortalama geliri, anne-baba eğitim durumu, başarı durumu değişkenlerinin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışları alt boyutunu yordamadığı söylenebilir.
- Cinsiyet değişkeni için kız öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanları erkek öğrencilere göre daha fazla olduğu söylenebilir.
- Annesi lisans veya lisansüstü eğitim alan öğrencilerin çocuklarda sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanları diğer öğrencilere göre daha az olduğu söylenebilir.
- Annesi lisans veya lisansüstü eğitim almış olan sekizinci sınıf öğrencilerinin otonom tepkiler boyutunda sınav kaygıları diğer öğrencilerden daha azdır.
- Belge alamayan öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri belge alan öğrencilere göre daha fazladır.
- Babası okuma-yazma bilmeyen öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri diğer öğrencilere göre daha fazladır.
- Babası okuma yazma bilmeyen sekizinci sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri diğer öğrencilerden daha fazladır.
- Çocukların sınav kaygıları artıkça umutsuzluk düzeyleri artmaktadır.

8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasında Anlamli Bir İlişki Olup Olmama Durumuna Dair Sonuçlar

- Sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanları ile umutsuzluk düzeyleri pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
- Sınav kaygısı ölçeği düşünceler alt boyutu puanları artıkça umutsuzluk düzeyleri artmaktadır.
- Sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışlar alt boyutu puanları ile umutsuzluk düzeyleri pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.
- Sınav kaygısı ölçeği görev dışı davranışlar alt boyutu puanları artıkça umutsuzluk düzeyi artmaktadır.
- Sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanları ile umutsuzluk düzeyleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
- Sınav kaygısı ölçeği otonom tepkiler alt boyutu puanları artıkça umutsuzluk düzeyleri artmaktadır.

- Sınav kaygısı ölçeği toplam puanları ile umutsuzluk düzeyleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
- Sınav kaygısı ölçeği toplam puanları arttıkça umutsuzluk düzeyleri artmaktadır. Genel olarak değerlendirildiğinde, sınav kaygısı arttıkça umutsuzluk düzeyi azalmaktadır.

Öneriler

Öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin düşürülmesine yönelik birtakım önerileri şu şekilde sıralayabiliriz;

- Öğrencilerin akademik başarılarının artması umutsuzluk düzeyini düşürdüğünden, öğrencilerin başarılı olabileceği seviye sınavları uygulanabilir.
- Öğrencilerin başarı düzeylerini arttıracak takviye çalışma planları hazırlanmalıdır.
- Öğrencilerinin anne ve babalarının öğrenim durumlarının yüksek olması umutsuzluk durumlarını düşürdüğünden, anne ve babalara yönelik halk eğitim ve üniversiteler ile iş birliği içerisinde aile akademik gelişim ve rehberlik çalışmaları planlanabilir.
- Öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin yüksek olması derslerdeki akademik başarılarını etkileyebileceğinden dolayı öğrencilerin ruhsal durumlarına göre eğitim ortamları düzenlenebilir.
- Elde edilen bulgular ışığında öğrencilerin gelecek ile ilgili umutsuzluk düzeylerinin yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Öğrencilerin eğitim hayatı boyunca ve ilerleyen hayatlarında olası zorluklar hakkında ön bilgilendirme yapılabilir.
- Öğrencilerin hayalindeki lise ve meslek türleri hakkında araştırma yapılarak öğrencilere yönelik gerekli eğitimler verilebilir.

Öğrencilerin sınav kaygı düzeylerinin düşürülmesine yönelik önerileri şu şekilde sıralayabiliriz;

- 8.Sınıf kız çocuklarında sınav kaygı düzeyi daha yüksek olması sebebiyle kız öğrencilere yönelik daha fazla bireysel rehberlik çalışması yapılabilir.
- Anne öğrenim durumu ilkökul-lise düzeyinde öğrencilerin sınav kaygı düzeylerinin yüksek olması sebebiyle aile ve öğrencilere ortak sınav ve etkili ders çalışma yöntemleri ile ilgili rehberlik, eğitsel ve önleyici çalışma planı düzenlenebilir.
- Okul yönetimi, öğretmen, veliler ve öğrenciler arasında yeterli koordinasyon sağlanarak konunun farkındalığı artırılabilir.

- Okul yönetimi, öğretmen, veliler ve öğrenciler arasında yeterli koordinasyon sağlanarak konunun farkındalığı artırılabilir.
- Etkin ders çalışma ve sınava yönelik hazırlık teknikleri üzerine eğitimler düzenlenebilir.
- Sınav kaygısı düzeyleri yüksek olan öğrenciler tespit edilerek bu öğrencilere yönelik çalışmalar gerçekleştirilebilir.
- Daha geniş kitlelere uygulanmış çalışmalar okul özeline indirgenip uygulanabilir.



KAYNAKÇA

- Adana F. ve Arslantaş H. (2011). Ergenlikte öfke ve öfkenin yönetiminde okul hemşiresinin rolü. *Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 12(1), 57-62.
- Ağır, M. (2007). *Üniversite öğrencilerinin bilimsel çarpıtma düzeyleri ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akçöltekin, A. ve Doğan, S. (2012). Sınıf öğretmenlerinin umutsuzluk düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi: Ardahan ili örneği. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(7), 49-59.
- Akgün, A. ve Aydın, S. (2007). İlköğretim fen ve matematik öğretmenliği öğrencilerinin kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(20), 283-299.
- Akgün, A., Gönen, S., ve Aydın, M. (2007). İlköğretim fen ve matematik öğretmenliği öğrencilerinin kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 26(20), 283-299.
- Akkaya, Ş. (1999). *Üniversite son sınıf öğrencilerin kaygılarını etkileyen etmenler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Alisinanoğlu, F. ve Ulutaş, İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim dergisi*, 28(128), 65-71.
- Alyaprak, İ. (2006). *Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav kaygısını etkileyen faktörlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Aral, N. ve Başar, F. (1998). Çocukların kaygı düzeylerinin yaş, cinsiyet, sosyoekonomik düzey ve ailenin parçalanma durumuna göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 22(110), 7-11.
- Aras, A. (2011). Müzik bölümü lisans öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi: Hacettepe Üniversitesi Ankara Devlet Konservatuvarı Örneği. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(2), 509-524

- Arens, A. K., Becker, M. ve Möller, J. (2017). Social and dimensional comparisons in math and verbal test anxiety: Within-and cross-domain relations with achievement and the mediating role of academic self-concept. *Contemporary Educational Psychology*, 51, 240-252.
- Arslantaş, H., Adana, F., Kaya, F. ve Turan, D. (2010). Yatan hastalarda umutsuzluk ve sosyal destek düzeyi ve bunları etkileyen faktörler. *İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 18 (2), 87-97.
- Aydın U. ve Bulgan G. (2017). Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği'nin Türkçe uyarlaması, *Elementary Education Online*, 16(2) ,887-899.
- Aydın, M. ve Keskin, İ. (2017). 8. sınıf öğrencilerinin matematik kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(5), 1801-1818.
- Aydın, M., Erdoğan, S., Yurdakul, M. ve Eker, A. (2013). Sağlık Yüksekokulu ve Sağlık meslek lisesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4 (1), 1-6.
- Aydın, S. ve Takkaç, M. (2007). İngilizceyi ikinci dil olarak öğrenenlerde sınav kaygısının cinsiyet ile ilişkisi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(1), 260-266.
- Aysan F, Thomson D. ve Hamarat E. (2001). Test Anxiety, coping strategies and perceived health in a group of high school students: a turkish sample. *The Journal of Genetic Psychology; Child Behavior and Comparative Psychology*, 162 ,402-411.
- Bacanlı, F. ve Sürücü, M. (2006). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları ve karar verme stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*. 45, 7-35.
- Baltaş A. ve Baltaş Z. (2000). *Stres ve başa çıkma yolları*, 20. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Baltaş, A. (2005). *Öğrenmede ve sınavlarda üstün başarı*, İstanbul: Remzi Kitabevi
- Baş, A. U., ve Kabasakal, Z. (2013). Öğretmen adaylarında umutsuzluk ve algılanan sosyal destek. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 19-26.

