



Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi

Eğitim Fakültesi Dergisi (BAİBÜEFD)

Bolu Abant İzzet Baysal University
Journal of Faculty of Education

2024, 24(4), 2233 – 2254. <https://dx.doi.org/10.17240/aibuefd.2024.-1433583>



YKS'ye Hazırlanan Mezun Öğrencilerin Bilişsel Esneklik ve Sınav Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

An Examination of the Relationship Between Cognitive Flexibility and Test Anxiety Levels in Graduates Preparing for the YKS

Derya KAYA¹ , Emine Özlem YİĞİT² 

Geliş Tarihi (Received): 07.02.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 03.10.2024

Yayın Tarihi (Published): 15.12.2024

Öz: Bu çalışma, ortaöğretimden mezun olmuş kütüphanede kendi yöntemleriyle çalışarak YKS' ye (Yükseköğretim Kurumları Sınavı) hazırlanan öğrencilerin bilişsel esneklik ve sınav kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamıştır. Araştırma da nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli benimsenmiştir. Araştırmaya Ankara ili Sincan ilçesinde bulunan bireylere ücretsiz çalışma imkânı sunan 5 millet kuraathanesinde YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerden 155 kişi katılmıştır. Araştırmada Ayda Sınav Kaygısı Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Envanteri kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 20.0 kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Sınav kaygısı ve bilişsel esneklik düzeylerini belirlemek için betimsel istatistiklerden aritmetik ortalamalara ve standart sapmalara bakılmıştır. Sınav Kaygısı ve Bilişsel Esneklik arasındaki ilişkileri belirlemek için pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı yöntemi kullanılmıştır. Kütüphanede çalışarak YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerin sınav kaygıları orta düzey, bilişsel esneklik ortalamaları ise yüksektir. Sınav kaygısı ve bilişsel esneklik arasında negatif ve düşük düzeyde ilişki bulunmuştur. Literatür ekseninde araştırmanın bulguları tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: YKS, Sınav kaygısı, Bilişsel esneklik, Kütüphane

&

Abstract: This study aims to reveal the relationship between cognitive flexibility and test anxiety levels of graduates who graduated from secondary education and prepared for the YKS exam by working with their own methods in the library. Relational survey model, one of the quantitative research methods, was adopted in the study. In the study, 155 graduated students who prepared for the YKS exam in 5 public cafes in Sincan district of Ankara province, which offer free study opportunities to individuals, participated in the study. Ayda Test Anxiety Scale and Cognitive Flexibility Inventory were used in the study. Data were analysed using SPSS 20.0. In order to determine the levels of Test Anxiety and Cognitive Flexibility, arithmetic averages and standard deviations were analysed from descriptive statistics. Pearson product-moment correlation coefficient method was used to determine the relationships between Test Anxiety and Cognitive Flexibility. Graduate students who prepared for the YKS exam by working in the library had moderate test anxiety and high cognitive flexibility averages. A negative and low-level relationship was found between test anxiety and cognitive flexibility. The findings of the study were discussed on the axis of literature and recommendations were made.

Keywords: YKS, Test anxiety, Cognitive flexibility, Library

Atıf/Cite as: Kaya, D. ve Yiğit, E.Ö. (2024). YKS'ye hazırlanan mezun öğrencilerin bilişsel esneklik ve sınav kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(4), 2233-2254. <https://dx.doi.org/10.17240/aibuefd.2024.-1433583>.

İntihal-Plagiarizm/Etik-Ethic: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelenmiş ve intihal içermediği, araştırma ve yayın etiğine uyulduğu teyit edilmiştir. / This article has been reviewed by at least two referees and it has been confirmed that it is plagiarism-free and complies with research and publication ethics. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/aibuelt>

Copyright © Published by Bolu Abant İzzet Baysal University– Bolu

¹ Sorumlu Yazar: Derya Kaya, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilgiler Eğitimi, derya06kkaya@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-8172-5411>

² Prof. Dr. Emine Özlem Yiğit, Sosyal Bilgiler Eğitimi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, yigit_o@ibu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-3362-3437>

1. GİRİŞ

Üniversiteye girişin sınavla olması çoğu Avrupa ülkesinde giderek yaygınlaşan bir durum hâline gelmiştir. Ortaöğretimden mezun olan öğrenci sayısındaki artış üniversiteleri bu uygulamaya itmiş ve öğrenci seçmeye yönelik farklı teknikleri beraberinde getirmiştir. Örneğin bazı ülkelerde öğrencilerin geçmişteki akademik performansları dikkate alınırken bazılarında tüm başvurular kabul edilmekte ancak bir ya da iki yılın ardından sadece başarılı öğrenciler öğrenimlerine devam edebilirken diğerleri süreçte elenmektedir (Hakkinen, 2004). Ortaöğretimden mezun olan öğrenci sayısındaki artışın yanı sıra, ülkelerin giderek artan ekonomik büyüme ihtiyaçlarının karşılanması amacıyla üniversite mezunu çalışan sayısına yönelik gereksinimler de üniversiteye başvuran aday sayısını etkilemektedir (Davey, Lian ve Higgins, 2007). Dünya çapında ele alındığında üniversiteye giriş sınavlarının devlete bağlı ya da bağımsız kurumlar tarafından standart testler aracılığıyla gerçekleştirildiği görülmektedir. Japonya’da her bir üniversite kendi sınavını yaparken, İngiltere’de özellikle Cambridge ve Oxford söz konusu olduğunda bir öğrenci her iki kuruma birden başvuramamakta, bunlardan birini tercih etmek zorunda kalmaktadır. Güney Kore’de 1994’ten bu yana, üniversite giriş sınavı yılda iki kez gerçekleşmekte ve öğrencilere her sınav tarihinde sadece bir üniversiteye başvurma hakkı tanınmaktadır. Rusya’da ve eski Sovyetler Birliği ülkelerinde merkezi sınava geçilmiş olsa da en iyi üniversiteler öğrencilerini hala kendi giriş sınavlarına bağlı olarak kabul etmektedir. Çin’de kurumlar arasında koordinasyonun sağlanması için merkezi sınava geçilmiş, ABD’de ise öğrenciler hem merkezi testlere hem de kurumların kendilerine özgü sınavlara girmektedirler. ABD’de öğrencilerin birden fazla kuruma başvuru olanağı bulunsa da başvuruların ücretli olması onları sınırlandırmaktadır (Hafalir ve diğerleri, 2018). Üniversiteye giriş süreci Türkiye açısından incelendiğinde; üniversitelerin 1960’lı yıllara gelinceye kadar sınavsız olarak öğrenci kabul etmiş oldukları, kontenjanın üzerinde başvurular almaya başlayınca da öğrencileri başvuru sırasına, lise mezuniyet koluna ya da lise bitirme dercesine göre almaya başladıkları görülmektedir. Ülke nüfusu ve üniversiteye yerleşmek isteyen aday sayısındaki artış sonrası ilk kez 19 Kasım 1974 tarihinde Üniversiteler Arası Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi (ÜSYM) kurulmuş. Öğrenci seçme ve yerleştirme işini 1981 yılına kadar bu kurul gerçekleştirmiştir (Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi [ÖSYM], 2023). 1981 yılında kurulun adı Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi olmuş Yükseköğretim Kuruluna bağlanmıştır. Zamanla yükseköğretime giriş sınavında değişiklikler olmuştur (Yüksek, 2021). 2010 yılından beri uygulanmakta olan YGS-LYS sistemi Yükseköğretim Kurumu (YÖK) tarafından 2017 yılı sonunda kaldırılmış ve yerine 2018 yılında YKS sistemi uygulanmaya başlamıştır (Örer, 2020). Öğrenciler sınava girişte bir ücret ödemekle birlikte bu tek ücrete dayalı olarak 24 tercih yapabilmektedirler.

Sınava giren aday sayısının artması ve bunun da yarışma ve rekabeti doğurması ailelerin ve öğretmenlerin öğrencileri üzerindeki baskısını artırmakta, bu baskı çok küçük yaşlardan itibaren başlamaktadır. Sınavlar, bilgi çağı insanı için strese ve çeşitli kaygı bozukluklarına neden olan etkenlerden birisi olarak karşımıza çıkmaktadır (Onay, 1997). Türkçe’de kaygı olarak bilinen İngilizce deki “anxiety” kelimesi; “sıkıca bastırmak”, “boğmak”, “kederle ağırlaşmak” anlamlarını taşıyan Latince “anxietas ve/veya anxius” kelimesinden gelmektedir (Taylor ve Arnow., 1988). Hafif düzeyde birçok insanda zaman zaman yaşanan kaygı evrensel bir duygudur. Kaygı hissi fiziksel belirtiler olmadan ortaya çıkabilir veya birçok kişiyi etkileyen çok sayıda ezici semptom eşlik edebilir. Darwin kavramsallaştırdığı kaygıyı bir içgüdü olarak görürken; öğrenme teorisyeni Hull kaygıyı bir dürtü olarak görmüştür. Eysenck’e (1979) göre ise kaygı, doğası gereği koşullu bir korku tepkisidir (Taylor ve Arnow, 1988). Ancak sinirbilimde korku ve kaygı farklı durumlar olarak ele alınmakta; kaygı belirsiz ve potansiyel olarak tehlikeli bir durum olarak tanımlanırken, korku açık bir tehlikeye verilen tepki olarak ifade edilmektedir (Sartori vd., 2011). Bilimsel bir yapı olarak sınav kaygısı, bir sınavda veya benzer bir değerlendirme durumunda olası olumsuz sonuçlara veya başarısızlığa ilişkin endişeye eşlik eden bir dizi bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkiler kümesidir (Zeidner, 1998).

