

**İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ FLORENCE NIGHTINGALE
YÜKSEK HEMŞİRELİK OKULU 17-19 YAŞ ARASI
I. SINIF ÖĞRENCİLERİNDE, C.D. SPIELBERGER'İN
DURUMLUK-SÜREKLİ ANKSİYETE ENVANTERİ
İLE, SINAV ÖNCESİ-SINAV SONRASI ANKSİYETE
ARAŞTIRMASI**

**PRE-POST EXAM ANXIETY RESEARCH ON THE İSTANBUL
UNIVERSITY FLORENCE NIGHTINGALE NURSING SCHOOL
OF HIGHER EDUCATION FIRST GRADE STUDENTS OF
17-19 AGES, USING C.D. SPIELBERGER'S STATE-TRAIT
ANXIETY INVENTORY**

GÜLSEN KOZACIOĞLU

Psikoloji Bölümü, İstanbul Üniversitesi

ÖZET

1983 - 1984 ders yılı içinde, İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Yüksek Hemşirelik Okulu 1. sınıf öğrencilerinden 65 kişilik bir denek grubuna Spielberger'in Durumluk-Sürekli Anksiyete Envanteri (State-Trait Anxiety Inventory) uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, tüm deneklerin durumluk-anksiyete puanları sınav sonrasında anlamlı düzeyde bir düşüş göstermiştir. Sürekli-anksiyete puanlarında ise sınav öncesi ve sınav sonrası anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Problemsiz grubun sınav öncesi ve sınav sonrası durumluk-anksiyete puan farkları, problemlı grubun bu iki dönemdeki puan farklarına oranla daha anlamlı bulunmuştur. Durumluk-Sürekli Anksiyete Envanteri'nin bütünlüğü içinde, durumluk-anksiyete ölçeği, testi aldıkları dönemde özel sorunları olduğunu ifade eden denekler ve sorunsuz olup sadece sınavla ilgili anksiyete duyanlar için farklı değerler taşıyor görünmektedir.

SUMMARY

65 students of the Florence Nightingale Advanced Nursing School took the Spielberger's State Trait Anxiety Inventory twice during the school period of 1983-84. The results indicated that after the exam period there has been, a significant decrease in the state-anxiety scores where comparable before and after the exams. Additional self reports given by the students, showed that those who did not report personal problems when compared with the group with personal problems, showed significant differences before and after exam state anxiety scores. Within the integration of the State-Trait Anxiety Inventory State-Anxiety scale seems to have different judgement values for those who already have problems while having the test and for those who show only test anxiety alone.

YÖNTEM

Araştırmada Kullanılan Araçlar

Araştırmada bir özdeğerlendirme ölçeği ile deneklerin kişisel sorunlarını içeren kendi raporları kullanılmıştır.

Durumluk-Sürekli Anksiyete Envanteri (State-Trait Anxiety Inventory-STAI) adlı özdeğerlendirme ölçeği, Spielberger ve arkadaşları tarafından a) anlık ve b) sürekli olmak üzere, anksiyetenin iki ayrı halini ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçek, o andaki duruma bağlı olarak ortaya çıkan veya devamlı olan anksiyete düzeyini ölçmek üzere iki bölümden oluşmuştur. Her bölümde 20 tane olmak üzere, toplam 40 itemden meydana gelmektedir.

Durumluk ve Sürekli Anksiyete kavramları bazı yönleri ile fizikteki kinetik ve potansiyel enerji kavramları gibi algılanabilir.

Durumluk-Anksiyete fizikteki kinetik enerji gibi, belirli bir anda ve belirli bir şiddet düzeyinde görülen bir süreç veya bir reaksiyon gibi düşünülebilir. Sürekli anksiyete ise yine fizikte potansiyel enerji gibi latent bir dispozisyonun belirli tipte bir reaksiyonun şiddetini açığa çıkarmadaki farklılaşmaları kapsar. Genel olarak Sürekli Anksiyete düzeyi yüksek olan kişilerin, daha sık durumluk-anksiyete içinde olacakları beklenebilir. Çünkü, bu kişiler vasıf ola-

rak anksiyeteye daha yatkın olacaklarından, tehlikeli ve ürkütücü durumları kendilerince daha yoğun olarak algılayıp, tepki göstereceklerdir. Özellikle, kendi saygınlıklarını sarsabilecek durumlarda, yenilgilerde, kişisel yeteneğin değerlendirilmesi gibi durumlarda, bu kişilerin durumluk-anksiyetelerinde artma görülecektir. (Spence ve Spence, 1966; Spielberger, 1966; Spielberger ve Smith, 1966).