- Başıoğlu S. T. (2007). *Sınav kaygısı ile özgüven arasındaki ilişkinin erinlik döneminde incelenmesi*.Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Beck, A.T., Weissman, A., Lester, D. ve Trexler, L. (1974). The Assessment Of Pessimism. The Hopelessness Scale. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology*, 42, 861 – 865.
- Boyacıoğlu NE. (2010). *Ergenlerde mantık dışı inançlar ve sınav kaygısı*.Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Boyacıoğlu NE. ve Küçük L. (2011). Ergenlikte mantık dışı inançlar sınav kaygısını nasıl etkiliyor? *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(1): 40-45.
- Boyacıoğlu, G., Kabakçı E. ve Savaşır I. (1998). *Bilişsel-Davranışçı Terapiler*, Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Bozkurt, N. (2004). Bir grup üniversite öğrencisinin depresyon ve kaygı düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiler. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 29(133), 5259.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. New York: Guilford.
- Büyüksahin, G. ve Gündoğdu, H. M. (2015). Stres umutsuzluk ve annelerin öğrenilmiş çaresizliğinin ergenlerin öğrenilmiş çaresizliğini yordama düzeyleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 21-34.
- Büyüköztürk, Ş. (2013). *Veri analizi el kitabı*. (18. Basım). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyüköztürk, S., Çokluk, O., ve Köklü, N. (2012). *Sosyal bilimler için istatistik* (11. Basım). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Carretta M.C, Ridner SH, ve Dietrch SM. Hope, hopelessness, and anxiety: a pilot instrument comparison study. *Official journal of ISPN*, 28(1), 30-243.
- Cassady, J. C. ve Johnson, R. E. (2002). Cognitive test anxiety and academic performance. *Contemporary Educational Psychology*, 27(2), 270–295.
- Ceyhan, A. A. (2004). Ortaöğretim alan öğretmenliği tezsiz yüksek lisans programına devam eden öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1, 91-101.

- Chapell, M. S., Blanding, Z. B., Silverstein, M. E., Takahashi, M., Newman, B., Gubi, A. ve McCann, N. (2005). Test anxiety and academic performance in undergraduate students. *Journal of Educational Psychology*, 97(2), 268- 274.
- Cheavens, J.S., Feldman, D. B., Woodward, J. T. ve Snyder, C. R. (2006). Hope in cognitive psychotherapies: on working with client strengths, *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 20 (2), 135-145.
- Chen H., Wong Y., Ran M. ve Gilson C. (2009). Stress among Shanghai University students: the need for social work support. *Journal of Social Work*, 9, 323-344.
- Clark, Lee A. ve David Watson (1991). Tripartite Model of Anxiety and Depression: Psychometric Evidence and Taxonomic Implications. *Journal of Abnormal Psychology*, C, 316–336.
- Connolly C., Murphy E. ve Moore, S. (2009). Programming anxiety amongst computing students – A key in the retention debate? *IEEE Transactions on Education*, 52(1), 52-56.
- Coşaner S. ve Silman F. (2012). Ortaokul öğrencilerinin sınav kaygı düzeylerinin sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Turkish International Journal of Special Education and Guidance&Counciling*, 1(2), 64-73.
- Çakıcı, D. (2015) Yabancı dil öğrenenlerin sınav kaygı düzeyleri *Turkish Studies International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(7) , 246.
- Çakmak, A., Şahin, H., ve Demirbaş, E. A. (2017). 7. ve 8. sınıf ortaokul öğrencilerinin sınav kaygısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *E-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 1-9.
- Çakmak, G. H. (2007). *Sınav kaygısı Ümraniye ilçesi farklı tür liselerde okuyan lise son sınıfı öğrencileri üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çakmak, Ö. ve Hevedanlı, M. (2004, 6-9 Temmuz). *Biyoloji öğretmen adaylarının kaygılarını etkileyen etmenler*. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayında sunuldu, Malatya.

- Çakmak, Ö. ve Hevedanlı, M. (2005). Eğitim ve fen edebiyat fakülteleri biyoloji bölümü öğrencilerinin kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(14), 115-127,
- Çapulcuoğlu U. ve Gündüz B. (2013). Öğrenci tükenmişliğini yordamada stresle başa çıkma, sınav kaygısı, akademik yetkinlik ve anne-baba tutumları. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi Uluslararası E-Dergi*, 3(1), 201-218.
- Çelikel, F.Ç. ve Erkorkmaz, Ü. (2008). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkili etmenler. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 45, 122-129.
- Davis, M. (1992). The role of the amygdala in fear and anxiety. *The Annual Review of Neuroscience*, XV, 353-375.
- Deffenbacher JL. (1986). Cognitive and psychological components of test anxiety on real life exams. *Cognitive Therapy and Research*, 10(6), 635-647.
- Delikkulak, M., ve Cimşit, S. (2012, 1-31 Mayıs), *Üniversite sınavına hazırlanan lise 12. sınıf öğrencilerinin kaygı düzeyleri ve bu kaygıya neden olan etmenler üzerine bir inceleme "Eskişehir İli Örneği"*, IV. Ulusal Sosyal Bilimler Olimpiyatında sunuldu, İstanbul.
- Demirezen E. ve Coşansu G. (2005). Adölesan çağı öğrencilerde beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 14(8), 174-178.
- Demiriz, S. ve Ulutaş, İ. (2003). 9-12 yaş çocuklarının kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 3(1), 1-9.
- Deniz, M. E., Yorgancı, Z. ve Özyeşil, Z. (2009). Öğrenme güçlüğü görülen çocukların sürekli kaygı ve depresyon düzeylerinin incelenmesi üzerine bir araştırma. *İlköğretim Online*, 8(3), 694-708.
- Dereli, F. ve Kabataş, S. (2009). Sağlık yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin iş bulma endişeleri ve umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi. *Yeni Tıp Dergisi*, 26, 31-36.
- Dursun, S. ve Aytaç, S. (2009). Üniversite öğrencileri arasında işsizlik kaygısı. *Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 28(1), 7184.