Günümüzde sınav kaygısı sadece üniversiteye hazırlanan öğrenciler için değil neredeyse eğitim-öğretim sürecinin tamamında geçerli bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Devletlerin PISA ve TIMMS gibi

sınavlardaki başarı sıralamaları ile birbirleriyle yarışma hâlinde olmaları ve politikacıların bu sıralamada üstlerde kalma ya da üst sıralara çıkma çabaları eğitimciler ve öğrenciler açısından stres kaynaklarını artırmaktadır (Soares ve Woods, 2020). Dolayısıyla sınav kaygısı sadece gelişmekte olan ya da gelişmemiş ülkeleri etkileyen veya ülke sınırları içerisinde rekabeti ifade eden bir kavram olmanın ötesine geçmektedir. Hatta yalnızca sınav öncesiyle ve sınav anıyla da sınırlı kalmayıp sınav sonrasında da yaşanabilmektedir (Zeidner, 1998).

Sınav kaygısı çalışmaları resmi anlamda 1950'lerin başında Yale Üniversitesinde Seymour Sarason ve George Mandler tarafından başlatılmıştır. Günümüzde ise bu tür çalışmalar önemli ölçüde gelişerek psikoloji ve eğitim alanlarının adeta ilgi odağı haline gelmiştir (Embse vd, 2018; Zeidner, 1998). Sınavın kendisi değil, birey tarafından algılanış tarzı kaygıya sebep olmaktadır (Karakas, 2013). Sarason (1984) kaygının, öğrencinin sınav durumuna verdiği öneme bağlı olarak ortaya çıktığını söylemiştir (akt. Lufi ve Darliuk, 2005). Belirli bir hedef belirleyen ve bunun için çaba sarf eden her öğrencinin, sınavlardan önce kaygı duyması doğal ve gereklidir. Çünkü normal ve hissedilir kaygı bireyi motive eder ve performansını artırır (Al Majali, 2020; Yang ve Wang, 2023). Fakat yüksek kaygı öğrenmeyi, akıl yürütmeyi ve sınav başarısını olumsuz yönde etkiler. Fakat kaygı düzeyi yükseldikçe kişinin dikkat, öğrenme ve bellek fonksiyonları olumsuz etkilenir ve başarı düzeyi düşmeye başlar (Genç, 2016). Sınav kaygısı yüksek olan öğrencilerin sınav sırasında dikkatleri kolayca dağılır, nispeten basit olan soruları anlamakta zorluk çekerler ve ayrıca sınav sırasında ilgili bilgileri hatırlamakta zorlanırlar (Zeidner, 1998; Yang ve Wang, 2023).

1985-86 yılında MEF Rehberlik ve Araştırma Servisi'nin yaptığı araştırmada, üniversiteye hazırlanan öğrencilerin kaygı düzeylerinin, genel cerrahide ameliyat sırasını bekleyen hastaların kaygı düzeylerinden çok daha fazla olduğu ortaya koymuştur (Erözkan 2004). Yapılan çalışmalar incelendiğinde sınav kaygısının nedenleri; ailenin ve çevrenin beklentileri (Çırak, 2016), cinsiyet (Pekkarinen, 2015; Pachaiappan, Tee ve Low, 2023), mükemmeliyetçi olunması (Heydari, Akbar ve Haghighat, 2020), sınava yeterince hazırlık yapamama (Seddigh ve diğerleri, 2016), sınava hazırlık sürecinde fiziksel ve psikolojik yorgunluk (Safa ve Sheykhholmoluki, 2023), ailenin sosyoekonomik seviyesi ve eğitim düzeyi (Kurt, Balcı ve Köse, 2014), öğretmenlerin tutumu (Ahmad, Javed ve Majeed, 2024), akranların etkisi (Yang ve Wang, 2023), mezun olunan lise türü (Kurt, Balcı ve Köse, 2014), daha önceki başarısızlıklar (Seddigh ve diğerleri, 2016) olarak sıralanabilmektedir. Bu kaygı sebeplerinden hangisinin ya da hangilerinin önemli olduğu öğrenciden öğrenciye değişmektedir (Babacan, 2022; Börü, 2000). Bunun yanı sıra, kaygı da fiziksel ve psikolojik olumsuzlukları beraberinde getirmektedir (Mottaghi ve diğerleri, 2011; Moatamedi, 2006).

Öğrencilerin yaşadığı sınav kaygısının birçoğu ailesi ve yakın çevresi tarafından da hissedilmektedir (Safa ve Sheykhholmoluki, 2023). Bu durumda aile ve yakın çevre, öğrencinin yaptıklarını merak etmekte, onu izlemekte, yaptıkları ve yapacakları hakkında kendilerine bilgi verilmesini beklemekte dahası onun kararlarına müdahale ederek (örneğin: tercihler söz konusu olduğunda) yaşamını yönlendirmektedirler. Buna bağlı olarak YKS' ye hazırlanan öğrenci de sınavı kazanamazsam "aileme ve akrabalarım ne diyeceğim?" düşüncesi endişeye yol açar (Kutlu, 2001). Çırak (2016) tarafından yapılmış olan çalışmanın bulgularının da ortaya koymuş olduğu gibi, ailenin beklentileri öğrencilerin omuzlarında ağır bir yük olarak hissedilmekte ve tüm yaşamları bu sınavın sonuçlarına bağılıymış gibi ağır bir sorumluluk yükleyerek kaygı düzeylerini artırmaktadır.

Yoğun sınav kaygısı durumunda görülen belirtiler genellikle bilişsel, duyuşsal ve fizyolojik olmak üzere üç kategoriye ayrılmaktadır (Babacan, 2022). Sınav kaygısının bilişsel belirtileri arasında felaket yorumları içeren tüm inanç ve düşünceler (yapamayacağım, başarısız olacağım, kötü not alacağım, rezil

olacağı gibi), aşırı uyanıklık hali, unutkanlık, dikkatini toplamada güçlük, olumsuz düşünceleri kontrol edememe yer alır. Duygusal işaretler sınavın kendisi veya sonuçları hakkında panik, karamsarlık, korku (hata yapma ve unutmaya korkusu) ve endişeyi içerir. Fizyolojik belirtiler arasında sınavdan önce veya sınav sırasında titreme, kalp çarpıntısı, mide rahatsızlığı, rengin soluklaşması, hızlı nefes alıp verme ve terleme yer almaktadır. (Çankıroğlu, 2007; Putwain, 2008; Yargıcı, 2023) Sınava bağlı olarak ortaya çıkan kaygı bireylerde depresyon, özgüven eksikliği, uyku ve yeme bozuklukları vb. durumlara da sebep olabilmektedir (Biçkur, 2015).

Öğrencilerdeki sınav kaygısı, planlı ve programlı olarak derslere çalışma yöntemlerinin uygulanmasıyla azalabilmektedir (Bozkurt, 2019) Bununla birlikte zamanı iyi kullanarak, çalışmayı ertelemeyerek, mükemmeliyetçi bir düşüncede olmayarak, sınavlara olumlu bakarak, yapay bir sınav ortamında gerçek sınav durumlarına hazırlanarak, konu üzerinde yoğunlaşarak kodlama yaparak, çeşitli notlar alarak sınav kaygısı azaltılabilir (Erözkan, 2004). Sınav kaygısı olan öğrencinin düzenli olarak egzersiz yapması da endişelerinin azalmasına yardımcı olabilmektedir. Egzersiz esnasında salgılanan serotonin adındaki madde öğrenmek için gerekli olan zihinsel ortamın oluşmasını sağlamaktadır. Kişi özgüvenini yüksek tutarak veya kaygının temelinde yatan korkunun üzerine giderek de sınav kaygısının üstesinden gelebilmektedir (Sarıkaya ve Gemalmaz, 2021; Sevüktekin, 2017)

Sorunların üstesinden gelebilmede bir diğer önemli husus bilişsel esnekliktir (Çuhadaroğlu, 2013). Bir bireyin, herhangi bir durum söz konusu olduğunda mevcut seçenekler ve alternatifler olduğunun bilincinde olması ve mevcut duruma uyum sağlamaya istekliliği bilişsel esneklik anlamına gelmektedir. Öz yeterlilik bilişsel esnekliğin bir parçasıdır çünkü insanlar belirli bir durumda alternatif davranış seçenekleri olduğunun farkında olsalar ve esnek olmaya istekli olsalar bile, istenen davranış gerçekleştirme konusunda öz yeterliliğe sahip olduklarına da inanmaları gerekir (Martin ve Anderson, 1998; Martin ve Rubin, 1995). Bilişsel esneklik, bir problemi farklı şekillerde çözebilme becerisidir (Çuhadaroğlu, 2013; Dick, 2014). En genel anlamda, kişinin bilişsel işlem stratejilerini çevredeki yeni ve beklenmedik durumlara uyarlamaya yeteneğidir (Canas vd, 2005). Üç önemli karakteristik görüşü içermektedir. Birincisi, öğrenme süreçlerini ifade eden beceridir; deneme-yanılmayla kazanılabilir. İkincisi, bilgi işleme stratejilerinin adaptasyonunu içermektedir. Üçüncüsü ise bireyin belli bir görevi belli bir süre yerine getirmesinin ardından yeni ve beklenmedik çevresel değişimlere uyum sağlamasıdır (Altunkol, 2011). Bilişsel esnekliğe sahip bireyler; alışılmadık durumlarla karşılaşmaya, yeni iletişim yollarını denemeye, davranışlarını ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde uyarlamaya isteklidir ve etkili davranış konusunda kendilerine güvenmektedirler (Bilgin, 2009; Martin ve Anderson, 1998).

