



MESLEK YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN SINAV KAYGISI İLE İLGİLİ BİR ARAŞTIRMA: NAZİLLİ MESLEK YÜKSEK OKULU ÖRNEĞİ¹

TEST ANXIETY OF STUDENTS AT VOCATIONAL SCHOOLS A CASE STUDY: AN NAZILLI VOCATIONAL SCHOOL SAMPLE

Mümin ESER², Zehra BURDUR³

Öz

Bu araştırma, öğrencilerin akademik yaşam içinde en çok etkilendikleri akademik faaliyet olarak ortaya çıkan sınavlara yönelik kaygılarını ölçmeye yöneliktir. Sınav kaygısı, sınav gerginliği, zihinsel karışıklık, akademik başarı kaygısı, sınav kariyer ilişkisi, sınav alternatifleri ve sınav gelecek ilişkisi gibi faktörleri barındırmaktadır. Çalışmanın amacı meslek yüksekokulu öğrencilerinin sınav kaygılarını belirlemeye yöneliktir.

Araştırmaya Adnan Menderes Üniversitesi'nde eğitim gören 320 Nazilli MYO öğrencisi katılmıştır. Verilerin analizinde SPSS, istatistiksel farklılık-ilişkilerin analizinde t-test kullanılmıştır. Çalışmada sınav kaygılarını belirlemek için Adnan Menderes Üniversitesi Nazilli Meslek Yüksekokulunda okuyan öğrencilere anket uygulanmıştır. Öğrencilerin sınav kaygılarını belirleyerek sonuçlarının değerlendirilmesi bu çalışmanın temel amaçları arasında yer alır.

Anahtar Kelimeler: Sınav kaygısı, Meslek Yüksekokulu, Akademik faaliyet, Sınav gerginliği, Akademik başarı kaygısı

Abstract

This research is aimed at determining to evaluate the exam anxiety which is the most influenced academic activity by the students of vocational school in their academic life. This study contains factors of exam anxiety, exam tension, mental confusion, academic success anxiety, exam-career relation, alternative of exam and exam- future relation. The aim of this study is to determining the exam anxiety of vocational school students.

320 university students studying at Adnan Menderes University Nazilli Vocational School participated in the research. In the analysis of the data, SPSS; in the analysis of statistical difference relationships, t-test were used. In the study, so as to be able to determine the exam anxiety, a

¹ Bu çalışma 11-13 Mayıs 2017 tarihinde Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi'nde düzenlenen 4. Ulusal Meslek Yüksekokulları Sosyal ve Teknik Bilimler Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

² Öğr. Gör., Adnan Menderes Üniversitesi, meser@adu.edu.tr

³ Öğretim Elemanı, Adnan Menderes Üniversitesi, zehra.burdur@adu.edu.tr

questionnaire was applied to the students of Adnan Menderes University Nazilli Vocational School. The determination of the students' exam anxiety and the evaluation of the conclusions are among the main objectives of this study.

Keywords: *Exam anxiety, Vocational School, Academic activity, Exam tension, Academic success anxiety*

1- GİRİŞ

Dünyada ve Türkiye’de eğitime verilen önem gittikçe artmaktadır. Bireylerin yaşamlarındaki kaliteyi belirleyen birçok olgu vardır. Eğitim de bir toplumda yaşayan bireylerin yaşama biçimlerindeki kaliteyi belirleyen en önemli olgulardan biri olarak düşünülebilir. Eğitim sürecinde bireylerin başarılarının ölçülmesinde birçok yöntem kullanılmaktadır. Sınav yöntemi de başarı ölçülmesinde son yıllarda ön plana çıkan ve en çok kullanılan yöntemdir. Öğrenciler sınavlara girerken başarılı olmalarını etkileyen birçok durumla karşı karşıya kalabilirler. Bu durumlardan birisi de sınavlardan önce veya sınav sırasında ortaya çıkan kaygı durumudur. Öğrencilerin başarı durumlarını sınav öncesi veya sınav sırasında duydukları kaygı etkileyebilmektedir. Yapılan araştırmalarda çok kaygı duyan veya hiç kaygı duymayan öğrencilerin sınavlardan başarısız oldukları gözlemlenirken, bir miktar kaygı duyan öğrencilerin başarılı oldukları gözlemlenmiştir.

Çalışma kapsamında kaygı, kaygının ortaya çıkardığı olumlu olumsuz durumlar, eğitim süreci içindeki sınavlarda kaygının etkisi ve ön lisans eğitimi alan öğrencilerin eğitim sırasında girdikleri sınavlarda kaygı durumunu etkileyen unsurlar üzerinde durulacaktır.