- Ehtiyar, R. ve Üngüren, E. (2008). Turizm eğitimi alan öğrencilerin umutsuzluk ve kaygı seviyeleri ile eğitime yönelik tutumları arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırma Dergisi*, 1(4), 160-181.
- Erözkan, A. Investigation of factors predicting the anxiety level of university senior students. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(2), 776-805.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS, Thrid Edition*. London. Sage Publications.
- Genç, Y. (2016, 22-24 Ağustos). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin sınav kaygılarını etkileyen faktörler. In *ICPESS (International Congress on Politic, Economic and Social Studies)* sunuldu, İstanbul.
- Gençay, S. ve Gençay, Ö. A. (2011). A Comparision of the Life Satisfaction and Hopelessness Levels of Teacher Candidates in Turkey. *Educational Research and Reviews*, 6(2), 182-186.
- Şahin, H., Günay, T. ve Batı, A. H. (2006). İzmir ili Bornova ilçesi lise son sınıf öğrencilerinde üniversiteye giriş sınavı kaygısı. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, 15(6), 107-113.
- Gürsoy, F. (2006). Farklı Sosyoekonomik düzeydeki ergenlerin benlik tasarım düzeyleri ile kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(2), 183-190.
- Deveci, S. E., Çalmaz, A. ve Açık, Y. (2012). Doğu Anadolu'da yeni açılan bir üniversitenin öğrencilerinde kaygı düzeylerinin sağlık, sosyal ve demografik faktörler ile ilişkisi. *Dicle Tıp Dergisi*, 39(2), 189-196.
- Dilbaz, N. ve Seber, G.(1993). Umutsuzluk Kavramı: Depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi*, 1(3), 134-138.
- Doğan B. ve Eser M. (2013). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri: Nazilli MYO örneği. *Electronic Journal of Vocational Colleges, Özel Sayı, Aralık*, 30-39.
- Doğan, T. ve Çoban, A. E. (2009). The investigation of the relations between students' attitude toward teaching profession and anxiety level in faculty of education. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 34(153), 157-168.
- Duman GK. (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 Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Dursun, S. ve Karagün, E. (2012). Öğretmen adaylarının mesleki kaygı düzeylerinin incelenmesi: Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu son sınıf öğrencileri üzerine bir araştırma. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24, 93-112.

Dündar S., Yapıcı Ş. ve Topçu B. (2008). Üniversite öğrencilerinin bazı kişilik özelliklerine göre sınav kaygısının incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(1), 171-186.

Egbochku, E. O. ve Obodo, B. O. (2005). Effects of systematic desensitisation (SD) therapy on the reduction of test anxiety among adolescents in Nigerian schools. *Journal of Instructional Psychology*, 32(4), 298-305.

Eker, O. (2016). *Ortaokul öğrencilerinin yaşadığı sınav kaygısının nedenleri ve anne - baba tutumlarının sınav kaygısına etkisi: Merzifon örneği*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Ekici, G. (2005). Lise öğrencilerinin öğrenci seçme sınavına (ÖSS) yönelik tutumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28), 82-90.

Enright M., Baldo T.D. ve Wykes S.D. (2000). The efficacy of eye movement desensitization and reprocessing therapy technique in the treatment of test anxiety of college students. *Journal of College Counseling*, 3(1), 36-49.

Erkmen N. ve Çetin M.Ç. (2008). Beden eğitimi öğretmenlerinin stresle başa çıkma tarzlarının bazı değişkenlerle ilişkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19, 231-242.

Erözkan A. (2004). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12,13-38.

Erzen, E. ve Odacı, H. (2014). Who feels more test anxiety? A research based on personal, academic and family variables. *Journal of Human Sciences*, 11(2), 401-419.

Eysenck, M. W. (1992). *Anxiety: The Cognitive Perspective*, Hove, Erlbaum.

- F. Çuhadaroğlu ve S. Canat (2004, 1 Ocak). Ergen ve ruhsal sorunlar durum saptama çalışması, *Türkiye Bilimler Akademisi Raporları*, Ankara.
- Freud, S. (1984). *Psikanalize Giriş Dersleri*. Çev. G. İlal-Koptagel, İstanbul, Altın Kitaplar.
- Gençdoğan B. (2002). Kasabada yaşayan lise öğrencilerinin üniversite sınavı öncesi sınav kaygısı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(4), 45-57.
- Geçtan, E. (2005). *Psikanaliz ve sonrası*, İstanbul, Metis Yayınları.
- Gözcü S. (2015). *Ergenlik dönemindeki öğrencilerin öfke durumlarının besin tüketim düzeylerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gül S.K ve Güneş İ.D. (2009). Ergenlik dönemi sorunları ve şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 79-101.
- Gündoğdu, M. (2001). *Üniversite öğrencilerinin bilimsel düşünme becerilerinin yordanması*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Güler D. ve Çakır G. (2013). Lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygısını yordayan değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 82-94.
- Güner, P. (1999). *Evre I-II meme kanseri tanısı alan hastalarda uygulanan problem çözme eğitiminin anksiyete, depresyon, umutsuzluk ve baş etme biçimine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hanımoğlu, E. ve İnanç Yazgan, B. (2011). Seviye belirleme sınavına girecek olan ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinde sınav kaygısı, mükemmeliyetçilik ve anne-baba tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(1), 351-366
- Horney, K. (1993). *Nevrozlar ve insan gelişimi öz gerçekleştirme kavgası*. (Çev. Selçuk Budak) Ankara.
- Ilıceto P, Pompili M, Lester D, Gonda X, Niolu C, Girardi N, Rihmet Z, Candilera G, Girardi P. (2011). Relationship between temperament, depression, anxiety and hopelessness in adolescents: a structural equation model. *Depress Res. Treat*, 9(3),1-6.

- Kandemir, M. (2012). Öğrencilerin akademik erteleme davranışlarının, kaygı, başarısızlık korkusu, benlik saygısı ve başarı amaçları ile açıklanması. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 2(4), 81-88.
- Kapıkıran Ş. (2002). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısının bazı psiko-sosyal değişkenlerle ilişkisi üzerine bir inceleme. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(11), 34-43.
- Karadamar M., Yiğit R. ve Sungur M.A. (2015). Ergenlerin kiloları ile ilgili algıları ve kilo kontrolüne yönelik davranışlarının incelenmesi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 17(1), 51-61.
- Karasar, N., (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kaşıkcı, Ş. (2014). *Ergenlik döneminde riskli sağlık davranışları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya, M. ve Savrun, B. M. (2015). *Ortaöğretime geçiş sistemi ortak sınavlarına girecek ortaokul 8. sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile sınav kaygı düzeyleri arasındaki ilişki*. Yeni Symposium, 53(3), 32-42.
- Kaya, M. ve Varol, K. (2004). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin durumluk sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17, 31-63.
- Kayapınar E. (2006). *Ortaöğretim kurumları öğrenci seçme ve yerleştirme sınavı (OKS)'na hazırlanan ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin kaygı düzeylerinin incelenmesi (Afyonkarahisar ili örneği)*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Afyonkarahisar Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon.
- Kılıç, M. (1991). *Üniversite öğrencilerinin tahmin ettikleri ve elde ettikleri akademik başarıları ile öğrenilmiş çaresizlik düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kısa, S.(1996). *İzmir il merkezinde dershaneye devam eden lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygılarıyla ana-baba tutumları arasındaki ilişki*, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

- Kodan, S. (2013). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk ve akılcı olmayan inanışlar arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(2), 175-190.
- Konyalıoğlu AP. (2013). *Bilinçli hipnoz ile sınav kaygısı programının üstün zekalı öğrencilerin sınav kaygılarını azaltmadaki etkilerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış doktora tezi. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kosmala-Anderson, J. ve Wallace, L. M. (2007). Gender differences in the psychosomatic reactions of students subjected to examination stress. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 5(2), 325-348.
- Köknel, Ö. (1990). *Korkular, takıntılar, saplantılar*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Krieg, A. ve Xu, Y. (2015). Ethnic differences in social anxiety between individuals of Asian heritage and European heritage: A meta-analytic review. *Asian American Journal of Psychology*, 6(1), 66-80.
- Kula, K.Ş.; Saraç, T.. (2017), Fen Edebiyat Fakültesi öğrencilerinin kaygı ve umutsuzluklarının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(2), 14-29.
- Kutlu, M. (1998). *Özürlü çocuğu olan ana-babaların umutsuzluk düzeyleri*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Küçük, D. P. (2010). Müzik öğretmeni adaylarının sınav kaygısı, benlik saygısı ve çalgı başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 37-50.
- Latifoglu, G., Uzunboylu, H. ve Kagan, S. (2017). Parent's general and specific attitudes and children's test anxiety. *International Journal of Educational Sciences*, 19(2), 88-95.
- Lindberg, E. N. A. (2011). Piaget ve ergenlikte bilişsel gelişim. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(1), 1-10.
- Manav F. (2011). Kaygı kavramı. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 5(9), 201-211.
- Mcdonald A.S. (2001). The prevalence and effects of test anxiety in school children. *Educational Psychology*, 21(1), 89-101.