Bilişsel anlamda esnek olan bireyler, zor durumlarla karşılaştığında mücadele edebilirler (Laçın ve Yalçın, 2018). Bilişsel olarak esnek olmayan bireyler ise farklı problemler karşısında aynı çözüm yolunda diretir, sorunları çözme yetenekleri konusunda umut ve güven eksikliği vardır, kendi bakış açısı dışında kalan tüm fikirleri görmezden gelip reddeder, durumları farklı açılardan değerlendiremez, yeni durumlara veya olaylara uyum sağlamada güçlük çekebilir. Bu yüzden bireyin sağlıklı ilişkilere sahip olmasında bilişsel esneklik kilit bir öneme sahiptir (Altunkol, 2017; Dennis ve Vander Wal, 2010; Kabataş, 2020). Literatür incelendiğinde bilişsel esnekliğin sosyal yetkinlik (Niki, Aghajanbeik ve Ahmadi, 2020), öz yeterlilik (Chen, He ve Fan, 2022), yaratıcılık (Mones ve Massonnie, 2022), kaygı (Altunkol, 2011; Kırkık, 2020; Korhan ve diğerleri, 2021) gibi değişkenlerle ilişkisi olduğu görülmektedir.

Bilişsel esneklik ve sınav kaygısı ilişkisi incelendiğinde, Korhan vd. (2021) Covid-19 pandemi sürecinde üniversite sınavına girecek olan lise son sınıf öğrencileri ve mezunlarla yaptığı çalışmada bilişsel esneklik ve sınav kaygısının ters orantılı olduğunu tespit etmiştir. Kırkık (2020) ergenlerde üstbiliş ve sınav kaygısı arasındaki ilişkide ruminasyon ve bilişsel esnekliğin aracılık rolünün incelendiği çalışmada, bilişsel esnekliği yüksek olan kişilerin sınav kaygı düzeylerinin düşük olduğunu belirlemiştir. Diğer yandan Bozkurt (2019) 8.sınıfa devam eden öğrenciler üzerine yaptığı çalışmada bilişsel esneklikle sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki bulamadığını belirtmiştir. Zahal (2014) ise eğitim fakültesi müzik öğretmenliği programı özel yetenek sınavlarına katılan adaylarla yürüttüğü bir çalışmada bilişsel esneklik arttıkça sınav başarısının da arttığı sonucuna ulaşmıştır. Öz (2012) ilköğretim, ortaöğretim ve

üniversitede öğrenim görmekte olan öğrencilerle yaptığı çalışmada uyum düzeyi arttıkça ve kaygı düzeyi azaldıkça bilişsel esneklik puanlarının arttığını ortaya koymuştur. Altunkol (2011) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı araştırmada bilişsel esneklik ve algılanan stres arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Görkem-Orhan (2020) üniversite sınavına hazırlık kurslarına devam etmekte olan 18-23 yaş aralığındaki öğrencilerin sınav kaygısı ile bilişsel esneklik düzeyleri arasındaki ilişkiyi düşük düzeyde, negatif ve anlamlı olarak dile getirmiştir. Demirtaş (2019) aşırı kaygının performansı negatif yönde etkilediğini belirtmiş ve bilişsel esnekliğin yüksek olmasının, sınav kaygısına yol açan düşünce ve inançların etkisini azaltabileceğini ifade etmiştir. Esnekliği yüksek olan öğrenciler sınav kaygısına neden olabilecek olumsuzluklara karşı daha toleranslı davranmakta ve problemleri ele alırken çok yönlü düşünmektedir (Bedel ve Ulubey, 2015; Kırkık ve Balkıs, 2022).

Sınav kaygısı ve bilişsel esneklik söz konusu olduğunda ikisini de etkileyen değişkenlerden birinin ailenin sosyoekonomik düzeyi ve dolayısıyla çocuklarına sunabildikleri olanaklar olduğu görülmektedir (Bhave ve diğerleri, 2023; Kömürücü ve Mohan Kömürücü, 2021). Öğrencilerin standart başarı testlerindeki performanslarını etkileyen önemli faktörler incelendiğinde ailenin ve sahip olduğu olanakların önemi farklı çalışmalar aracılığıyla da ortaya konulmuştur (Guimaraes ve Sampaio, 2011; İlyas ve Yudkevich, 2019; Ming ve diğerleri, 2021). Bunun yanı sıra ailesiyle daha fazla zaman geçiren, beslenme ve uyku gibi temel gereksinimleri yeterli bir biçimde karşılanan çocukların genel anlamda kaygı ve stres düzeylerinin diğerlerinden daha düşük olduğu da ifade edilmektedir (Arusha ve Biswas, 2020). Akran desteğinin de sınav kaygısını azaltarak akademik başarıya olumlu etkide bulunduğu görülmektedir (Yang ve Wang, 2023). Öğrencilere bir takım nefes egzersizlerinin yaptırılması ve onlarla nasıl hissettiklerine dair konuşmalar yapılarak sosyal destek sunulması da süreci olumlu yönde etkilemektedir (Ortega-Donaire ve diğ., 2023). Sosyoekonomik düzeyi düşük ailelerin çocuklarının bilişsel esneklik düzeylerinin de düşük olduğu görülmektedir (Ming ve diğerleri, 2021). Bu amaçla bu çalışmada belediye tarafından sunulan ücretsiz kütüphane ve rehberlik hizmetlerinden yararlanan YKS adayı mezun öğrencilerin bilişsel esneklik ve sınav kaygı düzeyleri arasındaki ilişki tespit edilmeye çalışılmıştır. Literatür incelendiğinde yapılan çalışmalar okula giden veya dersanelere giden öğrencileri kapsamıştır. Araştırmanın önceki çalışmalardan farkı ücretsiz olarak çalışabilme imkânı sunan Sincan Belediyesi kütüphanelerinde üniversite sınavına hazırlanan mezun öğrencileri kapsamasıdır. Sincan Belediyesi kütüphanelerinde öğrenciler, ücretsiz olarak ders çalışabilme imkânı bulur ve rehberlik hizmetinden faydalanabilirler. Bunun yanı sıra alanında uzman branş öğretmenlerinden destek alabilirler. Yerel yönetimin bu hizmetlerini ortaya koyan çalışma yapılmamıştır.

1.1. Araştırmanın amacı

Belediye tarafından sunulan ücretsiz kütüphane ve rehberlik hizmetlerinden yararlanan YKS adayı mezun öğrencilerin bilişsel esneklik ve sınav kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin tespit edilmeye çalışıldığı bu çalışmanın alt problemleri şunlardır:

1. Kütüphanede çalışarak YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerin sınav kaygı düzeyleri nasıldır?
2. Kütüphanede çalışarak YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerin bilişsel esneklik düzeyleri nasıldır?
3. Kütüphanede çalışarak YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerin bilişsel esneklik düzeyleri ve sınav kaygı düzeyleri arasındaki ilişki nedir?

1.2. Araştırmanın önemi

Sınav kaygısı günümüzde küçük yaşlardan itibaren bireyleri olumsuz yönde etkileyen bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Nüfusun artmasına paralel olarak eğitim ve çalışma olanaklarından yararlanma

bağlamında daha fazla kişiyle rekabet etmek zorunda kalan bireyin stres ve kaygı düzeyi de buna bağlı olarak artmaktadır. Üniversiteye giriş sınavları birçok ülkede kişinin akademik ve mesleki geleceğini belirlemede önemli role sahiptir. Sosyoekonomik durum ve eğitim düzeyi açısından üst kategorilere çıkmada önemli bir basamak olarak kabul edilen bu sınava gerek aileler gerekse öğrenciler tarafından büyük anlam yüklenmesi stres kaynağı oluşturmaktadır. Kaygı başarı açısından gerekli olmakla birlikte kaygı düzeyinin gereğinden düşük ya da fazla olması başarıyı olumsuz etkilemektedir. Bireyin karşılaştığı sorunları çözmeye alternatif seçeneklerin farkında olması kaygı düzeyini azaltırken başarıyı artırmaktadır. Bu kapsamda sunulacak sosyal destekler de öğrencilerin bilişsel esnekliklerini geliştirmekte ve buna bağlı olarak da kaygı düzeylerinin azalması beklenmektedir. Kendilerini sınava hazır hissetmelerinde öğrencilerin kaygı düzeylerinin arttığı bilinmektedir. Buna yönelik olarak merkezi ve yerel yönetimler tarafından özellikle sosyoekonomik düzeyi düşük olan öğrencilere sunulan destek hizmetleri önem kazanmaktadır. Bu araştırmanın önceki çalışmalardan farkı ücretsiz olarak çalışabilme imkânı sunan kütüphanede üniversite sınavına hazırlanan sadece mezun öğrencileri ele almasıdır. Bu yönüyle kütüphanede üniversite sınavına hazırlanan ve sadece mezun öğrencileri kapsayan sınav kaygısı ve bilişsel esnekliği ölçen tek çalışma olduğu söylenilebilir. Bu sebeple çalışmadan elde edilen bulgular sonraki çalışmalara ışık tutacaktır.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın modeli

Araştırmada kütüphanede (kırathanede) YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerin bilişsel esneklik ve sınav kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik 1 ölçek ile 1 envanter form kullanılmıştır. Bu sebeple nicel bir araştırma yöntemi benimsenmiştir. Araştırmada sınav kaygısı ve bilişsel esneklik arasındaki ilişki tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu sebeple araştırmanın modeli ilişkisel taramadır. İlişkisel tarama iki ve daha çok sayıda değişken arasındaki birlikte değişim varlığını ve derecesini ortaya koyan modeldir (Karasar,2023).