2- KAYGI VE SINAV KAYGISI

Kaygı, üzüntü endişe duyulan bir düşünce, tasa(TDK,1998:1248) olarak tanımlanabilir. Bir şeyi tehlikeli ya da korkutucu olarak görürsen zihnini bununla meşgul etmeli ve endişe duymalıdır biçimindeki inancın kaygıya yol açtığını belirtmiştir. Bunun yanında “Her zaman başarılı olmalıyım.”; “İnsanların içinde mahcup ya da küçük düşürülmeye tahammül edemem.”; “Herhangi bir durumla başarılı bir şekilde meşgul olmak ve mücadele etmek benim için imkânsızdır.” ve “Geleceğin belirsizlik taşımasıyla ilgili üzülmeiyim.” gibi akılcı olmayan inançların da kaygıya neden olduğu belirtilmektedir(Güler ve Çakır,2013:83). Bireyin başarı beklentisi düzeyi, kendine verdiği değer, benlik saygısı ve yetenekleriyle ilgilidir. Kendine saygı duyan, yetenekli ve kendi yeteneklerini doğru olarak tanıyan birey, duruma uygun üst düzeyde beklenti oluşturabilir. Bu beklentilerden kendi ilerlemesinde olumlu yönde etkilenir. Başarı beklentisinin yüksek olması rekabeti destekler, bireyin kendi kendini motive etmesine yardımcı olabilir. Ama çoğu kez birey beklenen başarıya ulaşamamakla strese girmekte ve stres gerginlik başarıyı olumsuz yönde etkilemektedir(Küçük,2010:39). Kaygı ve korku duygusu, o duyguyu yaşayan kişiye üç basit mesaj vermektedir. Birincisi bir sorun yada tehlike ile karşı karşıyasın, ikincisi bu sorun ve tehlike ile başa çıkabilmek için yeterli değilsin ve üçüncüsü olacaklar için kork ve hemen başının çaresine bak! Kaygının en büyük yararı, insanı diri tutması ve harekete geçirmeye hazır hale getirmesidir(Sekman,2016:65). Her insanın başarılı olabilmesi için bir miktar kaygı mutlaka

gereklidir. Eğer bu konuda hiç kaygı yaşamıyorsanız, harekete geçemezsiniz. Çünkü yeteri kadar kaygı, sizi bir amaç oluşturmaya ve bu amaca doğru yönelmeye motive eder(Yeşilyurt,2007:16).

Sınav kaygısı çok eskiden beri yaşanan bir gerçek olmasına rağmen batı toplumlarında 1940'lı yıllarda araştırılmaya başlanmıştır. Ülkemizde ise bu ilgi çok geç başlamış ve hala yeterli seviyeye ulaşmamıştır. Amerika Birleşik Devletleri'nde sınav kaygısı ile baş etmek durumunda olan öğrencilerin oranı %20 seviyesinde iken, bu rakam Türkiye'de %65-70 civarındadır. Dolayısıyla sınav kaygısı ile başa çıkma becerisinin kazandırılması, Türkiye'de çok daha büyük önem taşımaktadır. Sınav kaygısı, yetersiz ders çalışma davranışı, fizyolojik belirtiler ve sınav durumunda sınavla ilgili olmayan düşünceleri içeren bir durum olarak açıklanabilir(Kurt,2006:91). Sınav kaygısının nedenleri olarak şunlar sayılabilir; zamanı etkin kullanamamak ve sınava yeterli düzeyde hazır olmamak, fizyolojik ihtiyaçların doğru biçimde karşılanmaması ve sınav hakkında oluşturulan olumsuz düşünceler(Biçer,2015:18-19) olarak sayılabilir. Sınav kaygısının altında yatan nedenlere odaklanan çalışmalarda; öğrencilerin geçmiş deneyimleri ve inançları, aile tutumları, ders yükü ile ilgili algılar ve zaman yönetme becerilerinin sınav kaygısı üzerinde etkili olabileceği bildirilmiştir. Sınav kaygısının, sınava girenin, başkalarının zihninde kendisi ile ilgili "çok zeki", "çok çalışkan" gibi özel bir izlenim bırakmak istediğinde ve olumsuz bir sonucun bu izlenimi bozacağını düşündüğünde ortaya çıkan bir tür sosyal kaygı olduğu vurgulanmıştır(Kavakçı,Vd,2011:8). Sınav kaygısı ile sınavdan korkmak ayrı kavramlardır. Sınavdan korkan bir öğrenci, yaklaşan bir sınav göre zamanını programlayarak çalışır ve zaman içinde de korkusu azalır. Kaygı ise temelde, bireye rahatsızlık veren olayın kendisinden değil, olayın birey için taşıdığı anlamdan ileri gelmektedir. Birçok öğrenci, sınavla birlikte kendi kişiliğinin ve varlığının değerlendirildiğini düşünmektedir(Kutlu,2001:13). Sınav kaygısı sınav anında ortaya çıkan, kaygının özel bir türü olarak düşünülebilir. Ancak sürekli kaygı düzeyi yüksek olan bir kişinin sınav kaygısı yaşama olasılığı da yüksek olabilmektedir (Akın,Vd,2012:105)