- Melges, F.T. (1969). Types of UMTZelessness in psychological process. *Arch Gen Psychiatry*, 20, 690-699.
- Öner, N. (1977). *Durumluk ve sürekli kaygı envanterinin Türk toplumundaki geçerliliği*, doçentlik tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Özdamar, K. (2013). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi* (Cilt 1). Ankara: Nisan Kitabevi.
- Özer, K. (2004). *Kaygı-Sınanma duygusuyla baş edebilme*, Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- Özerkan, K. N. (2004). *Spor psikolojisine giriş*, İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
- Özgan H., Balkar B. ve Eskill M. (2008). Eğitim fakültesi öğrencileri tarafından sınıfta algılanan stres nedenleri ve kişisel değişkenlerin strese olan etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7, 337-350.
- Özmen, D., DüNDAR, P., Çetinkaya, A., Taşkın, O. ve Özmen, E. (2008). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve umutsuzluk düzeyini etkileyen etmenler. *Anatolian Journal of Psychiatry*. 9, 8-15.
- Öztürk, O. (1997). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Hekimler Yayın Birliği.
- Özyazıcıoğlu, N. ve GÜDÜCÜ Tüfekçi, F. (2009). Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde bebekleri bakım alan annelerin kaygı ve umutsuzluk düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 12(4),66-73.
- Özyürek, A. ve Demiray, K. (2010). Yurttan ve ailesi yanında kalan ortaöğretim öğrencilerinin kaygı düzeylerinin kargalaştırılması. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 11(2), 247-256.
- Peleg-Popko, O. (2004). Differentiation and test anxiety in adolescents. *Journal of Adolescence*, 27(6), 645-662.
- Putwain, D. W. (2007). Test anxiety in UK schoolchildren: Prevalence and demographic patterns. *British Journal of Educational Psychology*, 77(3), 579-593.
- Rezazadeh, M. ve Tavakoli, M. (2009). Investigating the relationship among test anxiety, gender, academic achievement and years of study: A case of Iranian EFL university students. *English Language Teaching*, 2(4), 68-74.
- Ricketts, T. ve Gill D. (2000). *Anxiety and Panic*. In C. Feltham(Ed) Handbook of Counselling and Psychotherap,(pp 431-440) London.

- Sarı, B. (2016). *Lise öğrencisi ergenlerde (15-19 yaş) problem çözme becerileri ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sayar, B. (2012). *Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Seber G. (1991). *Beck umutsuzluk ölçeğinin geçerliliği ve güvenilirliği üzerine bir çalışma*. Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı Doçentlik Tezi, Eskişehir.
- Sevinç, S., ve Özdemir, S. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin kaygı ve umutsuzluk ilişkisi: Kilis örneği. *Turkish Journal of Research & Development in Nursing*, 19(2).
- Spielberger C. (1972). *Theory and Research in Anxiety*, Academic Press, New York.
- Subaşı, G. (2016). Etkileşim kaygısı ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik: çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19).
- Şahin, A. (2002). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri üzerine bir araştırma. Selçuk Üniversitesi *İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13, 143-157.
- Şahin, C. (2009). Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri. Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 271-286.
- Şanlı Kula, K. ve Saraç, T. (2015). Fen edebiyat fakültesi öğrencilerinin gelecek kaygısı ve umutsuzluklarının incelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2, 327-328.
- Şengül, S. ve Güner, P. (2012) *İlköğretim matematik öğretmenliği programına devam eden öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi*. X Ulusal Fen Bilimleri Ve Matematik Kongresinde sunuldu. Niğde.
- Şentürk, Ü. (2012). Parçalanmış aile çocuklarının eğitimdeki başarı/başarısızlık durumu (Malatya örneği). *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 7(29), 105-126.
- Tekbaş S. (2009). *Edirne merkez ilçede ilköğretim son sınıf öğrencilerinde ortaöğretim kurumları öğrenci seçme ve yerleştirme sınavı (OKS) ve lise son sınıf öğrencilerinde öğrenci seçme sınavı (ÖSS) sınav kaygısı ve etkileyen etmenler*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.

- Tekin, M. ve Filiz, K. (2008). Beden eğitimi ve spor yüksekokullarının antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerinin umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 27-37.
- Thergaonkar N.R. ve Wadkar A. (2007). Relationship between test anxiety and parenting style. *Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 2(4), 10-12.
- Tümkaya, S. (2005). Ailesi yanında ve yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(4), 445-459.
- Tümkaya, S., Aybek, B. ve Çalık, M. (2007). KPSS'ye girecek öğretmen adaylarındaki umutsuzluk ve durumluk-sürekli kaygı düzeylerini yordayıcı değişkenlerin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 953-974.
- Tümkaya, S., Çelik, M. ve Aybek, B. (2011). Lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2), 77-94.
- Türk Dil Kurumu. (1992). *Türkçe Sözlük*. (Genişletilmiş Baskı). Ankara: TDK.
- Ulucan, H. Erol, E. Bektaş, F. ve Yılmaz, İ (2011). Türkiye'deki profesyonel futbol kulüplerinin alt yapılarındaki antrenörlerin iş doyum düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(2), 226-232
- Uzman E. (2004). Sosyal destek düzeyleri farklı üniversite öğrencilerinin kimlik statüleri. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(15), 110-121.
- Ünalın, P. C., Çifçili, S., Dinç, D., Akman, M. ve Topçuoğlu, V. (2017). Üniversite sınavına girecek olan öğrencilerde sınav kaygısı düzeyi, sosyal etkinlikler ve rehberlik hizmetlerini kullanma durumu. *Nobel Medicus Journal*, 13(1), 61-69.
- Üngören, E. ve Ehtiyar, R. (2009). Türk ve Alman öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması ve umutsuzluk düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi: Turizm eğitimi alan öğrenciler üzerinde bir araştırma. *Journal of Yasar University*, 4(14), 2093-2127.
- Üstün, G., Dedekoç, Ş., Kavalı, T., Öztürk, F., Sapcı, Y. ve Can, S. (2014). Üniversite son sınıf öğrencilerinin iş bulmaya ilişkin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 200-221.