2.2. Araştırmanın evreni ve örneklemi

2023 yılı Ankara ili Sincan ilçesinde bulunan millet kırathanelerinde YKS' ye hazırlanan mezun öğrenciler araştırma evrenini oluşturmuştur. En yoğun olan 5 farklı Sincan Millet Kırathanesi seçilmiş ve uygulama yapılmıştır. Basit seçkisiz olmayan 5 millet kırathanesinde YKS' ye hazırlanan mezun öğrenciler örnekleme oluşturmuştur. Tarama araştırmalarında örneklem büyüklüğünün 100'den az olmaması gerekmektedir (Cohen vd., 2021/2018). Uygulama günü kütüphanelerde bulunan hemen hemen çoğu mezun YKS öğrencisi ölçek formlarını doldurmuş ve 155 kişiye ulaşılmıştır.

2.3. Veri toplama araçları ve süreci

Bu araştırmada veri toplama araçları olarak üniversite sınavlarına hazırlanan öğrenciler için ayda sınav kaygısı ölçeği (Başol, 2017) beraberinde Dennis ve Vander Wall (2010) tarafından geliştirilen 2012 yılından Türkçeye uyarlanan Bilişsel Esneklik Envanteri (Gülüm ve Dağ, 2012) kullanılmıştır. Araştırma katılımcılarla yüz yüze bir ortamda yürütülmüştür. Sincan Belediyesi bünyesinde yer alan kırathanelerde(kütüphanelerde) uygulanmıştır. Çalışmaya katılmak için gönüllü olan öğrencilerin formu doldurmaları istenmiştir. Formu doldurma sırasında katılımcıların kimliğine dair herhangi bir bilgi istenilmemiş olup katılımcılar formu isimlerini belirtmeden doldurmuşlardır. Belirtilen işlem 2023 yılının aralık ayında yapılmıştır.

2.3.1. Bilişsel Esneklik Envanteri: Dennis ve Vander Wal tarafından geliştirilen, Gülüm ve Dağ tarafından Türkçeye uyarlanan Bilişsel Esneklik Envanteri kişilerin zor durumlar da alternatif, uyumlu, uygun, dengeli düşünceler üretebilme becerisini ölçmek üzere hazırlanmıştır. Yirmi maddeden oluşmuştur ve iki alt ölçeği vardır. 2, 4, 7, 9, 11, 15 ve 17. maddeler kontrol alt boyutundadır. Diğer maddeler alternatifler alt boyutunda yer almaktadır. 2, 4, 7, 9, 11 ve 17. maddeler tersine puanlanan maddelerdir. Bilişsel Esneklik Envanterinin iki alt ölçeğinden alternatifler alt ölçeği yaşamda ortaya çıkan durumların ve insan davranışlarının olası alternatiflerinin olabileceğini algılama becerisi ve zor durumları çözebilmek için çok

sayıda çözüm üretme becerisini ölçmektedir. Kontrol alt ölçeği ise, zor durumları kontrol edilebilir algılama eğilimini ölçmektedir. Ölçeğin uyarılama çalışmasında bilişsel esneklik envanterinin tümü ile alternatifler ve kontrol alt ölçeklerinin Cronbach alfa değerleri sırayla 0.90, 0.89, 0.85 olarak hesaplanmıştır. Yapılan güvenirlik analizleri sonucunda ise ölçeğin tamamının Cronbach alfa değeri 0.84'tür. Her bir madde 5'li likert tipidir. Ölçekten alınan toplam puan 20 ile 100 arasında değişmekte ve ölçekten alınan puan arttıkça bilişsel esnekliğin de arttığı düşünülmektedir. (Gülüm ve Dağ, 2012)

2.3.2. Ayda Sınav Kaygısı Ölçeği: Veri toplamak amacıyla Başol (2017) tarafından geliştirilen LGS, YKS, KPSS gibi sınavlara girmiş veya bu sınavlara hazırlık aşamasında olan öğrencilere yönelik hazırlanmış "Ayda Sınav Kaygısı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert tipidir. 5. ve 15. Maddeler tersine puanlanmıştır. Ölçekten elde edilen en yüksek puan 75 iken en düşük puan 15'tir. Ölçeğin ters maddeleri (5 ve 15) dönüştürüldükten sonra hesaplanan toplam puan 45 puanın altındaysa endişelenecek bir durum yoktur. 45-60 arası orta düzeyde sınav kaygısını, 60 üzeri ise yüksek düzeyde sınav kaygısını göstermektedir. Bilişsel ve fizyolojik kaygı alt boyutunda yer alan maddelerden alınan puan 27'nin altında bir değer ise kaygıdan söz edilemez. Aile ve çevre alt boyutunda yer alan maddelerden alınan puan 18'in altında bir değer ise aile ve çevre kaynaklı kaygıdan söz edilemez, 24 üzeri bir değer ise yüksek düzeyde aile ve çevre kaynaklı kaygıyı ifade eder. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayıları alt boyut olan Bilişsel ve Fizyolojik kaygı için .89, Aile ve çevre alt boyutu için .70 ve ölçeğin tamamı için .86 şeklindedir. Yapılan güvenirlik analizleri sonucunda ise Ayda sınav kaygısı ölçeğinin tamamı için Cronbach alfa değeri.86'tir. Elde edilen istatistikler testin uygulanabilirliğini kanıtlamıştır. Her bir madde için "hiçbir zaman", "nadiren", "bazen", "sık sık" ve "her zaman" seçeneğinden biri işaretlenir ve 1' den 5'e kadar puan verilir. (Başol, 2017)

2.4. Verilerin analizi

Çalışmamızdaki ölçek verileri SPSS 20.0 paket programına girilmiştir. Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin sınav kaygı düzeylerini (aile ve çevre kaynaklı, bilişsel ve fizyolojik kaynaklı) ve bilişsel esneklik (alternatif alt boyutu, kontrol alt boyutu) düzeylerini belirlemek için ölçek puanları toplanarak aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları belirlenmiştir.

Analize başlamadan önce çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak verilerin normal dağıldığı test edilmiştir. Araştırmada kullanılan sınav kaygısı ölçeği toplam puan basıklık değeri-,620 ve çarpıklık değeri-, 206 dür. Bilişsel esneklik ölçeği toplam puan basıklık değeri ,153 ve çarpıklık değeri-,626 dır. Verilerin +1 ile -1 arasında olması normal dağılım için yeterlidir (Cohen vd., 2018)

Araştırmada iki değişken arasındaki ilişkinin incelenmesi ve verilerin homojen olması nedeniyle parametrik testlerden biri olan Pearson Momentler Korelasyon Katsayısı (r) kullanılmıştır. Pearson Momentler Korelasyon Katsayısı, iki sürekli olan ve normal dağılım gösteren değişkenlerin arasında ilişki olup olmadığını belirtmektedir. Korelasyon katsayısı- 1 ile +1 arasında değişen değerler alır. Korelasyon katsayısının negatif değer alması negatif yönde korelasyonu, pozitif değer alması pozitif yönde korelasyonu ifade eder. Korelasyon katsayısının 0 olması veya sifıra çok yakın değerler alması iki değişken arasında ilişkinin olmadığı ya da yok denecek kadar az olduğunu ifade etmektedir. 0.00-0.30 arasındaki korelasyon değerleri zayıf ilişki, 0.30-0.70 aralığındaki değer orta düzey ilişki ve 0.70-1.00 arasındaki ilişkinin yüksek olduğunu gösterir (Büyüköztürk vd., 2014; Kilmen, 2022). Çalışmada anlamlılık düzeyi p değeri 0,05 olarak alınmıştır.

2.5 Araştırmanın Etik İzni

Yapılan bu çalışmada "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan "Bilimsel

Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler” başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik kurul izin bilgileri

Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı: Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

Etik değerlendirme kararının tarihi:12.10.2023

Etik değerlendirme belgesi sayı numarası:2023/415

3. BULGULAR

3.1. Kütüphanede çalışarak YKS’ ye hazırlanan mezun öğrencilerin sınav kaygı düzeylerine ilişkin bulgular

YKS’ ye hazırlanan öğrencilerin sınav kaygı düzeylerini belirlemek amacıyla “Ayda Sınav Kaygısı Ölçeği” ile toplanan verilerin betimsel istatistik analizi Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1.

Kütüphanede YKS’ ye Hazırlanan Mezun Öğrencilerin Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

	N	M	Mod	Ss	Ort.	Min.-Max.
Toplam Kaygı	155	49,0	49	11,64	46,851	15-75
Aile ve çevre kaynaklı kaygı	155	19,0	17	5,517	19,154	6-30
Bilişsel ve fizyolojik kaygı	155	28,0	30	7,880	27,696	9-45

Araştırmaya katılan öğrencilerin toplam kaygı ortalaması $46,851 \pm 11,64$; Aile ve çevre kaynaklı kaygı alt boyutu ortalaması $19,154 \pm 5,517$; Bilişsel ve fizyolojik kaygı alt boyutu ortalaması $27,696 \pm 7,880$; olarak bulunmuştur. Bu değerler kaygı düzeyinin orta düzey olduğunu göstermektedir.

3.2. Kütüphanede çalışarak YKS’ ye hazırlanan mezun öğrencilerin bilişsel esneklik düzeylerine ilişkin bulgular

YKS’ ye hazırlanan öğrencilerin bilişsel esneklik düzeylerini belirlemek amacıyla ‘Bilişsel Esneklik Envanteri’ ile toplanan verilerin betimsel istatistik analizi Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2.