Sınav kaygısının öğrencinin akademik başarısını olumsuz yönde etkilediği belirtilmektedir Chapell ve arkadaşlarının bulgularına göre lisans düzeyinde eğitim gören üniversite öğrencilerinin akademik performansları ile sınav kaygıları arasında ilişki bulunmaktadır. Düşük sınav kaygısı olan öğrenciler daha yüksek akademik genel ortalamalara sahipken yüksek sınav kaygısı olan öğrenciler daha düşük akademik genel ortalamaya sahiptir. Araştırmaya göre düşük sınav kaygısı olan kız öğrenciler yüksek sınav kaygısı olan kız öğrencilere oranla daha yüksek genel akademik ortalamaya sahipken erkek öğrenciler için böyle bir bulgu söz konusu değildir. Kız öğrenciler erkek öğrencilere oranla daha fazla sınav kaygısı yaşarken genel akademik ortalamaları erkeklerden daha yüksektir. Sınav kaygısı öğrencilerin akademik başarısını düşürmekle birlikte yaşam kalitesini ve içsel motivasyonu düşürmekte ayrıca dikkatini toplamasını ve odaklanmasını zorlaştırmaktadır(Totan,Yavuz,2009:95-96). Akademik başarı ya da başarısızlık, öğrencinin duygusal özellikleriyle de ilişkili bulunmuştur. Akademik başarı ile özsaygı, yalnızlık ve utangaçlık arasında anlamlı ilişkiler olduğu gözlenmiştir(Yıldırım,2000:168). Öğrencilerin sınav kaygısının azaltılması başarılarını artırabilmektedir. Bu nedenle, sınav kaygısıyla baş etmede öğrencilerin kişilik özelliklerinin belirlenerek, kişilik özelliklerine göre sınav kaygı düzeyinin yüksek olması olası olan öğrencilere psikolojik danışmanlık desteğiyle yardımcı olunabilir. Bunun için öğrencilerin kişilik özelliklerine göre sınav kaygı düzeyinde farklılık olup olmadığı ve hangi kişisel

özelliklerin sınav kaygısını ne yönde etkilediğinin belirlenmesine ihtiyaç vardır(Dündar,Vd,2008:174). Öğrencilerin sınav stersini aşmaları için kısa bazı öneriler sunulabilir. Kendinize güvenin, başarılarınızın farkında olun, yeterince çalışın, yeterince uyuyun, spor yapın, düzenli beslenin, çok fazla TV ve bilgisayar karşısında kalmayın, kaygılı arkadaşlardan uzak durun ve kitle iletişim araçlarında zorunda kalmadıkça uzak durun(Abalı,2015:54-55) önerileri sunulabilir. Meslek yüksekokullarında eğitim-öğretim sürecinde öğrencilerin sınav kaygısını normal boyutta yaşamaları başarıyı beraberinde getirebilecektir.

3- YÖNTEM

3.1 Amaç

Bu araştırma ön lisans eğitimi alan sosyal bilimler öğrencilerinin sınav kaygılarını belirlemeye yöneliktir. Sosyal bilimlerde ekonominin çeşitli alanlarında ara eleman yetiştiren Nazilli Meslek Yüksekokulu öğrencileri örneğinde bir inceleme yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır.

Nazilli Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin:

- Sınav kaygısına ilişkin veriler değerlendirildiğinde durumları nasıldır?
- Cinsiyet gruplandırıldığında sınav kaygıları arasında fark var mıdır?
- Anne Baba birlikte veya ayrı olmasında sınav kaygıları arasında fark var mıdır?

3.2 Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini ADÜ Nazilli Meslek Yüksekokulu öğrencileri oluşturmaktadır. Nazilli Meslek Yüksekokulu Bankacılık ve Sigortacılık, İşletme Yönetimi, Menkul Kıymetler ve Sermaye Piyasası, Lojistik ve Dış Ticaret programlarından tesadüfi örneklem yoluyla seçilmiş 320 birinci ve ikinci sınıf öğrencileri çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır.

3.3 Veri Toplama ve Analiz Yöntemi

Çalışmada veri toplama yöntemi olarak hazır verilerden yararlanma, Ayrancı ve Öge(2011) Sınav Kaygısı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek altı ana bölümden oluşmaktadır. Bu bölümler Sınav Gerginliği, Zihinsel Karışıklık, Akademik Başarı, Sınav Kariyer İlişkisi, Sınav Alternatifi ve Sınav Gelecek İlişkisi olarak belirlenmiştir. Toplam 29 soruluk bir ölçektir. Ölçekte beşli likert ölçeği kullanılmıştır. Beşli likert ölçeğinde; 1=Kesinlikle Katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Kararsızım, 4=Katılıyorum, 5= Kesinlikle Katılıyorum, olarak puanlanmıştır. Puanların artması sınav kaygısının yüksek olduğunu belirtirken, azalması ise sınav kaygısının düşük olduğunu göstermektedir Çalışmanın teorik alt yapısının oluşturulmasında veri tabanlarında ve internetten tarama yapılarak gerekli kitap ve makaleler temin edilmiştir.

Çalışmanın verilerinin elde edildiği ankete katılan öğrencilerin sınav kaygısı hakkında bilgi sahibi olduğu ve verilerin analiz sonuçları elde edilecek bulguların Nazilli Meslek Yüksekokulu için genellenebilir olduğu varsayılmaktadır.

Anket çalışmasından elde edilen verilerin analizi için SPSS (Statistical Package For Social Sciences) Paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılımına uyduğu varsayılarak istatistiksel analiz yöntemi olarak frekans ve t- testi uygulanmıştır.

3.4 Bulgu ve Değerlendirmeler

3.4.1 Cronbach Alfa Katsayıları ile İlgili Bulgu ve Değerlendirmeler

İstatistik tutum ölçeğine ilişkin elde edilen Cronbach Alfa Katsayısı değeri, ölçme aracının homojenliğinin bir göstergesi olarak kabul edilmekte olup, hesaplanan Cronbach Alfa Katsayısı 1'e yaklaştığı derecede ölçme aracının tek boyutlu bir yapıya sahip olduğu düşünülebilir. Güvenirlilik katsayısına ilişkin ölçüt değerleri aşağıda olduğu gibi ifade etmektedir.