- Varol, S. (1990). *Lise son sınıf öğrencilerinin kaygılarını etkileyen etmenler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Vidinlioğlu, S. Ö. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinin benlik algısı ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Vural B. (2004). *Her öğretmen bir rehberdir*. Hayat Yayıncılık, İstanbul.
- Yağcı, M.V. (2010). *Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin sınav kaygısı ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yazıcı, K. (2017). The relationship between learning style, test anxiety and academic achievement. *Universal Journal of Educational Research*, 5(1), 61-71.
- Wren, D. G. ve Benson, J. (2004). Measuring test anxiety in children: Scale development and internal construct validation. *Anxiety, Stress & Coping*, 17(3), 227-240.
- Yalom, I. V. (2001). *Psikoterapi*, Çev. Z. İ. Babayiğit, İstanbul, Kabalıcı Yayınevi.
- Yenilmez, K. (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin matematik dersine yönelik umutsuzluk düzeyleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 38, 307317.
- Yerlikaya, İ. (2006). *Bilişsel-Davranışçı yaklaşıma ve hobi terapiye dayalı umut eğitimi programlarının ilköğretim öğrencilerinin umutsuzluk düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Yerlikaya, İ. (2014). Devlet ve özel ortaokul öğrencilerinin umutsuzluk düzeyinin belirlenmesi ve çeşitli değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi. *International For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*. 9(8), 865-877.
- Yıldırım, İ., Gençtanırım, D., Yalçın, İ. ve Baydan, Y. (2008). Academic achievement, perfectionism and social support as predictors of test anxiety. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(34), 287-296.
- Yıldırım, S. (2007). *Anaokulu öğretmenlerinde tükenmişlik düzeyi ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz, İ.A., Dursun, S., Güzeller, E.G. ve Pektaş, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerinin belirlenmesi: bir örnek çalışma. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 4(4), 16-26.

Yiğit R.(2012) Ergenlik dönemi. Çocukluk dönemlerinde büyüme ve gelişme. Ankara: Sistem Ofset.



EKLER

Ek-1 Ölçek İzin Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 09/01/2019-E.1809



T.C.
TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı :71584433-044/
Konu :Anket izin onayı (Gürkan ÖZSOY)

Sayın Dr. Öğr. Üyesi Emel TÜZEL
Öğretim Üyesi

İlgi : Öğrenci İşleri Şube Müdürlüğü; 09/01/2019 Tarihli, 1713 sayılı yazı.

Anabilim Dalımız Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı 149901033 numaralı yüksek lisans öğrencisi Gürkan ÖZSOY'un, tez çalışması kapsamında Samsun İl Müdürlüğünden talep etmiş olduğu anket izin isteğinin gönüllülük esasına göre yapılmasına ilişkin ilgi yazısı ve ekleri yazımız ekinde gönderilmiştir.

Gereğini bilgilerinize rica ederim.

Doç. Dr. Kerem KILIÇER
Enstitü Müdür Yardımcısı

EK :
İlgi yazı ve ekleri (3 sayfa)

DAĞITIM
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Başkanlığına
Dr. Öğr. Üyesi Emel TÜZEL

Evrak Tarih ve Sayısı: 09/01/2019-E.1713



T.C.
TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı

Sayı :56314351-044/
Konu :Gürkan ÖZSOY (Anketler)

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : a) Enstitü Sekreterliği; 17/12/2018 Tarihli, 61837 sayılı yazı.
b) , 02/01/2019 tarihli ve 79264 sayılı yazı.

İlgi "a" yazımız 18.12.2018 tarih 18721 sayılı yazımız ile Samsun İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne iletilmiş olup, konu hakkındaki cevabi ilgi "b" yazı ilişikte gönderilmiştir. Bilgi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Mehmet Ali SAKİN
Rektör Yardımcısı V.

EK :
İlgi "b" yazı

Ek-2 Milli Eğitim Bakanlığı İzni

Tarih ve Sayı: 08/01/2019-839



T.C.
SAMSUN VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 27485554-605.01-E.79264
Konu : Gürkan ÖZSOY (Anketler)

02.01.2019

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : a) Milli Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 22/08/2017 tarihli ve 35558626-10.06.01-E. 12607291 - 2017/25 sayılı Genelgesi,
b) Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Rektörlüğü Öğrenci İşleri Daire Başkanlığının 18.12.2018 tarihli ve 56314351-044/18721 sayılı yazısı.

Tokat, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Temel Eğitim Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Gürkan ÖZSOY'un İlimiz, İlkadım, Asarcık, Canik ve Kavak İlçelerinde okuyan ortaokul öğrencilere yönelik "8. Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygı Düzeyleri İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki" başlıklı tez çalışması yapmak istediğine ilişkin ilgi (b) yazı ve ekleri, ilgi (a) genelgeye göre incelenmiş ve komisyon tarafından uygun görülmüştür.

Söz konusu çalışmanın komisyon kararı doğrultusunda, anket sorularını çalışmayı yapan kişi tarafından raporlanarak, Müdürlüğümüz Ar-Ge Birimine gönderilmesine dikkat edilerek, Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, Millî Eğitim Temel Kanunu ile Türk Millî Eğitiminin genel amaçlarına uygun olarak, ilgili yasal düzenlemelerde belirtilen ilke, esas ve amaçlara aykırılık teşkil etmeyecek şekilde, duyurusu ve denetimi ilçe millî eğitim müdürlüğünüz tarafından gerçekleştirilmek üzere okul müdürlüğü sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmadan gönüllülük esasına bağlı olarak yapılmasının sağlanması hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Coşkun ESEN

Vali a.

İl Millî Eğitim Müdürü

Ekler :

- 1- İlgi (b) dilekçe ve ekleri (30 sayfa)
- 2-31.12.2018 tarihli komisyon kararı (1 sayfa)

DAĞITIM:

Gereği:

İlkadım, Canik, Asarcık, Canik
ve Kavak İlçe Millî Eğitim Müdürlüğü

Bilgi:

Gaziosmanpaşa Üniversitesi
Rektörlüğü

Adres: Atatürk Blv. Yeni Hükümet Konakı Kat:3 SAMSUN
Elektronik Ağı: samsun.meb.gov.tr
e-posta:

Bilgi için: Burcu Sağdıçlı
Tel: 0 (362) 435 80 63
Faks: 0 (362) 437 48 54

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evtasorgu.meb.gov.tr> adresinden f4a0-87a7-3b5e-6ddd-d556 kodu ile teyit edilebilir.

Ay FM: 2

T.C.
MILLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Eğitimi Araştırma ve Geliştirme Dairesi Başkanlığı
ARAŞTIRMA DEĞERLENDİRME FORMU

ARAŞTIRMA SAHİBİNİN		
Adı Soyadı	Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Gürkan ÖZSOY	
Kurumu / Üniversitesi	TOKAT Gaziosmanpaşa Üniversitesi	
Araştırma Yapılacak İl/İlçe	Samsun / İlkadım, Asarcık, Canik ve Kavak İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	
Araştırma Yapılacak Eğitim Kurumu ve Kademesi	Samsun İli, İlkadım, Asarcık, Canik ve Kavak 'ta okuyan ortaokul öğrencilerine yönelik çalışma.	
Araştırma Konusu	"8.Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygı Düzeyleri ile Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki"	
Üniversite / Kurum Onayı		
Araştırma/Proje/Ödev/Tez Önerisi	Tez Çalışması	
Veri Toplama Araçları	Anket Soruları	
Görüş İstenilecek Birim/Birimler		
KOMİSYON GÖRÜŞÜ		
Anket sonuç raporunun İl Millî Eğitim Müdürlüğü na-GE Şişine gönderilmesi kararlaştırılmıştır.		
Komisyon Kararı	Oybirliği ile alınmıştır. Gerekçesi:	
Muhalef üyenin Adı ve Soyadı:		
KOMİSYON		
31/12/2018 Komisyon Başkanı Erdal AKSOY İl Millî Eğitim Müdürlüğü Müdür Yardımcısı	Sekel AKGÜN İl Millî Eğitim Müdürlüğü Rehber Öğretmeni	Üye Selim BAHADIR İl Millî Eğitim Müdürlüğü Sosyal Bilgiler Öğretmeni

Ek-3 Araştırmada Kullanılan Ölçek

Sevgili öğrenciler,

Ölçeğimizde insanın kendini değerlendirmesiyle ilgili 20 maddelik bir liste bulunmaktadır. Sizden isteğim; öncelikle aşağıda belirtilen kişisel bilgileri “isim ve soyadı yazmadan” doldurarak, listede verilen her ifadeyi inceleyip, kendi duygu, düşünce ve davranışınızı ne ölçüde yansıttığınızı belirtmeniz ve buna uygun olan kutucuğa (X) işaretini koymanız. Her ifade için bir tercih yapınız. Lütfen boş ifade bırakmayınız.