Kütüphanede YKS’ ye Hazırlanan Mezun Öğrencilerin Bilişsel Esneklik Düzeylerine İlişkin Bulgular

	N	M	Mod	Ss	Ort.	Min.-Max.
Toplam Bilişsel Esneklik	155	78,0	78	10,55	76,000	20-100

Araştırmaya katılan öğrencilerin toplam bilişsel esneklik ortalaması $76,000 \pm 10,55$ olarak bulunmuştur. Bu sonuç öğrencilerin bilişsel esnekliğinin yüksek olduğunu göstermektedir.

3.3. Kütüphanede çalışarak YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerin sınav kaygı ve bilişsel esneklik düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerin sınav kaygıları ve bilişsel esnekliklerine ilişkin korelasyon analizi sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3.

Sınav Kaygısı ve Bilişsel Esneklik Düzeylerine İlişkin Korelasyonlar

Değişkenler	N	P	R
Sınav Kaygısı ve Bilişsel Esneklik	155	,000	-, 328*

*p<0,05

Tablo 3. incelendiğinde üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin sınav kaygıları ile bilişsel esneklikleri arasında istatistiksel olarak ilişkiler olduğu ortaya çıkmıştır

Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin sınav kaygı ve bilişsel esneklik düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu ilişkinin negatif yönde ve düşük düzeyde olduğu görülmektedir ($r=-.328$; $p<0.05$). Buradan yola çıkarak öğrencilerin sınav kaygı düzeyleri arttıkça bilişsel esneklik düzeylerinin azaldığını söylemek mümkündür.

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Gençlerin geleceğe yönelik hedef ve beklentileri bağlamında üniversite giriş sınavları önemli bir yere sahiptir. Günümüzde çok erken yaşlardan itibaren bu sınava temel oluşturacak nitelikli bir eğitim alma, bu eğitim aracılığıyla popüler bir üniversiteye ya da bölüme yerleşme ve ardından da meslek ve iş sahibi olma çabası çocukların ve gençlerin yaşamlarının büyük bölümünü oluşturmaktadır. Bu olguya verilen büyük önem beraberinde sınav kaygısını getirmektedir. Öğrencilerin sınav kaygısı düzeyleri çeşitli faktörlerden etkilenmektedir. Yaş, cinsiyet, ailenin eğitim düzeyi, sosyoekonomik düzey, kardeş sayısı, öğrencinin akademik başarı düzeyi bu faktörler arasında yer almaktadır. Bunun yanı sıra özellikle ekonomik kaygılar (meslek sahibi olma, işe yerleşme ve ekonomik bağımsızlığını kazanma gibi) yaşanan ülkenin ekonomik durumuna da bağlı olarak karşımıza çıkmaktadır. Başarının akademik başarıyla, akademik başarının da test puanlarıyla belirlendiği ve temsil edildiği çağımız dünyasında strese ve kaygıya yönelik sorunlarla karşılaşılması kaçınılmaz görünmektedir. Kaygının azaltılması ve bu yolla başarının artırılması önemli ve gereklidir. Buna yönelik olarak öğrencilere terapi hizmetleri sunabildiği gibi (Aflakseir, Ziaee ve Imani, 2020) çeşitli kurslar ve destek olanaklarının sağlanması da etkili olabilmektedir.

Bu çalışmada öncelikle belediye tarafından ücretsiz olarak sunulan kütüphane ve destek hizmetinden yararlanmakta olan ve YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerin sınav kaygı düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda örnekleme oluşturan öğrencilerin sınav kaygılarının orta düzeyde olduğu görülmüştür. Literatür tarandığında bu araştırmanın sonucuyla benzerlik gösteren çalışmalar mevcuttur. Görkem-Orhan (2020) tarafından yapılan çalışmada üniversite sınavına hazırlık kurumlarına giden öğrencilerin sınav kaygısının orta düzeyde olduğunu bulunmuştur. Sevüktekin (2017) yaptığı

araştırmada öğrencilerin sınav kaygı puanlarını sınıf değişkenine göre incelemiş ve 12.sınıf öğrencilerinin mezun olanlara göre daha yüksek kaygı yaşadığını ifade etmiştir. Kurt, Balcı ve Köse (2014); iki özel dershanede üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin kaygı düzeylerini incelemiş ve genel bir liseden mezun olan, annesi ilkokul mezunu ve dört ya da daha fazla kardeşi olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin daha fazla olduğunu ve sınava tekrar girme sayısı arttıkça bu öğrencilerin kaygı düzeylerinin daha da arttığını belirlemişlerdir. Kavakcı vd., (2011) çalışmalarında orta düzeydeki kaygının olası sebepleri olarak sınav tarihinin yakın olmaması, yaş, öğrencilerin daha önceden en az bir kere YKS' ye girmiş olmaları, kütüphanede yönlendirici rehberlik hizmetlerinin sağlanması, gün içerisinde öğrencilerin kütüphaneye gelerek aile ve çevre baskısından uzaklaşması, herhangi bir ücretli kurumdan ders alamayan bu öğrencilerin sözel derslerde kütüphanelerde yer alan öğretmenlerden yardım sağlayabilmeleri, bunların yanı sıra üniversite sınavlarında baraj puanlarının kaldırılmasını belirtmişlerdir. Nitel bir araştırma olmakla birlikte, öğrenci görüşleri değerlendirildiğinde Çırak (2016)'ın çalışmasında da üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin kaygı düzeylerinin yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Softa vd., (2015) tarafından yapılan çalışmada ise bu çalışmanın bulgularına benzer şekilde, lise son sınıfta okuyan öğrencilerin kaygı puanları orta düzeyde bulunmuştur. Orta düzeydeki sınav kaygısı başarıyı olumlu yönde etkilerken, yüksek düzeydeki kaygı başarıyı olumsuz etkilemektedir. Karataş, Alci ve Aydın (2013)'ün çalışmalarının da ortaya koymuş olduğu gibi sınav kaygısı ile üniversiteye giriş sınavındaki başarı arasında negatif bir ilişki söz konusudur. Bu nedenle araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin sınav kaygılarının orta düzeyde olması olumlu bir durum olarak değerlendirilebilmektedir. Öğrencilerin belediye tarafından kendilerine sunulan kütüphane olanğından yararlanmalarının bu sonuç üzerinde etkisinin bulunduğu varsayılabilir, çünkü Montgomery ve Lilly (2011) tarafından yapılan çalışmanın sonuçlarının da ortaya koymuş olduğu gibi sınava yönelik akademik destek alan öğrenciler almayanlara göre daha başarılı sonuçlar elde etmektedirler. Dolayısıyla destek alıyor olmanın sınava yönelik kaygı düzeyini düşürdüğü belirtilebilir. Ailelerin eğitim düzeyleri ve sosyoekonomik durumları da çocuğa uygun çalışma ortamlarının oluşturulması ve çocuğun desteklenmesinde önemlidir (Guimaraes ve Sampaio, 2011). Eğitim ve sosyoekonomik düzeyi yüksek olan aileler çocuklarına hem kendileri destek olmakta hem de özel dersler ve öğretmenler aracılığıyla sınavı kazanma olasılıklarını artırmaktadırlar. Bu da merkezi ve yerel idarelerin özellikle eğitim düzeyi ve sosyoekonomik düzeyi düşük ailelerin çocuklarına çeşitli hizmetler aracılığıyla destek olmalarının önemini ortaya koymaktadır. Araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin sosyoekonomik düzeylerinin de yüksek olmadığı dikkate alındığında ve ailelerin eğitim ve sosyoekonomik düzeylerinin sınav başarısına etkisi göz önünde bulundurulduğunda alınan ücretsiz kütüphane desteğinin katkısı bu bağlamda da karşımıza çıkmaktadır. Farklı bir bakış açısı da öğrencilerin akademik düzeylerinin ve dolayısıyla da sınavda başarılı olmaya yönelik beklentilerinin düşük olmasının sınava ilişkin kaygı düzeylerini de düşürmüş olabileceğidir. Kültür ve Özcan (2022)'ın araştırmaları sonucunda ortaya koymuş oldukları gibi sınav kaygısının performansı öğrencilerin başarı düzeylerinin yüksek olması durumunda negatif yönde etkilemesi söz konusu olabilmektedir. Söz konusu durumun araştırmanın sınav tarihinden çok önce (yaklaşık dokuz ay) yapılmasından kaynaklandığı da düşünülebilir çünkü Fernandez-Castillo (2021)'nin çalışmasında da görüldüğü gibi, öğrencilerin kaygı düzeyi sınava yakın zamanlarda (iki ay öncesinden itibaren) yükselmektedir.