$0,00 < \delta < 0,40$ olduğu zaman ölçek güvenilir değildir.

$0,41 < \delta < 0,60$ olduğu zaman ölçek düşük güvenirliliktir.

$0,61 < \delta < 0,80$ olduğu zaman ölçek orta düzeyde güvenilirdir.

$0,81 < \delta < 1,00$ olduğu zaman ölçek yüksek düzeyde güvenilirdir. (Yaşar,2014:63)

Çalışmada Cronbach Alfa Katsayısı dikkate alınarak ilk değerlendirme sınav kaygısı ölçeğinin Cronbach Alfa Katsayısı Tablo 1 de 0,887 olduğu görülmektedir. Bu durum ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir.

Tablo 1 : Cronbach Alfa Katsayısı

Cronbach's Alpha	Standart Ölçelere Dayalı Cronbach's Alpha	N
,887	,888	29

Cronbach Alfa Katsayısı dikkate alınarak ikinci değerlendirme sınav kaygısı ölçeğinin faktörleri dikkate alınarak yapılan değerlendirmede Tablo 2 de Akademik Başarının Cronbach Alfa Katsayısı , $0,41 < \delta < 0,60$ olduğu için bu faktör düşük güvenirliliktir. Ölçeğinin diğer faktörleri orta düzeyde yüksek güvenirlilikte çıkmıştır.

Tablo 2 : Sınav Kaygısı Faktörlerinin Cronbach Alfa Katsayıları

Faktörler	Cronbach's Alpha
Sınav Gerginliği	0,862
Zihinsel Karışıklık	0,708
Akademik Başarı	0,509
Sınav kariyer ilişkisi	0,687
Sınav Alternatifi	0,607
Sınav Gelecek ilişkisi	0,797

3.4.2 Demografik Özelliklerle İlgili Bulgu ve Değerlendirmeler

Çalışmada demografik değişkenler olarak ilk değerlendirme "Cinsiyet" üzerinden gösterilmektedir. Bu demografik özelliklerle ilgili istatistikler Tablo 3'de yer almaktadır:

Tablo 3 : Cinsiyet Bazında Oranlar

	Frekans	%
Kız	174	54,4
Erkek	146	45,6
Toplam	320	100,0

Öğrencilerin demografik özellikleri cinsiyet yönünden incelendiğinde ankete katılanların %54,4'ü yani 174 öğrencinin kız, %45,6'nın yani 146 öğrencinin erkek görülmüştür. Kız öğrencilerin fazla olması okul toplam öğrenci sayısı içinde kız öğrencilerin toplamının erkek öğrencilerden fazla olmasıyla açıklanabilir

Çalışmada demografik değişkenler olarak ikinci değerlendirme “**Anne Baba Birlikte Ayrı**” üzerinden gösterilmektedir. Bu demografik özelliklerle ilgili istatistikler Tablo 4’de yer almaktadır:

Tablo 4 : Anne Baba Birlikte Ayrı Bazında Oranlar

	Frekans	%
Birlikte	277	86,6
Ayrı	43	13,4
Toplam	320	100,0

Öğrencilerin demografik özellikleri Anne Baba Birlikte Ayrı yönünden incelendiğinde ankete katılanların %86,6'sı yani 277 öğrencinin anne babasının birlikte olduğu, %13,4'nün yani 43 öğrencinin ise anne babasının ayrı olduğu görülmüştür.

3.4.3 Katılımcıların Sınav Gerginliği, Zihinsel Karışıklık, Akademik Başarı, Sınav Kariyer İlişkisi, Sınav Alternatifi ve Sınav Gelecek İlişkisi Özellikleriyle İlgili Bulgu ve Değerlendirmeler

Öğrencilere sınav kaygısı ölçeği dikkate alınarak yapılan anket sonucunda elde edilen veriler Tablo 5 de yer almaktadır.

Tablo 5 : Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Sınav kaygısı Ölçeğine İlişkin Verileri

	N	X
Sınav Gelecek İlişkisi	320	3,47
Sınav Alternatifi	320	3,14
Zihinsel Karışıklık	320	3,13
Sınav Gerginliği	320	2,77
Sınav kariyer İlişkisi	320	2,71
Akademik Başarı	320	2,64

Anket sonucu elde edilen veriler değerlendirildiğinde aritmetik ortalamaların sınav gerginliği boyutunda 2,77, zihinsel karışıklık boyutunda 3,13, akademik başarı boyutunda 2,64, sınav kariyer ilişkisi boyutunda 2,71, sınav alternatifi boyutunda 3,14, sınav gelecek ilişkisi boyutunda 3,47 olduğu görülmektedir. Öğrencilere yönelik ölçek sonucunda aritmetik ortalamalar dikkate alınarak inceleme

yapıldığında; sınav gelecek ilişkisi boyutunda 3,47 ile öğrencilerin en yüksek aritmetik ortalamaya sahip olduğu, akademik başarı boyutunda 2,64 ile en düşük aritmetik ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Ortalamalar incelendiğinde öğrencilerin sınav kaygılarının ortalamalar bazında orta düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 6 : Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Cinsiyet Olarak Karşılaştırmalı Sınav Gerginliği, Zihinsel Karışıklık, Akademik Başarı, Sınav Kariyer İlişkisi, Sınav Alternatifi ve Sınav Gelecek İlişkisi özellikleri : T-Test Sonuçları (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 5= Kesinlikle Katılıyorum)