Cevaplamada içtenlikle davranacağınızı umar, teşekkür ederim.

GÜRKAN ÖZSOY

- 1- Yaş :
- 2- Cinsiyet: Kız() Erkek ()
- 3- Anne-Baba: Birlikte yaşıyor () Ayrı yaşıyor () Boşanmış ()
- 4- Aile türü : Çekirdek aile () Geniş aile () Parçalanmış aile ()
- 5- Annenin sağ olup olmaması : Sağ () Ölü ()
- 6- Babanın hayatta olup olmaması : Sağ () Ölü ()
- 7- Siz hariç kaç kardeşiniz var :
- 8- Annenizin mesleği :
- 9- Babanızın mesleği :
- 10- Eğitim almayı hedeflediğiniz lise türü : Fen Lisesi() Anadolu Lisesi () İmam Hatip Lisesi () Mesleki ve Teknik Anadolu Lise ()
- 11- Hayalinizdeki meslek nedir? :
- 12- Kendini nasıl tanımlıyor : Heyecanlı () Sakin () Karamsar () Neşeli()
- 13- Okul yaşamından memnuniyet durumu : Memnunum () Memnun değilim ()
- 14- Fiziksel sağlık durumu : Çok iyi () Orta () Kötü ()
- 15- Ruh Sağlığı durumu : Çok iyi () Orta () Kötü ()
- 16-Ailenizin ortalama aylık geliri:
- 17- Kendinize ait çalışma odası: Var () Yok()
- 18- Anne Öğrenim Durumu: Okuma-yazma bilmiyor() İlkokul() Ortaokul() Lise () Üniversite() Lisansüstü()

19-Baba Öğrenim Durumu: Okuma-yazma bilmiyor() İlkokul() Ortaokul()
Lise () Üniversite() Lisansüstü()

20-7.sınıfta başarı durumu :Takdir()Teşekkür()Belge almadı()1 ve daha fazla Zayıf()



Ek-4 Beck Umutsuzluk Ölçeği

Aşağıda geleceğe ait düşünceleri ifade eden bazı cümleler verilmiştir. Lütfen her bir ifadeyi okuyarak, bunların size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz. Örneğin, okuduğunuz ilk ifade size uygun ise “Evet” , uygun değil ise “Hayır” ifadesinin yanındaki kutucuğu işaretletiniz.

1. Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum.

Evet () Hayır ()

2. Kendim ile ilgili şeyleri düzeltemediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur.

Evet () Hayır ()

3. İşler kötüye giderken bile her şeyin böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor.

Evet () Hayır ()

4. Gelecek 10 yıl içinde hayatımın nasıl olacağını hayal bile edemiyorum.

Evet () Hayır ()

5. Yapmayı en çok sevdiğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var.

Evet () Hayır ()

6. Benim için önemli konularda ilerde başarılı olacağımı umuyorum.

Evet () Hayır ()

7. Geleceğimi karanlık görüyorum.

Evet () Hayır ()

8. Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı umuyorum.

Evet () Hayır ()

9. İyi fırsatlar yakalayamıyorum. Gelecekte yakalayacağıma inanmam için de hiçbir neden yok.

Evet () Hayır ()

10. Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı.

Evet () Hayır ()

11. Gelecek benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu gibi gözüküyor.

Evet () Hayır ()

12.Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi ummuyorum.

Evet () Hayır ()

13.Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.

Evet () Hayır ()

14.İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor

Evet () Hayır ()

15.Geleceğe büyük inancım var

Evet () Hayır ()

16.Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur.

Evet () Hayır ()

17.Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam imkansız gibi.

Evet () Hayır ()

18.Gelecek bana bulanık ve belirsiz gözüküyor.

Evet () Hayır ()

19.Kötü günlerden çok iyi günler bekliyorum.

Evet () Hayır ()

20.İstediğim her şeyi elde etmek için çaba göstermenin gerçekten yararı yok. Nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.

Evet () Hayır ()

Teşekkürler...

Ek-5 Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği

Lütfen seni en iyi ifade ettiğini düşündüğün cevabı işaretle.

Örnek: Lütfen aşağıdaki cümleyi oku ve bu cümlenin sınav sırasında senin için ne kadar geçerli olduğunu düşün.

- Eğer cümle senin için **hemen hemen hiçbir zaman** geçerli değilse **1**'i işaretle.
- Eğer cümle senin için **bazen** geçerliyse **2**'yi işaretle.
- Eğer cümle senin için **çoğu zaman** geçerliyse **3**'ü işaretle.
- Eğer cümle senin için **hemen hemen her zaman** geçerliyse **4**'ü işaretle.

Sınav olurken...	HEMEN HEMEN HİÇBİR ZAMAN	BAZEN	ÇOĞU ZAMAN	HEMEN HEMEN HER ZAMAN
Başka şeyler hakkında düşünürüm.	1	2	3	4

Arka sayfadaki diğer maddeler sınav olurken bazı öğrencilerin neler düşündüklerini, nasıl hissettiklerini ya da neler yaptıklarını ifade ediyor. Lütfen her cümleyi dikkatlice oku ve sınav olurken senin düşünce, duygu veya davranışlarını ne kadar tanımladığına karar ver. Sınav sırasında seni en iyi ifade eden cevabı işaretle. Eğer hangi seçeneği işaretleyeceğinden emin değilsen, cevap vermeden önce lütfen cümleyi tekrar oku. Bu ankette “doğru” veya “yanlış” cevap yoktur. Lütfen senin için geçerli olan cevabı işaretle.