Durumluk-Anksiyete Ölçeği

Ölçek, kişinin o anda içinde bulunduğu durumdan ötürü kendisini geçici bir gerilim, korku veya dehşet içinde hissedip etmediğini belirlemeye çalışmaktadır. Çevrenin yarattığı stress koşulları ortadan kalkınca, durumluk-anksiyete düzeyinin düştüğü kabul edilmektedir. Bu ölçekte denek, o andaki duygularının şiddetine göre, kendisini 4 dereceli bir sıralamada değerlendirmektedir. Durumluk-anksiyete ölçeğinde değerlendirilen kişisel özellikler, gerginlik, sinirlilik, endişe ve kuruntu gibi duyguları içerir. Durumluk-anksiyete ölçeğinin geliştirilmesinde, sözü geçen duygular, sakinlik, güven, mutlu olma ve benzeri duyguların eksikliği ile korelasyon gösterir.

Sürekli-Anksiyete Ölçeği

Bu ölçek, denek kişinin kendisini genellikle nasıl hissettiğini belirtmeye çalışır ve kişinin içinde bulunduğu durumlarda, genellikle bu durumları stresli olarak yorumlama eğilimi bulunup bulunmadığını ölçer. Bu ölçekte de denek duygularının şiddetine göre, 4 dereceli bir sıralama kullanır. Objektif kriterlere göre nötr olan durumlar, herhangi bir kimse tarafından tehdit edici olarak algılandığında, o kişinin sürekli-anksiyete ölçek verilerinin yüksek bir değerde olduğu anlaşılmaktadır.

Durumluk-Sürekli Anksiyete Envanteri'nin standardizasyonunda, her iki ölçeğin kullanılması halinde, önce durumluk, sonra sürekli anksiyete ölçeği verilir. Çünkü bu ölçekteki, yani sürekli-anksiyete ölçeğindeki itemlerin, testin verildiği koşullara karşı hassasiyet yaratacak şekilde hazırlanmış olduğu kabul edilmektedir. Şayet, sürekli-anksiyete ölçeği daha önce verilirse, durumluk-anksiyete ölçeğinin puanları, ortaya çıkabilecek duygusal hassasiyetten etkilenebilecektir. Sürekli-anksiyete ölçeğinin ise, içinde bulunulan

koşullardan pek fazla etkilenmediği saptanmıştır. (Johnson, 1968; Johnson ve Spielberger, 1968; Lamb, 1969)

Denekler

Araştırmada kullanılan Durumluk-Sürekli Anksiyete Envanteri, İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Yüksek Hemşirelik Okulu 1. sınıf öğrencisi olan, 17-19 yaş arası kız öğrenci denek grubuna uygulanmıştır. Toplam denek sayısı 65'dir.

İşlem

Durumluk-Sürekli Anksiyete Ölçekleri, Deneklere Psikolojiye Giriş dersi sınavından önce ve sonra olmak üzere bir hafta ara ile, aynı sınıf içinde ve grup halinde uygulanmıştır. Her iki uygulama döneminde deneklerden test kağıtlarının arkasına, son günlerde kendilerini nasıl hissettiklerini yazmaları istenmiştir. Uygulamada, testin özelliği gereğince önce «Durumluk» sonra «Sürekli» Anksiyete ölçekleri doldurtulmuş ve yine testin özelliği gereğince, her iki süre için de zaman kısıtlaması konmamıştır. Uygulama genelde 20-30 dakika arasında tamamlanmıştır.

TABLO A

	SINAV ÖNCESİ			SINAV SONRASI		
	N	M	SD	N	M	SD
DURUMLUK ANSİYETE	65	46.28	8.06	65	40.32	7.67
SÜREKLİ ANSİYETE	65	44.64	7.89	65	42.70	7.53
DURUMLUK ANSİYETE PROBLEMSİZ	14	43.07	6.50	23	34.52	3.79
DURUMLUK ANSİYETE PROBLEMLİ	51	47.157	8.22	42	43.5	7.401

Verilerin Analizinde İstatistik İşlemler

Araştırmanın sonuçları incelenirken, elimizde bulunan, a) sınav öncesi problemlili-problemsiz ve b) sınav sonrası Problemlili-problemsiz denek gruplarıyla çalışmada, gruplar arası farklılaşmalar t testi ile kontrol edilip, anlamlılık düzeyleri saptanmıştır.

Bulgular

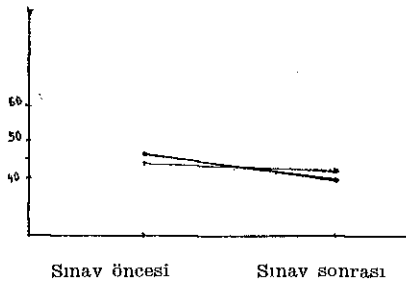
Genel olarak ele alırsak, Florence Nightingale'in 17-19 aya arası 1. sınıf kız öğrencilerinin sınav sonrası durumluk-anksiyete puanları, sınav öncesi puanlarına oranla anlamlı seviyede düşüş göstermiştir. (p. 001) (Tablo 1).