Sınav Gerginliği					
	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart sapma	Anlamlılık
Sınavdan önce daima gergin ve huzursuz olurum.	Kız	174	3,1782	1,27555	,003
	Erkek	146	2,7260	1,42161	,003
Önemli sınavlardan önce midem bulanır.	Kız	174	2,3103	1,29303	,007
	Erkek	146	1,9247	1,24339	,007
Gerçekten önemli bir sınava girerken çoğunlukla bedensel olarak panik halinde olurum.	Kız	174	3,3218	1,30799	,000
	Erkek	146	2,6164	1,38594	,000
Önemli sınavlardan önce zihnim adeta durur kalır.	Kız	174	2,9598	1,34877	,006
	Erkek	146	2,5548	1,23752	,005
Önemli bir sınava girecek olmam uykularımı bozar.	Kız	174	3,0517	1,43155	,000
	Erkek	146	2,3904	1,36646	,000
Önemli bir sınava hazırlanırken çok kere olumsuz düşüncelerle peşin bir yenilgiyi yaşarım.	Kız	174	2,9368	1,25920	,000
	Erkek	146	2,4315	1,28067	,000
Bir sınavdan önce ne kendime tam olarak güvenebilirim, ne de zihinsel olarak gevşeyebilirim.	Kız	174	2,8391	1,18149	,018
	Erkek	146	2,5000	1,37088	,020
Sınav sonuçlarını almadan önce kendimi çok endişeli ve huzursuz hissedirim.	Kız	174	3,5115	1,32009	,000
	Erkek	146	2,8562	1,23729	,000
Bir sınav sırasında bedenimin belirli yerlerindeki kaslar kasılır.	Kız	174	2,5690	1,39087	,012
	Erkek	146	2,1918	1,25569	,011
Sınavlarla ilgili endişelerim çoğunlukla tam olarak hazırlanmamı engeller ve bu durum beni daha çok rahatsız eder.	Kız	174	2,9483	1,34838	,000
	Erkek	146	2,3767	1,30326	,000
Sınav sırasında çevremdeki insanların gezinmesi ve bana bakmalarından sıkıntı duyarım.	Kız	174	3,7069	1,45858	,002
	Erkek	146	3,1986	1,42693	,002

Zihinsel Karışıklık					
	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart sapma	Anlamlılık
Bir sınava ne kadar çok çalışırsam, o kadar çok karıştırıyorum.	Kız	174	3,1782	1,30246	,009
	Erkek	146	2,7808	1,38710	,009
Sınavlar sırasında bazen gerçekten bildiklerimi unutacak kadar heyecanlanıyorum.	Kız	174	3,4943	1,36321	,000
	Erkek	146	2,6986	1,41114	,000
Önemli problemlerimden biri, bir sınava tam olarak hazırlanıp hazırlanmadığımı anlayamıyorum.	Kız	174	3,2241	1,26824	,000
	Erkek	146	2,6712	1,25456	,000
Akademik Başarı					
	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart sapma	Anlamlılık
Çevremdekiler (ailem, arkadaşlarım) başaracağım konusunda bana güveniyorlar.	Kız	174	4,0920	1,14934	,002
	Erkek	146	3,6507	1,40242	,003
Sınav Alternatifi					
	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart sapma	Anlamlılık
Sınıf geçmek için sınava girmektense, ödev hazırlamayı tercih ederdim.	Kız	174	3,2126	1,36668	,047
	Erkek	146	2,8973	1,45616	,048
Test sınavlarını değerlendirenlerin, bazı öğrencilerin sınavda çok heyecanlandıklarını bilmelerini ve bunu testi değerlendirirken hesaba katmalarını isterdim.	Kız	174	3,6034	1,22034	,000
	Erkek	146	3,0342	1,39662	,000
Sınav Gelecek İlişkisi					
	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart sapma	Anlamlılık
Geleceğimin sınavlarda göstereceğim başarıya bağlı olduğunu bilmek beni üzüyor.	Kız	174	3,7931	1,36121	,000
	Erkek	146	3,1781	1,50257	,000
Sınavların insanın gelecekteki amaçlarına ulaşması konusunda ölçü olmasına hayret ederim.	Kız	174	3,6552	1,25691	,001
	Erkek	146	3,1575	1,37810	,001

Öğrencilerin sınav kaygısı özelliklerini belirleyen boyut dikkate alınarak cinsiyet bazında yapılan değerlendirmede iki grup arasında;

Sınav Gerginliği boyutunda **Sınavdan önce daima gergin ve huzursuz olurum, Önemli sınavlardan önce midem bulanır, Gerçekten önemli bir sınava girerken çoğunlukla bedensel olarak panik halinde olurum, Önemli sınavlardan önce zihnim adeta durur kalır, Önemli bir sınava**

girecek olmam uykularımı bozar, Önemli bir sınava hazırlanırken çok kere olumsuz düşüncelerle peşin bir yenilgiyi yaşarım, Bir sınavdan önce ne kendime tam olarak güvenebilirim, ne de zihinsel olarak gevşeyebilirim, Sınav sonuçlarını almadan önce kendimi çok endişeli ve huzursuz hissederim, Bir sınav sırasında bedenimin belirli yerlerindeki kaslar kasılır, Sınavlarla ilgili endişelerim çoğunlukla tam olarak hazırlanmamı engeller ve bu durum beni daha çok rahatsız eder, Sınav sırasında çevremdeki insanların gezinmesi ve bana bakmalarından sıkıntı duyarım sorularında anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlılık değerleri 0,05 den küçük olan bu sorularda kız öğrencilerin sınav gerginliği yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre sınav gerginliğini daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir.