YKS' ye hazırlanan mezun öğrencilerin bilişsel esneklik ortalamalarının yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Çalışmanın bu bulgusu farklı araştırmaların bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Görkem-Orhan (2020) yaptığı çalışmada üniversite hazırlık kurslarına giden öğrencilerin bilişsel esneklik puanlarının ortalamadan yüksek düzeyde olduğunu bulmuştur. Kahraman ve İkiz (2021) çalışmalarında ergenlere ait bilişsel esneklik ortalamalarının yüksek düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Alakuş (2023) ergenlerin yaşları ilerledikçe bilişsel esneklik düzeylerinin de artış gösterdiğini belirtmektedir. Bilgiç (2015) yüksek bilişsel esneklik düzeyine sahip bireylerin daha fazla mantıklı karar aldıklarını ifade etmiş, ayrıca üniversite birinci sınıf öğrencilerinin 9, 10, 11 ve 12. sınıf öğrencilerine göre daha çok mantıklı karar verdiklerini ortaya koymuştur. Akçay Özcan (2016) araştırmasında bilişsel esneklik düzeyi yüksek ergenlerin, akademik özyeterliklerini de yüksek bulmuştur. Zahal (2014), müzik

öğretmenliği programı özel yetenek sınavına giren adaylarla yaptığı çalışmasında adayların bilişsel esneklik düzeylerinin yüksek düzeyde olduğunu belirlemiştir. Kaptanbaş Gürbüz ve Sezgin Nartgün, (2018) Abant İzzet Baysal Üniversitesinde pedagojik formasyon eğitimi sertifika programına devam eden öğretmen adaylarıyla yapmış oldukları çalışmada öğretmen adaylarının bilişsel esneklik ve öz yeterliklerinin yüksek düzeyde olduğunu belirlemişlerdir. Bu araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin belediye tarafından ücretsiz olarak sunulan üniversiteye hazırlık olanağından yararlanıyor olmaları göz önünde bulundurulduğunda sosyoekonomik düzeylerine bağlı olarak bilişsel esneklik düzeylerinin de düşük olması beklenebilir. Ancak, öğrencilerin bilişsel esneklik düzeylerinin yüksek düzeyde olmasının olası sebeplerinden biri olarak mezun durumda olmalarının ve daha önce bir kez sınava girmiş bulunmalarının farklı alternatifler konusunda deneyim kazanmalarını sağlaması gösterilebilir. Bunun yanı sıra, Park ve Kim (2020)'in çalışmasından yola çıkılarak mezun öğrencilerin gerek kendi beklentileri ve düzeyleri gerekse de sisteme yönelik farkındalıklarının daha fazla olmasının bu sonuç üzerinde etkili olabileceğinin söylenmesi mümkündür. Sınava ilk defa giren öğrenciler ise ailelerinin ve yakın çevrelerinin beklentilerinin etkisiyle kendilerini sınırlandırmaktadırlar. Ailelerin sosyoekonomik düzeylerine bağlı olarak öğrencilerin sınav kaygısının azalacağı ve bilişsel esneklik düzeylerinin artacağına yönelik bulgular söz konusu olmakla birlikte, bu sunulabilecek destekler sosyoekonomik düzey değişkeninin etkisini azaltabilmektedir. Bunun yanı sıra eğitim düzeyi ve sosyoekonomik durumun yüksek olması ailelerin öğrencilere yönelik beklentilerini artırarak kaygı nedeni olabilmektedir. Ayrıca, sosyoekonomik düzeye bağlı olarak olanakların azalması öğrencileri farklı alternatifleri dikkate almaya zorlayarak bilişsel esnekliklerinin artmasını da beraberinde getirebilir. Fendinger, Dietze ve Knowles (2023) tarafından da ifade edilmiş olduğu gibi düşük sosyal statüye sahip olunması bireylerin bilişse gelişimlerini ve problem çözmeye yönelik yeterliklerini beklenmedik şekillerde olumlu yönde etkileyebilmektedir.

Üçüncü alt probleme yönelik YKS' ye hazırlanan öğrencilerin sınav kaygısı ile bilişse esneklik düzeyleri arasında negatif, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Başka bir ifade ile bilişsel esneklik düzeyi düştükçe sınav kaygısı artmaktadır. Sonuçlar Korhan vd. (2021), Kırkık (2020), Zahal (2014), Öz (2012), Altunkol (2011), Görkem-Orhan (2020) ve Kuloğlu ve Görkem Orhan (2021)'in çalışmalarıyla paralellik göstermektedir. Bozkurt (2019)'un 8.sınıfa devam eden öğrenciler üzerine yaptığı çalışmada ise bilişsel esneklikle sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu araştırmaya göre rehberlik hizmeti, öğrencilerin daha önce sınava girmiş olmaları ve ölçek uygulamasının sınavdan çok önce yapılması kaygı düzeyinin düşük olma sebepleri arasında gösterilebilir.

Araştırma sonuçlarının yola çıkılarak aşağıdaki önerilerin getirilmesi mümkündür.

1. Araştırmanın sonuçları göz önünde bulundurularak sınav kaygısının YKS yaklaştıkça artabileceği tahmin edilmektedir. Ölçeğin sınava yakın bir tarihte tekrar uygulanması kaygının artışıyla ilgili önemli bilgiler sağlayabilir
2. Belediye bünyesinde kütüphanelerde bulunan yönlendirici rehberlik hizmetinin etkisini belirlemeye yönelik olarak bu hizmetten yararlanan ve yararlanmayan öğrencilerin sınav kaygısı ve bilişsel esneklik düzeyleri karşılaştırılabilir.
3. Araştırma sadece Sincan Belediyesi bünyesinde yer alan kütüphanelerde gerçekleştiği için sınırlı kalmıştır. Başka belediyelerin bünyesinde yer alan kütüphanelerde de araştırma yapılarak sonuçlar karşılaştırılması bu tür hizmetlerin etkisini ortaya koyma açısından önemlidir.

4. Bu araştırma sadece nicel verilerle sınırlıdır, daha sonra yapılacak çalışmalarda bulguların nitel verilerle de desteklenmesi önerilmektedir.
5. Ailelerin eğitim düzeyi ve sosyoekonomik durumu ile sınav kaygısı ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkiyi ortaya koymaya yönelik karşılaştırmalı çalışmaların yapılması alana katkı sağlayacaktır.

Kaynakça/Reference

- Aflakseir, A., Ziaee, M., Imani, M. (2020). The effectiveness of self-acceptance on stress reduction among a group of high school male students expecting university entrance exam in Hamadan, Iran. *International Journal of School Health*, 7(1), 56-60.
- Ahmad, R., Javed, K., Majeed, S. (2024). Relationship between teachers' behavior, students' exam anxiety and academic achievement in English at secondary level. *Al-Mahdi Research Journal*, 5(3), 155-166.
- Akçay Özcan, H.D. (2016). *Ergenlerde bilişsel esneklik ile özyeterlilik arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Toros Üniversitesi
- Alakuş, A. (2023). *Lise öğrencilerinin kariyer uyumu ve bilişsel esneklik düzeyleri arasındaki ilişkide analitik düşünmenin aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Al Majali, S. (2020). *Positive anxiety and its role in motivation and achievements among university students*. [10.29333/iji.2020.13459a](https://doi.org/10.29333/iji.2020.13459a)
- Altunkol, F. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi.
- Altunkol, F. (2017). *Bilişsel esneklik eğitim programının lise öğrencilerinin bilişsel esneklik ile algılanan stres düzeylerine ve stresle başa çıkma tarzlarına etkisi*, Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi.
- Arusha, A. R., Biswas, R. K. (2020). Prevalence of stress, anxiety and depression due to examination in Bangladeshi youths: a pilot study. *Children and Youth Services Review*, 116, 105254. [10.1016/j.childyouth.2020.105254](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105254)
- Babacan, N. (2022). *Covid-19 salgınında üniversite giriş sınavına hazırlık sürecindeki öğrencilerin koronavirüs korkusu, sınav kaygısı, stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi
- Başol, G. (2017). Ayda sınav kaygısı ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, (13), 173-193.
- Bedel, A. & Ulubey, E. (2015). Ergenlerde başa çıkma stratejilerini açıklamada bilişsel esnekliğin rolü. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(55), 291-300.
- Bhave, S. Y., Joshi, D., Kharbanda, S., Saxena, A., Yadav, S., Sovani, A. (2023). Exploratory study of subfactors of test anxiety among school students. *Medical and Research Publications*, 3(6); 1-10. https://www.medicalandresearch.com/assets/articles/documents/DOCUMENT_202303312103_28.pdf
- Biçkur, B. (2015). *Üniversite sınavına girecek öğrencilerin sınav kaygısı, benlik kaygısı ve anne-baba tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi

- Bilgiç, R. (2015). *Ergenlerin cinsiyet ve öğrenim kademesi düzeylerine göre bilişsel esneklik düzeyleri ile karar stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi.
- Bilgin, M. (2009). Developing a cognitive flexibility scale: Validity and reliability studies. *Social Behavior and Personality*, 37(3), 343-353. <https://doi.org/10.2224/sbp.2009.37.3.343>
- Bozkurt, N. (2019). *Ergenlerde psikolojik sağlamlık ve bilişsel esneklik düzeylerinin sınav kaygısı ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa
- Börü, A. (2000). *Üniversite giriş sınavlarında öğrencilerin yaşadığı kaygı ve nedenleri (Eskişehir TMS dershanesi örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi
- Büyükoztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Canas, J. J., Antoll, A., Fajardo, I., & Salmeron, L. (2005). Cognitive inflexibility and the development and use of strategies for solving complex dynamic problems: Effects of different types of training. *Theoretical Issues in Ergonomics Science*, 6(1), 95-108. <https://doi.org/10.1080/14639220512331311599>
- Fernandez-Castillo, A. (2021). State-anxiety and academic burnout regarding university access selective examinations in Spain during and after COVID-19 lockdown. *Frontiers in Psychology*, 12, 621863. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.621863>
- Çankıroğlu, S.B. (2007). *Üniversite adayları ergenlerin stresle başa çıkma ve sınav kaygılarının bazı değişkenlere göre incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi
- Çırak, Y. (2016). University entrance exams for the perspective of senior high school students. *Journal of Education and Training Studies*, 4(9), 177-185.
- Cohen, L., Manion, L., Morrison, K., (2018). *Research methods in education*. (8th ed.). Routledge.
- Cohen, L., Manion, L., Morrison, K., (2021). *Eğitimde araştırma yöntemleri*. (Çev. E. Dinç, K. Kiroğlu 1. baskı). Pegem. (Orijinal çalışma 2018 yılında yayımlandı.)
- Chen, X., He, J., Fan, X. (2022). Relationship between openness to experience, cognitive flexibility, self-esteem, and creativity among bilingual college students in US. *International Journal of Bilingual Education and Bilingualism*, 25(1), 342-354. [10.1080/13670050.2019.1688247](https://doi.org/10.1080/13670050.2019.1688247)
- Çuhadaroğlu, A. (2013). Bilişsel esnekliğin yordayıcıları.
- Davey, G., De Lian, C., Higgins, L. (2007). The university entrance examination system in China. *Journal of Further and Higher Education*, 31(4), 385-396. [10.1080/03098770701625761](https://doi.org/10.1080/03098770701625761)
- Demirtaş, A. S. (2019). Stresli durumlarda bilişsel kontrol ve bilişsel esneklik: Bir ölçek uyarlama çalışması. *Psikoloji Çalışmaları*, 39(2), 345-368.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 241-253. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4>