TABLO 1
DURUMLUK ANKSİYETE

	N	M	SD	SD M	SD D	D	cr/t
SINAV ÖNCESİ	65	46.28	8.06	0.999			
SINAV SONRASI	65	40.32	7.676	0.952	1.379	5.96	4.322

P < .001

Figür 1 (Bkz. Tablo 1)



— Durumluk - Anksiyete
— Sürekli - Anksiyete

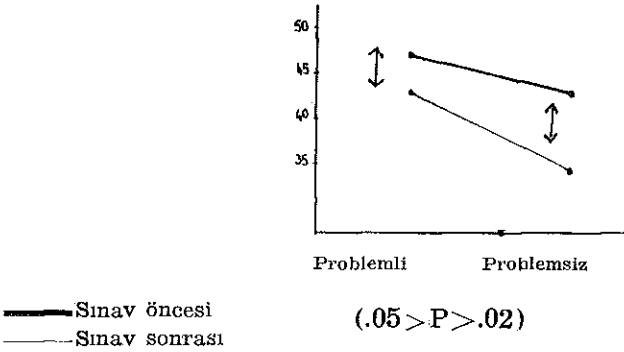
(P < .001)

Aynı deneklerin, sürekli-anksiyete düzeyleri sınav öncesi ve sonrası anlamlı seviyede farklılık göstermemiştir. (Tablo 2). Bir şahsiyet vasfı olarak tanımlanan ve anksiyeteye devamlı bir yatkınlığı ifade eden sürekli-anksiyete ölçeğinin bu özelliği göz önüne alınırsa, sınavın etkisi ortadan kalksa bile, kişilik yapıları gereğince genelde anksiyeteli olan veya olmayan deneklerin, söz konusu şahsiyet özelliklerinde önemli bir değişme görülmeyebilir diye düşünülebilir.

TABLE 2
SÜREKLİ ANKSİYETE

	N	M	SD	SD M	SD D	D	cr/t
SINAV ÖNCESİ	65	44.646	7.894	0.979	1.353	1.939	1.433
SINAV SONRASI	65	42.707	7.535	0.934			

Figür 2 (Bkz. Tablo 4)



Problemsiz grubun sınav öncesi ve sonrası durumluk-anksiyete puan farkları, problemü grubun bu iki dönemdeki puan farklarına oranla daha anlamlı çıkmıştır. (Tablo 3, 4). Problemsiz grup deneklerinin, sınav öncesi durumluk-anksiyete ölçeği itemlerini puanlar-kend, kendi özel sorunlarına bağlı olmaksızın ve sadece sınav heyeca-

TABLO 3
DURUMLUK ANKSİYETE (PROBLEMSİZ)

	N	M	SD	SD M	SD D	D	cr/t
SINAV ÖNCESİ	14	43.071	6.507	1.739			
SINAV SONRASI	23	34.520	3.797	0.791	1.91	8.551	4.477

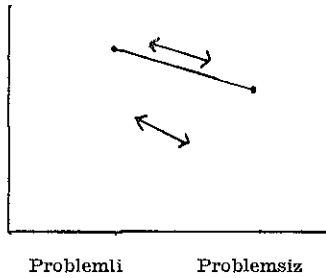
$P < .001$

TABLO 4
DURUMLUK ANKSİYETE (PROBLEMLİ)

	N	M	SD	SD M	SD D	D	cr/t
SINAV ÖNCESİ	51	47.15	3.22	1.151			
SINAV SONRASI	42	43.5	7.40	1.141	1.621	3.657	2.256

$.02 > P > .05$

Figür 3 (Bkz. Tablo 3)



runa bağlı olduğunu düşündüren bir sıkıntı ve tedirginlik içinde buldukları anlaşılmaktadır. Bu durum, sınav öncesi uygulamada yüksek bir durumluk-anksiyete puanına işaret ederken, sınav sonunda bu düzeyin oldukça düştüğünü, yani denegin stresli durumdan çıktığını görüyoruz. (Figür 2)

Her iki dönemde de, yani sınav öncesi ve sonrası durumluk-anksiyete puanları ayrı ayrı karşılaştırıldığında, problemlili ve problemsiz gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. (Tablo 3-4) (Figür 3) Figür 2 ve Figür 3 birbirlerinin aynı olmakla beraber, farklı sonuçları yansıtmaktadırlar. Figür 2'de aynı grubun (problemlili veya problemsiz) sınav öncesi, sınav sonrası olmak üzere, iki ayrı dönemdeki anksiyete düzeyleri karşılaştırılmış, Figür 3'de ise, her bir grubun sınav öncesi ve sınav sonrası anksiyete durumları kendi içlerinde karşılaştırılmıştır. Bulguları özetleyecek olursak, aşağıdaki veriler elde edilmiştir:

- 1 — Genelde deneklerin durumluk-anksiyete düzeyleri, sınav sonrasında sınav öncesine oranla, anlamlı seviyede daha düşük olarak bulunmuştur. (t:4.32) (p(.001) (Bkz. Tablo. 1)
- 2 — Genelde sürekli anksiyete düzeyleri sınav-sonrası ve sınav öncesinde farklılık göstermemiştir. (t: anlamsız) (Bkz. Tablo. 2)
- 3 — Her iki dönemde de, durumluk-anksiyete puanları ayrı ayrı karşılaştırıldığında, problemlili ve problemsiz gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. (t: anlamsız) (Bkz. Tablo. 3, 4) (Fig. 3)
- 4 — Problemsiz grubun sınav öncesi ve sınav sonrası durumluk-anksiyete puan farkları, problemlili grubun bu iki dönemdeki puan farklarına oranla daha anlamlıdır. (Bkz. Tablo. 3, Tablo. 4) (Fig. 2)
(Fig. 2) (.02) P < .05

Sonuç

Araştırma sonucunda, tüm deneklerin durumluk-anksiyete puanları sınav sonrasında anlamlı düzeyde bir düşüş göstermiştir. Sürek-

li-anksiyete puanlarında ise sınav öncesi ve sonrası anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Problemsiz grubun sınav öncesi ve sınav sonrası durumluk-anksiyete puan farkları, problemlı grubun bu iki dönemdeki puan farklarına oranla daha anlamlı bulunmuştur.

Tartışma

Spielberger'in Durumluk-Sürekli Anksiyete Envanteri ve deneklerin test kağıtlarının arkasına yazdıkları «kendilerini son günlerde nasıl hissettiklerine dair kendi-raporları» ile yapılan çalışma, genel yönleri ile beklentimiz doğrultusunda sonuçlar vermiştir. Öncelikle, sınav sonrasında durumluk-anksiyete puanlarında genel olarak görülen düşme, ölçeğin belirli bir andaki gerilimi ölçme özelliğini desteklemektedir. Sınav faktörü ortadan kalktıktan sonra durumluk-anksiyete puanları azalan stress paralelinde düşmüştür.

Problemlı olduklarını ifade eden denekler söz konusu edildiğinde durumluk-anksiyete sınava bağlı olmaksızın, adeta bir şahsiyet özelliği gibi sınav sonrası da devam etmiştir. Deneklerimizin büyük bir çoğunluğunun yazılı ifadesine göre, problemlerinin evden uzaklık, yeni çevreye uyum sorunu, yurtlarda kalanların veya akrabayla oturanların ise ayrıca yalnızlık duygusu olduğu görülmektedir. Deneklerimizin tümünün kız öğrenci olduğunu düşünürsek, söz konusu sorunların problemlı grupta durumluk-anksiyeteyi devam ettiren bir faktör olduğunu kabul edebiliriz.

Genelde, sürekli-anksiyete sınav öncesi ve sonrası dönemlerinde puan yönünden anlamlı bir fark göstermemiştir. İçinde bulunulan durumu genelde stresli olarak yorumlama özelliğini yansıtan ve anksiyeteye devamlı bir yatkınlığı belirten bu tür anksiyete bir kişilik vasfı olarak düşünülürse, deneklerin her iki dönemde de bu yönde büyük bir farklılık göstermeyeceği doğaldır.

Testi aldıkları her iki dönemde sorunsuz olduklarını ifade eden deneklerin durumluk-anksiyete puanları sınav sonrasında azalma yönünde anlamlı bir farklılık göstermiştir. Büyük bir ihtimalle sınava bağlı olarak ortaya çıkan durumluk-anksiyete sınav olgusunun ortadan kalkmasıyla azalma göstermiştir.

Araştırmamız, genel yönleriyle beklentilere paralellik göstermiştir. Durumluk-Sürekli Anksiyete skalasının bütünlüğü içinde durumluk-anksiyete ölçeği, testi aldıkları dönemde sorunları olduğunu ifade eden denekler ve sorunsuz olup sadece sınavla ilgili anksiyete duyanlar için farklı değerler taşıyor görünmektedir. Ayrıca, sınavla ilgili olmayan diğer durumluk-anksiyete içinde olan kişiler için, sadece sınavla ilgili hassas bir ölçek olmadığı düşünülebilir. Bu durumda çıkan sonuçların ağırlığını sınav anksiyetesi oluşturmayabilir diye düşünebiliriz. Bu yönde daha fazla sayıda deneklerle, daha yoğun çalışmalar yapılarak, dış ülkelerden araştırmalarla birlikte incelenip, sonuçlar doğrultusunda başka yöntemlerin çalışmalara destek ve katkısı araştırılabilir.