Zihinsel Karışıklık boyutunda; **Bir sınava ne kadar çok çalışırsam, o kadar çok karıştırıyorum, Sınavlar sırasında bazen gerçekten bildiklerimi unutacak kadar heyecanlanıyorum, Önemli problemlerimden biri, bir sınava tam olarak hazırlanıp hazırlanmadığımı anlayamıyorum** sorularında anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlılık değerleri 0,05 den küçük olan bu sorularda kız öğrencilerin zihinsel karışıklık yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre zihinsel karışıklığı daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir.

Akademik Başarı boyutunda; **Çevremdekiler (ailem, arkadaşlarım) başaracağım konusunda bana güveniyorlar** sorusunda anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlılık değerleri 0,05 den küçük olan bu sorularda kız öğrencilerin akademik başarı yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre akademik başarı kaygısını daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir.

Sınav Kariyer İlişkisi boyutunda anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Sınav Alternatifi boyutunda; **Sınıf geçmek için sınava girmektense, ödev hazırlamayı tercih ederdim, Test sınavlarını değerlendirenlerin, bazı öğrencilerin sınavda çok heyecanlandıklarını bilmelerini ve bunu testi değerlendirirken hesaba katmalarını isterdim** sorularında anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlılık değerleri 0,05 den küçük olan bu sorularda kız öğrencilerin sınav alternatifi yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre sınav alternatifi kaygısını daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir.

Sınav Gelecek İlişkisi boyutunda; **Geleceğimin sınavlarda göstereceğim başarıya bağlı olduğunu bilmek beni üzüyor, Sınavların insanın gelecekteki amaçlarına ulaşması konusunda ölçü olmasına hayret ederim** sorularında anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlılık değerleri 0,05 den küçük olan bu sorularda kız öğrencilerin sınav gelecek ilişkisi yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre sınav gelecek ilişkisi kaygısını daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir.

Tablo 7: Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Anne Baba Birlikte ve Ayrı Karşılaştırmalı Sınav Gerginliği, Zihinsel Karışıklık, Akademik Başarı, Sınav Kariyer İlişkisi, Sınav Alternatifi ve Sınav Gelecek İlişkisi özellikleri : T-Test Sonuçları (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 5= Kesinlikle Katılıyorum)

Sınav Gerginliği					
	Anne Baba	N	Ortalama	Standart sapma	Anlamlılık
Sınavdan önce daima gergin ve huzursuz olurum.	Birlikte	277	3,0325	1,35495	,043
	Ayrı	43	2,5814	1,34930	,046
Önemli sınavlardan önce zihnim adeta durur kalır.	Birlikte	277	2,8448	1,30262	,016
	Ayrı	43	2,3256	1,30422	,018
Bir sınavdan önce ne kendime tam olarak güvenebilirim, ne de zihinsel olarak gevşeyebilirim.	Birlikte	277	2,7509	1,25371	,018
	Ayrı	43	2,2558	1,38173	,031
Sınav sonuçlarını almadan önce kendimi çok endişeli ve huzursuz hissedirim.	Birlikte	277	3,2744	1,30377	,033
	Ayrı	43	2,8140	1,38454	,046
Sınavlarla ilgili endişelerim çoğunlukla tam olarak hazırlanmamı engeller ve bu durum beni daha çok rahatsız eder.	Birlikte	277	2,7545	1,33420	,025
	Ayrı	43	2,2558	1,43250	,037
Zihinsel Karışıklık					
	Anne Baba	N	Ortalama	Standart sapma	Anlamlılık
Bir sınava ne kadar çok çalışırsam, o kadar çok karıştırıyorum.	Birlikte	277	3,0686	1,35092	,016
	Ayrı	43	2,5349	1,29741	,015
Sınavlar sırasında bazen gerçekten bildiklerimi unutacak kadar heyecanlanıyorum.	Birlikte	277	3,2166	1,41550	,007
	Ayrı	43	2,5814	1,48376	,011
Sınav Alternatifi					
	Anne Baba	N	Ortalama	Standart sapma	Anlamlılık
Sınıf geçmek için sınava girmektense, ödev hazırlamayı tercih ederdim.	Birlikte	277	3,0000	1,38575	,027
	Ayrı	43	3,5116	1,53331	,044

Öğrencilerin anne babalarının birlikte ve ayrı yaşadıkları özelliklerini belirleyen boyut dikkate alınarak cinsiyet bazında yapılan değerlendirmede iki grup arasında;

Sınav Gerginliği boyutunda **Sınavdan önce daima gergin ve huzursuz olurum, Önemli sınavlardan önce zihnim adeta durur kalır, Bir sınavdan önce ne kendime tam olarak güvenebilirim, ne de zihinsel olarak gevşeyebilirim, Sınav sonuçlarını almadan önce kendimi çok**

endişeli ve huzursuz hissederim, Sınavlarla ilgili endişelerim çoğunlukla tam olarak hazırlanmamı engeller ve bu durum beni daha çok rahatsız eder sorularında anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlılık değerleri 0,05 den küçük olan bu sorularda anne babası birlikte yaşayan öğrencilerin sınav gerginliği yönünden anne babası ayrı yaşayan öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Anne babası birlikte yaşayan öğrencilerin anne babası ayrı yaşayan öğrencilere göre sınav gerginliğini daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir.