- Dick, A. S. (2014). The development of cognitive flexibility beyond the preschool period: An investigation using a modified flexible item selection task. *Journal of Experimental Child Psychology*, 125(1), 13-34. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2014.01.021>
- Embse, N., Jester, D., Roy, D., & Post, J. (2018). Test anxiety effects predictors and correlates: A 30-year meta-analytic review. *Journal of Affective Disorders*, 227, 483-493. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.048>
- Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (12), 13-38.
- Eysenck, M. W. (1979). Anxiety, learning, and memory: A reconceptualization. *Journal of research in personality*, 13(4), 363-385. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(79\)90001-1](https://doi.org/10.1016/0092-6566(79)90001-1)
- Fendinger, N. J., Dizetze, P., Knowles, E. D. (2023). Beyond cognitive deficits: how social class shapes social cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 27(6), 528-538. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2023.03.004>
- Genç, Y. (2016). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin sınav kaygılarını etkileyen faktörler. in *ICPESS (International Congress on Politic, Economic and Social Studies)* (No. 1).
- Görkem Orhan, F. (2020). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin sınav kaygısı ile bilişsel esneklik düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi
- Guimaares, J., Sampaio, B. (2011). Family background and students' achievement on a university entrance exam in Brazil. *Education Economics*, 21(1), 38-59. <http://dx.doi.org/10.1080/09645292.2010.545528>
- Gülüm, I. V., & Dağ, İ. (2012). Tekrarlayıcı düşünme ölçeği ve bilişsel esneklik envanterinin türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13(3).
- Hafalir, I. E., Hakimov, R., Kübler, D., Kurino, M. (2018). College admissions with entrance exams: centralized versus decentralized. *Journal of Economic Theory*, 176, 886-934. <https://doi.org/10.1016/j.jet.2018.05.009>
- Hakkinen, I. (2004). Do university entrance exams predict academic achievement? *Working Paper Series*, Department of Economics, Uppsala University. <http://hdl.handle.net/10419/82773>
- Heydari, M., Mohammadi, A., Haghghat, S. (2020). The impact of perfectionism on responsibility with the mediating role of exam anxiety. *Journal of Excellence in Counseling and Psychotherapy*, 9(33), 14-23. file:///C:/Users/HP/Downloads/Article.pdf
- Ilya, P., Yudkevich, M. (2019). University admission in Russia: do the wealthier benefit from standardized exams? *International Journal of Educational Development*, 65, 98-105. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2017.08.007>

- Kabataş, M. (2020). *Ergenlerde bilişsel esneklik ve başarı amaç yönelimleri ilişkisinde problemlili internet kullanımının aracı rolü. Ankara Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.*
- Kahraman, M., İkiz, E. (2021). Ergenlerin ebeveyn duygusal erişilebilirliği, benlik kurgusu ve bilişsel esneklik düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (52), 58-76.
- Kaptanbaş Gürbüz, E., & Sezgin Nartgün, Ş. (2018). Pedagojik formasyon programı öğrencilerinin bilişsel esneklik ve öz yeterlik düzeyleri. *Journal of International Social Research*, 11(55).
- Karakaş, A. C. (2013). Paylaşma tutumlarının sınav kaygısı-gelecek kaygısı ile ilişkisi (Sakarya ili örneği). *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 135-157.
- Karasar, N. (2023). *Bilimsel araştırma yöntemi*. (38. baskı). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karataş, H., Alıcı, B., Aydın, H. (2013). Correlation among high school senior students' test anxiety, academiz performance and points of university entrance exam. *Educational Research and Review*, 8(13), 919-926.
- Kavakçı, Ö., Güler, A.S., & Çetinkaya, S. (2011). Sınav kaygısı ve ilişkili psikiyatrik belirtiler. *Klinik Psikiyatri*, 14(1), 7-16.
- Kırkık, M. (2020). *Ergenlerde üstbiliş ve sınav kaygısı arasındaki ilişkide ruminasyon ve bilişsel esnekliğin aracılık rolü. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi*
- Kırkık, M., & Balkıs, M. (2022). Ergenlerde üstbiliş ve sınav kaygısı arasındaki ilişkide ruminasyon ve bilişsel esnekliğin aracılık rolü. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 61-77.
- Kilmen, S., (2022). *Eğitim araştırmacıları için spss uygulamalı istatistik*. Anı Yayıncılık
- Korhan, M., Engin, E., & Güloğlu, B. (2021). Covid-19 sürecinde üniversite sınavına girecek gençlerin sınav kaygısı: Bilişsel esneklik ve öz-düzenleme. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 12(5), 212-231. <https://doi.org/10.19160/e-ijer.1009653>
- Kömürcü, İ., Mohan Kömürcü, H. (2021). The mediating role of socio-economic status in the relationship between problem-focused coping strategies and test anxiety in conservatory students. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 6(13), 819-847.
- Kuloğlu, A., Görkem Orhan, F. (2021). Examination of the test anxiety and cognitive flexibility levels of students preparing university exam. *International Journal of Educational Studies*, 13(4), 996-1009.
- Kurt, A. S., Balcı, S., Köse, D. (2014). The anxiety levels and related factors: students preparing for university exams. *J. Pak. Med. Assoc.* 64(11); 1235-1239.
- Kutlu, Ö. (2001). Ergenlerin üniversite sınavına ilişkin kaygıları. *Eğitim ve Bilim*, 26(121).
- Kültür, Y. Z., Özcan, B. (2022). The impact of cognitive and affective components of test anxiety on the high-stakes exam performance in 12th grade students. *International Journal of Prospective Education*, 18(1), 448-457.

- Laçın, B. G. D., & Yalçın, İ. (2018). Üniversite öğrencilerinde öz-yeterlilik ve stresle başa çıkma stratejilerinin bilişsel esnekliği yordama düzeyleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(2), 358-371.
- Lufi, D., & Darliuk, L. (2005). The interactive effect of test anxiety and learning disabilities among adolescents. *International Journal of Educational Research*, 43(4), 236-249. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2006.06.004>
- Martin, M.M., & Anderson, C. M. (1998). The cognitive flexibility scale: Three validity studies. *Communication Reports*. 11(1), 1-9 <https://doi.org/10.1080/08934219809367680>
- Martin, M.M., & Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological Reports*. 76(2), 623-626. <https://doi.org/10.2466/pr0.1995.76.2.623>
- Ming, H., Zhang, F., Jiang, Y., Ren, Y., Huang, S. (2021). Family socio-economic status and children' executive function: the moderating effects of parental subjective socio-economic status and children's subjective social mobility. *British Journal of Psychology*, 112(3), 720-740. [10.1111/bjop.12490](https://doi.org/10.1111/bjop.12490)
- Moatamedi, A. (2006). The effect of university entrance examination on general health, self-esteem and psychic disorders symptom of those who were not admitted to the university. *Quarterly Journal of Research and Planning Higher Education*, 12(2), 54-72. <https://sid.ir/paper/67862/en>
- Mones, P., Massonnie, J. (2022). What can you do with a bottle and a hanger? Students with high cognitive flexibility give more ideas in the presence of ambient noise. *Thinking Skills and Creativity*, 46, 101116. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2022.101116>
- Montgomery, P., Lilly, J. (2011). Systematic reviews of the effects of preparatory courses on university entrance examinations in high school-age students. *International Journal of Social Welfare*, 21(1), 3-12. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2397.2011.00812.x>
- Mottaghi, A., Razavi, S. M., Pozveh, A. Z., Jahangirmoghaddam, M. (2011). Assessment of the relationship between stress and temporomandibular joint disorder in female students before university entrance exam (Konkour exam). *Dental Research Journal*, 8(1), 76-79. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/pmc3556284/>
- Niki, N., Aghajanbeik, M., & Ahmadi, A. (2020). Predicting perceived social support based on self-differentiation and cognitive flexibility. *Family Pathology, Counseling and Enrichment Journal*, 6(1), 1-1. https://fpcej.ir/files/site1/user_files_dd4c4d/nedaniki-A-10-461-1-ca11025.pdf
- Onay, A. (1997). *Dini yönelim düzeyi ile sınav kaygısı ilişkisi ve sınav kaygısında hipnoterapi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Ortega-Donaire, L., Alvarez-Garcia, C., Lopez-Franco, M.D., Sanz-Martos, S. (2023). Effectiveness of guided breathing and social support for the reduction of pre-exam anxiety in university students: a factorial study. *Healthcare*, 11(4), 574. <https://doi.org/10.3390/healthcare11040574>