Sınav olurken...	HEMEN HEMEN HİÇBİR ZAMAN	BAZEN	ÇOĞU ZAMAN	HEMEN HEMEN HER ZAMAN
1. Geçip geçmeyeceğimi merak ederim.	1	2	3	4
2. Kalbim hızla çarpar.	1	2	3	4
3. Etrafıma bakarım.	1	2	3	4
4. Tedirgin hissederim.	1	2	3	4
5. Kötü bir not alacağımı düşünürüm.	1	2	3	4
6. Cevapları hatırlamak benim için zordur.	1	2	3	4
7. Kalemimle oynarım.	1	2	3	4
8. Yüzüme ateş basar.	1	2	3	4
9. Başarısız olmaktan korkarım.	1	2	3	4
10. Karnıma ağrılar girer.	1	2	3	4
11. Yanlış bir şey yapmaktan korkarım.	1	2	3	4
12. Saati kontrol ederim.	1	2	3	4
13. Sınavdan kaç alacağımı düşünürüm.	1	2	3	4
14. Yerimde durmakta zorlanırım.	1	2	3	4
15. Cevaplarımın doğru olup olmadığını merak ederim.	1	2	3	4
16. Daha çok çalışmalıydım diye düşünürüm.	1	2	3	4
17. Başım ağrır.	1	2	3	4
18. Diğer arkadaşlarıma bakarım.	1	2	3	4
19. Cevaplarımın çoğunun yanlış olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4
20. Sıcak basar.	1	2	3	4
21. Sınavın zorluğu beni endişelendirir.	1	2	3	4
22. Çabucak bitirmeye çalışırım.	1	2	3	4
23. Ellerim titrer.	1	2	3	4
24. Başarısız olursam ne olacağını düşünürüm.	1	2	3	4
25. Tuvalete gitmek zorunda kalırım.	1	2	3	4
26. Ayaklarımı sallarım.	1	2	3	4
27. Cevaplarımın ne kadar kötü olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4
28. Korku duyarım.	1	2	3	4
29. Ailemin ne diyeceğinden endişelenirim.	1	2	3	4
30. Dalar giderim.	1	2	3	4

Ek-6 Tez İzin Formu

	T.C. TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ Tez Çalışması Araştırma İzni Onay Formu
---	--

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA

Yürütmekte olduğum tez çalışması kapsamında ekte yer alan veri toplama aracının/araçlarının uygulanabilmesi için gerekli izinlerin alınmasını talep ediyorum. Gereğini bilgilerinize arz ederim.

Öğrenciye İlişkin Bilgiler

TC Kimlik No	24967144478
Adı Soyadı	Gürkan ÖZSOY
Öğrenci No	149001053
Anabilim Dalı	Eğitim Bilimleri
Bilim Dalı	Rehberlik ve Psikolojik Danışma BD.-Y.L.
Danışmanı	Dr. Öğretim Üyesi Emel TÜZEL İŞERİ


Tez Çalışmasına İlişkin Bilgiler

Tez Başlığı	8.Sınıf öğrencilerinin sınav kaygı düzeyleri ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki
Uygulanacak Veri Toplama Araçları	Kişisel Bilgi Formu-Beck Umutsuzluk Ölçeği-Çocuklarda Sınav Kaygısı Düzeyi Ölçeği (Wren ve Benson)
Uygulama Yapılacak Kurumlar	Samsun Asarek-Canik-Kavak ve İlkadım İlçelerindeki Ortaokullar
Katılımcılar	Öğrenciler
Uygulama Tarih Aralığı	14/01/2019 - 14/03/2019

EKLER:

1. Tez Önerisi
2. Veri Toplama Aracı/Araçları
3. Uygulama Yapılacak Kurum Listesi Tablosu

Öğrenci
Gürkan ÖZSOY
14.12.2018



Danışman
Dr. Öğretim Üyesi Emel TÜZEL İŞERİ
14.12.2018

İmza


UYGUNDUR
Enstitü Yetkilisi


Dr. Dr. Kerem KILIÇER
14.12.2018



UYGULAMA YAPILACAK KURUM LİSTESİ

Bağlı Olduğu Bir Üst Kurum Adı	Kurumun Tam İsmi	Açık Adresi
Asarcık İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Koşaca Cumhuriyet Ortaokulu	Koşaca Mah.No:41 Asarcık/SAMSUN
Asarcık İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Emirmusa Ortaokulu	Emirmusa Mah. Merkez Sok.No:91Asarcık/SAMSUN
Asarcık İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Atatürk Ortaokulu	Fatih Cad. Asarcık/SAMSUN
Asarcık İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Asarcık YBO	Hisariye Köyü Meşelik Mah. Asarcık/SAMSUN
Asarcık İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Acısu Şehit Muharrem Konu Ortaokulu	Acısu Köyü Asarcık/SAMSUN
Asarcık İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Kılavuzlu Şehit Niyazi Kaya Ortaokulu	Kılavuzlu Köyü Asarcık/SAMSUN
Asarcık İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Asarcık İmam Hatip Ortaokulu	Bicincik Mah. Hacı Geriş Cad. No 10 Asarcık/SAMSUN
Kavak İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Merkez Şehit İlhan Kuşan Ortaokulu	Soğuksu Mahallesi Kavak/SAMSUN
Kavak İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Kavak İmam Hatip Ortaokulu	Yaşardoğu Mah. Adnan Menderes Cad. No128 55850 Kavak/SAMSUN
Kavak İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	19 Mayıs Ortaokulu	19 Mayıs mah.Fabrikalar sok.No:9A Kavak/SAMSUN
Canik İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Başalan Cumhuriyet Ortaokulu	Başalan Köyü Canik/SAMSUN
Canik İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Başalan Cumhuriyet İmam Hatip Ortaokulu	Başalan Köyü Canik/SAMSUN
Canik İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Fatih Ortaokulu	Gaziosmanpaşa Mah.143.Sok No:25/3 Canik/SAMSUN
Canik İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	İnönü Ortaokulu	Yeşilova Mah.Sandıklı Sok. No:14/1 Canik/Samsun
Canik İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Hasköy Ortaokulu	Hasköy Mah.Üsküp Cad.No:87 Canik/SAMSUN
İlkadım İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	23 Nisan Ortaokulu	Kale Mah. İstiklal Cad. No:45 İlkadım/SAMSUN
İlkadım İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Mete Yahşi Mehmetcik Ortaokulu	Kadıköy Mah.Kadı Sokak. No:118 İlkadım/SAMSUN
İlkadım İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü	Mehmetcik İmam Hatip Ortaokulu	Kadıköy Mah.Kadı Sokak. No:118 İlkadım/SAMSUN

Ek-7 Tez Öneri Formu

	T.C. GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ Yüksek Lisans Tez Öneri Formu
---	--

Sayı.....

Tarih.....

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI

Tez Konusu: 8.SINIF ÖĞRENCİLERİNİN SINAV KAYGI DÜZEYLERİ İLE UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ	
Değerlendirme Sonucu	<input checked="" type="checkbox"/> Oy birliği ile Kabul <input type="checkbox"/> Oyçokluğu Kabul <input type="checkbox"/> Ret

Öğrenci Danışmanı Onayı
Unvanı, Adı ve Soyadı
Yrd.Doç.Dr.Emel TÜZEL

Tarih
...15.12.2017...