Zihinsel Karışıklık boyutunda; **Bir sınava ne kadar çok çalışırsam, o kadar çok karıştırıyorum, Sınavlar sırasında bazen gerçekten bildiklerimi unutacak kadar heyecanlanıyorum** sorularında anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlılık değerleri 0,05 den küçük olan bu sorularda anne babası birlikte yaşayan öğrencilerin zihinsel karışıklık yönünden anne babası ayrı yaşayan öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Anne babası birlikte yaşayan öğrencilerin anne babası ayrı yaşayan öğrencilere göre zihinsel karışıklığı daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir.

Akademik Başarı boyutunda anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Sınav Kariyer İlişkisi boyutunda anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Sınav Alternatifi boyutunda; **Sınıf geçmek için sınava girmektense, ödev hazırlamayı tercih ederdim** sorusunda anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlılık değerleri 0,05 den küçük olan bu sorularda anne babası ayrı yaşayan öğrencilerin zihinsel karışıklık yönünden anne babası birlikte yaşayan öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Anne babası ayrı yaşayan öğrencilerin anne babası birlikte yaşayan öğrencilere göre sınav alternatifi kaygısını daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir.

Sınav Gelecek İlişkisi boyutunda anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Günümüz toplumunda eğitim sürecinde yer alan öğrencilere yönelik sınav kaygısı ölçeği sonucunda aritmetik ortalamalar dikkate alınarak inceleme yapıldığında; sınav gelecek ilişkisi boyutunda 3,47 ile öğrencilerin en yüksek aritmetik ortalamaya sahip olduğu, akademik başarı boyutunda 2,64 ile en düşük aritmetik ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Ortalamalar incelendiğinde öğrencilerin sınav kaygılarının ortalamalar bazında orta düzeyde olduğu görülmektedir. Öğrencilerin sınav kaygısı özellikleri cinsiyet bazında incelendiğinde; sınav gerginliği boyutunda çok fazla fark olduğu gözlenmiştir. Aralarında fark olan boyutlarda kız öğrencilerin ortalamaları yüksek çıkmıştır. Kız öğrencilerin sınav gerginliği yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Bu verilerden yola çıkarak, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre sınav gerginliğini daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir. Zihinsel Karışıklık boyutunda; kız öğrencilerin zihinsel karışıklık yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre zihinsel karışıklığı daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir. Akademik Başarı boyutunda; kız öğrencilerin akademik başarı yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre akademik başarı kaygısını daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir. Sınav kariyer ilişkisi boyutunda anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sınav alternatifi boyutunda; kız öğrencilerin sınav alternatifi yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda

oldukları tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre sınav alternatifi kaygısını daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir. Sınav Gelecek İlişkisi boyutunda; kız öğrencilerin sınav gelecek ilişkisi yönünden erkek öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre sınav gelecek ilişkisi kaygısını daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir. Cinsiyet bazında yapılan değerlendirmelerde kız öğrencilerin, erkek öğrencilere göre sınav kaygısını daha fazla yaşadıkları söylenebilir. Sınav kaygısı öğrenciyi sınav öncesi sıkıntı, korku, stres gibi duygulara sürüklediği sürece normal olarak kabul edilebilir.

Öğrencilerin sınav kaygısı özellikleri anne babanın birlikte veya ayrı oldukları bazında incelendiğinde; cinsiyet bazında olduğu gibi sınav gerginliği boyutunda çok fazla fark olduğu gözlenmiştir. Aralarında fark olan boyutlarda anne babası birlikte yaşayan öğrencilerin ortalamaları yüksek çıkmıştır. Sınav Gerginliği boyutunda; anne babası birlikte yaşayan öğrencilerin sınav gerginliği yönünden anne babası ayrı yaşayan öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Anne babası birlikte yaşayan öğrencilerin anne babası ayrı yaşayan öğrencilere göre sınav gerginliğini daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir. Zihinsel Karışıklık boyutunda; anne babası ayrı yaşayan öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Anne babası birlikte yaşayan öğrencilerin anne babası ayrı yaşayan öğrencilere göre zihinsel karışıklığı daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir. Akademik Başarı boyutunda anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir. Sınav kariyer ilişkisi boyutunda anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sınav alternatifi boyutunda; anne babası birlikte yaşayan öğrencilere göre daha yüksek oranda oldukları tespit edilmiştir. Anne babası ayrı yaşayan öğrencilerin anne babası birlikte yaşayan öğrencilere göre sınav alternatifi kaygısını daha üst boyutta yaşadıkları söylenebilir. Sınav Gelecek İlişkisi boyutunda anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir. Sınav alternatifi boyutunda aralarında anlamlı fark bulunan sınav kaygısı boyutlarında, anne babası birlikte yaşayan öğrencilerde kaygı yüksek çıkmıştır. Bu durum için bu çocukların anne baba ile birlikte yaşamalarından dolayı toplum baskısını daha fazla hissettikleri söylenebilir.