- Örer, E. (2020). *2017 YKS Soru Dağılımındaki Düzenlemenin öğrencilerin Coğrafya Dersine Olan Tutumuna Etkisinin Öğretmen Görüşlerine Göre Değerlendirilmesi* (Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan University (Turkey)).
- ÖSYM, (2023). *Hakkında*, <https://www.osym.gov.tr/TR,8789/hakkinda.html> adresinden 25.10.2023 tarihinde erişildi
- Öz, S. (2012). *Ergenlerin cinsiyet, sosyo-ekonomik ve öğrenim kademesi düzeylerine göre bilişsel esneklik, uyum ve kaygı puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi.
- Parkı, T., Kim, C. (2020). Predicting the variables that determine university (re-)entrance as a career development using support vector machines with recursive feature elimination: the case of South Korea. *Sustainability*, 12(18), 7365. <https://doi.org/10.3390/su12187365>
- Pachaiappan, S., Tee, M. Y., Low, W. Y. (2023). Test anxiety: prevalence and factors associated with test anxiety among four school students in Malaysia. *Journal of International and Comparative Education (JICE)*, 12(1), 13-25. <https://doi.org/10.14425/jice.2023.12.1.1205>
- Pekkarinen, T. (2015). Gender differences in behavior under competitive pressure: Evidence on omission patterns in university entrance examinations. *Journal of Economic & Organization*, 115, 94-110. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2014.08.007>
- Putwain, D. W. (2008). Examination stress and test anxiety. *Psychologist*, 21(12), 1026-1029. https://www.researchgate.net/publication/288109139_Examination_stress_and_test_anxiety
- Safa, M. A., Sheykhholmoluli, H. (2023). An impact study of the Iranian National University Entrance Exam from students and parents' perspectives. *Language Testing in Asia*, 13(40), <https://doi.org/10.1186/s40468-023-00254-0>.
- Sarason, I. G. (1984). Stress, anxiety, and cognitive interference: reactions to test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 929-938. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.929>
- Sarıkaya, S., & Gemalmaz, A. (2021). Sınav kaygısını etkileyen faktörler. *Jour Turk Fam Phy*, 12(2), 99-107.
- Sartori, S. B., Landgraf, R., & Singewald, N. (2011). The clinical implications of mouse models of enhanced anxiety. *Future neurology*, 6(4), 531-571. <https://doi.org/10.2217/11.34>
- Seddigh, R., Abdollahpour, E., Azarnik, S., Sharati, B., Akhlaghi, A. A. K. (2016). Participating in university entrance exam despite repeated failure: a qualitative study of participants' experiences. *Int. J. Med. Educ.* 7, 345-353. <https://doi.org/10.5116/2Fijme.57eb.cc09>
- Sevüktekin, S. (2017). *YGS hazırlık sürecindeki lise son sınıf ve mezun olan öğrencilerin sınav kaygıları ile ilişkili özelliklerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi.
- Soares, D., Woods, K. (2020). An international systematic literature review of the test anxiety interventions 2011-2018. *An International Journal of Personal, Social and Emotional Development*, 38(4), 331-334. <https://doi.org/10.1080/02643944.2020.1725909>

- Softa, H.K., Karaahmetoğlu, G.U., & Çabuk, F. (2015). Lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ve etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(4), 1481-1494
- Taylor, C. B., & Arnow, B. A. (1988). *The nature and treatment of anxiety disorders*. New York: Free Press.
- Yang, Y., Wang, S. (2023). The relationship between exam anxiety, academic performance and peer support among 9th grade students in Shenzhen, China. *Curriculum&Innovation*, 1(1), 5-11.
<https://doi.org/10.61187/ci.v1i1.16>
- Yargıcı, S. (2023). *Sınav kaygısı ile nasıl baş edebilirim*, <https://srm.metu.edu.tr/tr/system/files/pdrm-brosur-06.pdf> 06.11.2023 tarihinde erişildi
- Yüksek, F. (2021). *Uzaktan eğitim ile merkezi sınava hazırlamak ve hazırlanmak*. Yüksek lisans tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi
- Zahal, O. (2014). *Özel yetenek sınavına giren adayların öğrenme stilleri ve bilişsel esneklik düzeyleri ile sınav başarıları arasındaki ilişki*. Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi.
- Zeidner, M.. (1998). *Test anxiety: The state of the art*. New York: Plenum Press.

EXTENDED ABSTRACT

1. INTRODUCTION

Entrance to university by examination has become an increasingly common practice in most European countries. The increase in the number of students graduating from secondary education has pushed universities towards this practice and brought along different techniques for selecting students. In Turkey, universities accepted students without examination until the 1960s. When they started to receive applications above the quota, they started to admit students according to the order of application, high school graduation branch or high school graduation degree. Following the increase in the country's population and the number of candidates wishing to be placed in universities, the Inter-University Student Selection and Placement Centre (ÜSYM) was established for the first time on 19 November 1974. In 1981, the name of the board was changed to Student Selection and Placement Centre and it was affiliated to the Council of Higher Education. There have been changes in the higher education entrance exam over time (Yüksek, 2021). In 2018, the YKS system started to be implemented (Örer, 2020). Exams are one of the factors that cause stress and various anxiety disorders for people of the information age (Onay, 1997). Exam anxiety in students can be reduced by applying planned and programmed study methods (Bozkurt, 2019). Another important issue in overcoming problems is cognitive flexibility (Çuhadaroğlu, 2013). Cognitive flexibility refers to an individual's awareness that there are options and alternatives available in any situation and their willingness to adapt to the current situation. In this study, the relationship between cognitive flexibility and test anxiety levels of YKS candidate graduate students who benefit from free library and counselling services offered by the municipality was tried to be determined. The difference of the study from the previous studies is that it covers graduated students preparing for the university exam in the libraries of Sincan Municipality, which offers free studying opportunities. In Sincan Municipality libraries, students have the opportunity to study free of charge and can benefit from counselling services. In addition, they can get support from expert branch teachers. No study has been conducted to reveal these services of local government.

2. METHOD

Quantitative method was adopted in the research. The relationship between test anxiety and cognitive flexibility was tried to be determined. The model is relational scanning. In 2023, the research population consisted of graduated students preparing for YKS in millet cafes in Sincan district of Ankara province. Graduated students preparing for YKS in 5 nation cafes, which were not simple randomised, constituted the sample. As data collection tools, the Cognitive Flexibility Inventory (Gülüm & Dağ, 2012) developed by Dennis and Vander Wall (2010) and adapted to Turkish in 2012 (Gülüm & Dağ, 2012) was used together with the Monthly Examination Anxiety Scale (Başol, 2017) for students preparing for university exams. The scale data were entered into SPSS 20.0 package programme for analysis. In order to determine the test anxiety levels (family and environment-induced, cognitive and physiological-induced) and cognitive flexibility (alternative sub-dimension, control sub-dimension) levels of the students preparing for the university exam, the scale scores were summed, and their arithmetic means and standard deviations were determined. Then, Pearson Moment Correlation Coefficient (r), one of the parametric tests, was used to examine the relationship between the two variables and the data were homogeneous.

3. FINDINGS, DISCUSSION AND RESULTS

As a result of the research, it was seen that the exam anxiety of the students in the sample was at a moderate level. In their study, Kavakcı et al. (2011) stated that the possible reasons for the moderate level of anxiety were: the fact that the exam date was not close, age, the fact that the students had taken the YKS at least once before, the provision of guidance services in the library, the fact that students could come to the library during the day and get away from family and environmental pressure, the fact that these students who could not take courses from any paid institution could get help from teachers in libraries in verbal courses, as well as the removal of threshold points in university exams. The fact that the exam anxiety of the students who make up the sample of the study is at a moderate

level can be considered as a positive situation. It can be assumed that the fact that the students benefit from the library facilities offered to them by the municipality has an effect on this result. Considering that the socioeconomic level of the students is not high and the effect of the education and socioeconomic level of the families on the exam success, the contribution of the free library support is also seen in this context. It was found that the cognitive flexibility averages of graduate students preparing for YKS were at a high level. Considering that the students who make up the sample of this study benefit from the university preparation offered free of charge by the municipality, it can be expected that their cognitive flexibility levels will be low depending on their socioeconomic levels. However, one of the possible reasons for the high level of cognitive flexibility of the students may be that the fact that they are graduates and have taken the exam once before enables them to gain experience in different alternatives. It was found that there was a negative, low and significant relationship between test anxiety and cognitive flexibility levels of students preparing for YKS. The results are in parallel with the studies of Korhan et al. (2021), Kırkık (2020), Zahal (2014), Öz (2012), Altunkol (2011), Görkem-Orhan (2020) and Kuloğlu and Görkem Orhan (2021). In Bozkurt's (2019) study on 8th grade students, no significant relationship was found between cognitive flexibility and test anxiety. According to this study, counselling service, the fact that the students had taken the exam before and the scale application was carried out long before the exam may be among the reasons for the low level of anxiety.

ARAŞTIRMANIN ETİK İZİNİ

Yapılan bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler” başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik kurul izin bilgileri

Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı: Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu, Etik değerlendirme kararının tarihi: 12.10.2023 Etik değerlendirme belgesi sayı numarası: 2023/415

ARAŞTIRMACILARIN KATKI ORANI

Mevcut çalışmaya her iki araştırmacıda eşit katkıda (%50-%50) bulunmuştur.

ÇATIŞMA BEYANI

Yazarların kendi aralarında ya da herhangi bir kurum/kişi ile çıkar çatışması bulunmamaktadır