İmza



ANABİLİM DALI KURUL KARARI

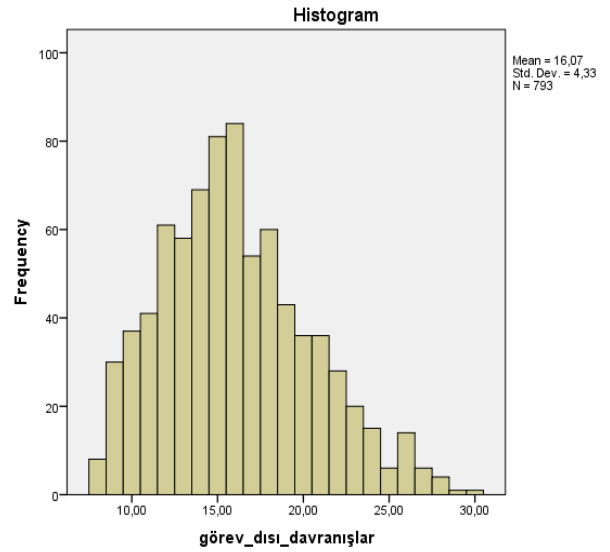
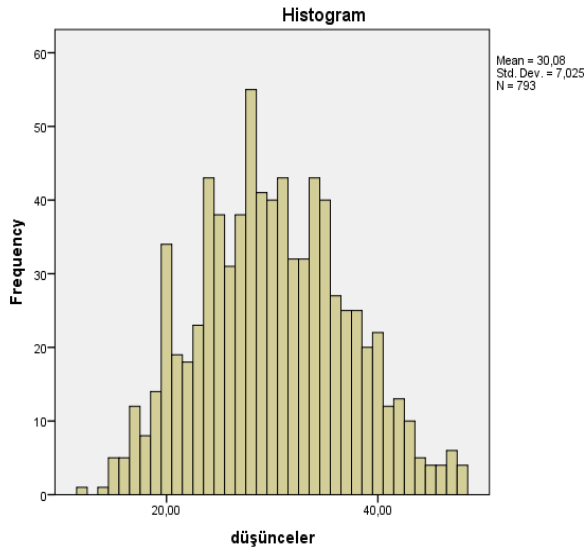
Tarih:/...../.....

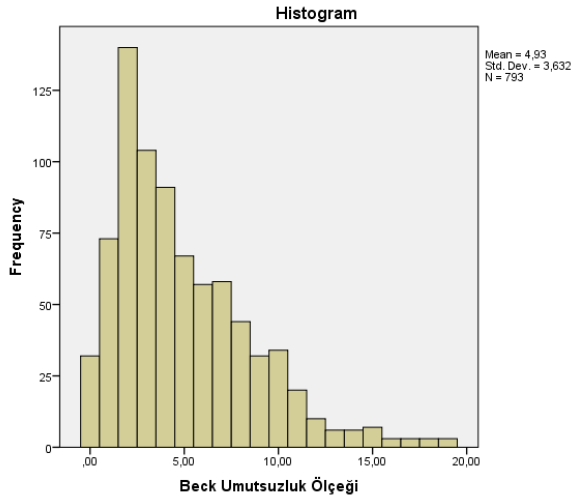
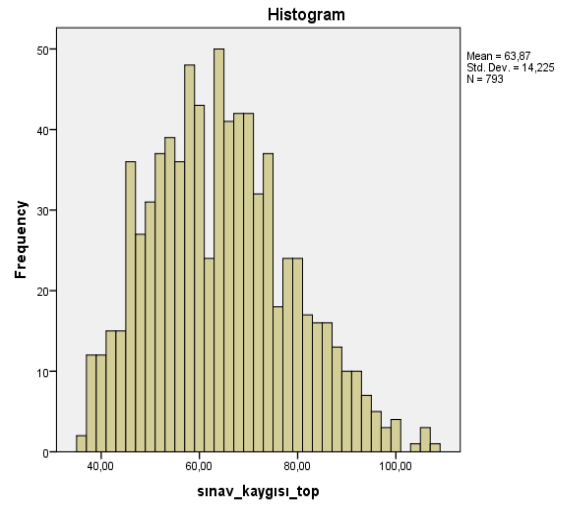
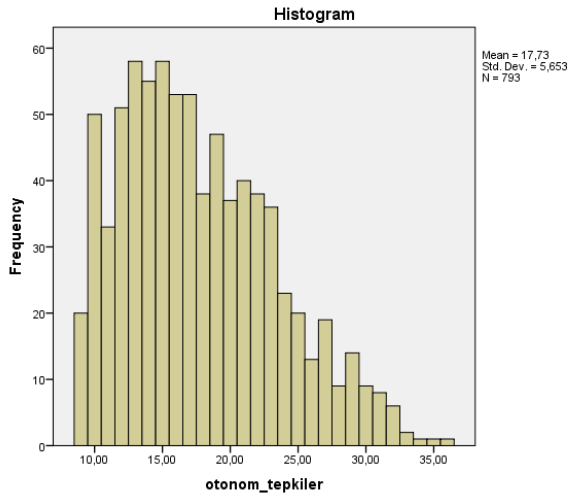
Başkan Unvan, Ad, Soyadı Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Gülşah BAŞOL 	
Üye Unvan, Ad, Soyadı Doç. Dr. Tahire İLHAN Bilim Dalı Başkanı İmza 	Üye Unvan, Ad, Soyadı Doç. Dr. Nuri TUDUKAN Bilim Dalı Başkanı İmza 
Üye Unvan, Ad, Soyadı Prof. Dr. Gülşah BAŞOL Bilim Dalı Başkanı İmza 	Üye Unvan, Ad, Soyadı Yrd. Doç. Sevil KANTAL Y. Bilim Dalı Başkanı İmza 

Ek 8- Normallik Testleri

	n	Çarpıklık		Basıklık	
		İstatistik	Std. Hatası	İstatistik	Std. Hatası
Düşünceler	794	0,144	0,087	-0,454	0,173
Görev dışı davranışlar	794	0,482	0,087	-0,150	0,173
Otonom tepkiler	793	0,593	0,087	-0,265	0,173
Sınav kaygısı toplam puan	793	0,365	0,087	-0,339	0,173
Beck Umutsuzluk Ölçeği	794	1,136	0,087	1,289	0,173

	Kolmogorov-Smirnov Testi		
	İstatistik	sd	p
Düşünceler	0,051	793	0,000
Görev dışı davranışlar	0,097	793	0,000
Otonom tepkiler	0,097	793	0,000
Sınav kaygısı toplam puan	0,056	793	0,000
Beck Umutsuzluk Ölçeği	0,156	793	0,000





Ek 9.Özgeçmiş

Adı Soyadı	Gürkan ÖZSOY
Kişisel Bilgiler	Uyruğu: T.C. Doğum Tarihi ve Yeri: 1983/Amasya
İletişim Bilgileri	Tel: 0506 642 37 19-0542 623 63 22 E-posta: gurkan_gurkan55@hotmail.com
Öğrenim Bilgileri	Lise: 1998- 2002 Ladik Akpınar Anadolu Öğretmen Lisesi, SAMSUN Lisans: 2004- 2008 Samsun 19 Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalı
İş Deneyimi	<p>2008 -2009 Çizgi Dershanesi (Sınıf Öğretmenliği)</p> <p>2008- 2009 Buğra Etüt Eğitim Merkezi (Sınıf Öğretmenliği)</p> <p>2009- 2010 Ezgi Test Dershanesi (Rehberlik Bölümü)</p> <p>2009- 2010 Tekkeköy Çınaralan İlkokulu (Sınıf Öğretmenliği)</p> <p>2010 Hakkari Üniversitesi Okul Öncesi Anabilim Dalı (ÖYP Araştırma Görevlisi)</p> <p>2010- 2013 Erzurum Köprüköy Ağcaşar İlkokulu (Sınıf Öğretmenliği)</p> <p>2013- 2015 Samsun Asarcık Arıcak İlkokulu (Müdür Yetkili Sınıf Öğretmeni)</p> <p>2015- ----- Samsun Asarcık Koşaca Cumhuriyet Ortaokulu (Okul Müdürü)</p> <p>2017-2018 Asarcık İlçe Milli Eğitim Şube Müdürlüğü</p> <p>2018- ----- Asarcık İlçe Gençlik Merkezi İlçe Müdürlüğü (Halen devam etmekte)</p> <p>2018- ----- Asarcık Koşaca Cumhuriyet Ortaokulu (Okul Müdürü) (Halen devam etmekte)</p>