Üniversite eğitimine kadar öğrenciler birçok sınava girmektedir. Çevre baskısı, aile baskısı nedeniyle sınav kaygısını bu dönemlerde üst düzeyde yaşamaktadırlar. Öğrencilerin üniversite hayatı içerisinde girdikleri sınavlarda da sınav kaygısını üst düzeyde yaşamaları, sınavlardan elde edilecek başarıyı düşürebilecektir. Kaygının normal düzeyde yaşanması ise başarıyı arttırıcı etki yaratabileceği söylenebilir. Çalışmada demografik özelliklerin sınav kaygısı üzerindeki etkileri ayrıntılı araştırılmaya çalışılmıştır. Sınav kaygısının cinsiyet ve aile birlikteliğinden nasıl etkilendiği verilerle tespit edilmiştir. Bu çalışmadan sonra sınav kaygısının başarı üzerine etkilerinin araştırılması başka bir çalışmanın konusu olarak ele alınabilir. Meslek yüksekokulu öğrencilerinin kaygı nedeniyle başarılarının etkilenip etkilenmediğini ortaya çıkarılmasında bu çalışmanın sonuçlarından yararlanılabilir.

5. KAYNAKÇA

Abalı, Osman (2015) *Sınav Kaygısı ve Çözüm Yolları*, Adeda Yayıncılık, İstanbul.

Biçer, Uğur (2015) *Sınav Kaygısını Yenmek İçin 16 Etkin Uygulama*, Cinius Yayınları, İstanbul.

- Kurt, İhsan (2006) *Sorularla Kaygı ve Sınav Kaygısı*, Asil Yayınları, Ankara.
- Sekman, Mümin (2016) *Başarı Üniversitesi*, Alfa Yayınları, İstanbul.
- TDK, (1998) *Türkçe Sözlük*, 9 Baskı, Ankara.
- Yeşilyurt , Ferahim (2007) *Sınav Kaygısı*, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Akın, Ahmet-Demirci, İbrahim-Arslan, Serhat (2012) “Revize Edilmiş Sınav Kaygısı Ölçeği: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması” *Eğitim Bilimleri Ve Uygulama*, Cilt:11, Sayı: 21, Sayfa:(103-118), http://www.ebuline.com/pdfs/21Sayi/EBU21_6.pdf (18.01.2017)
- Ayrancı, Evren-Öge, Ercan (2011) “Bir Vakıf Üniversitesindeki Öğrencilerin Sınav Kaygısı Hakkında Bir Araştırma” *Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Dergisi*, Sayı:30, Sayfa: (87-102), <http://kutuphane.dogus.edu.tr/mvt/pdf.php> (10.01.2017)
- Dündar, Süleyman-Yapıcı, Şenay- Topçu, Birol (2008) “Üniversite Öğrencilerinin Bazı Kişilik Özelliklerine Göre Sınav Kaygısının İncelenmesi” *Gazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt:28, Sayı:1, Sayfa: (171-186), Ankara.
- Güler, Deniz-Çakır, Gülfem (2013) “Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi” *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, Cilt: 4, Sayı:39, Sayfa: (82-94), <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/tpdrd/article/view/1058000157/1058000159> (24.01.2017)
- Kavakçı, Önder-Güler, Ayşegül-Çetinkaya, Selma (2011) “Sınav Kaygısı ve İlişkili Psikiyatrik Belirtiler” https://www.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_14_1_7_16.pdf (23.01.2017)
- Küçük, Duygu (2010) “Müzik Öğretmeni Adaylarının Sınav Kaygısı, Benlik Saygısı ve Çalgı başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” *Ahi Evran Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt:11, Sayı:3, Sayfa: (37-50), <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/15499> (22.01.2017)
- Kutlu, Ömer (2001) “Ergenlerin Üniversite Sınavına İlişkin Kaygıları” *Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Eğitim ve Bilim*, Cilt:26, Sayı:121, Sayfa: (12-23), <http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/5241> (19.01.2017)
- Totan, Tarık-Yavuz, Yaşar (2009) “Westside Sınav Kaygısı Ölçeğinin Türkçe Formunun Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması ” *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, Yıl: 9, Sayı:17 Sayfa: (95-109), <http://toad.edam.com.tr/sites/default/files/pdf/westside-sinav-kaygisi-olcegi-toad.pdf> (15.01.2017)
- Yaşar, Metin (2014) “İstatistiğe Yönelik Tutum Ölçeği: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması” *Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı: 36 Sayfa: (59-75), http://pauegitimdergi.pau.edu.tr/Makaleler/1428620766_5.pdf (16.01.2017)
- Yıldırım, İbrahim (2000) “Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Yalnızlık, Sınav Kaygısı Ve Sosyal Destek ” *Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı:18 Sayfa: (167-176), <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/hunefd/article/viewFile/5000048947/5000046267> (14.01.2017)