

Predictors of Test Anxiety in Students Preparing for University Examination: Helicopter Parental Attitude, Fear of Negative Evaluation and Competence Expectancy*

Merve Nur Zorlu¹  Tolga Seki² 

Article Info

Keywords

Competence expectancy,
Fear of negative evaluation,
Helicopter parenting,
Test anxiety

Received: 22.12.2024

Accepted: 14.04.2025

Published: 30.06.2025

Research Article

[DOI: 10.17984/adyuebd.1605408](https://doi.org/10.17984/adyuebd.1605408)

Abstract

The purpose of this study is to examine the relationships between test anxiety, fear of negative evaluation, competence expectancy, and perceived helicopter parental attitude, as well as to identify the influence of these variables on test anxiety among students preparing for the university entrance exam. To achieve this aim, the study was conducted with 11th and 12th grade students attending secondary schools and also graduates in Kocaeli province during the 2023–2024 academic year. The sample consisted of 402 students, including 256 girls and 146 boys. Data were collected using the Personal Information Form, Test Anxiety Inventory (TAI), Perceived Helicopter Parental Attitude Scale (HPAS), Fear of Negative Evaluation Scale (FNE), and Questionnaire for Measuring Self-efficacy Expectation in Youths. These scales were administered to participants in face-to-face sessions. Data analysis was carried out using SPSS 29 program. Pearson correlation analysis was conducted to examine the relationships between the variables, while multiple linear regression analysis was used to assess the predictive roles of fear of negative evaluation, competence expectancy, and perceived helicopter parental attitude on test anxiety. The findings revealed a significant positive correlation between test anxiety and both helicopter parental attitude and fear of negative evaluation, whereas a significant negative correlation was found between test anxiety and competence expectancy. The regression analysis showed that perceived helicopter mother attitude, fear of negative evaluation, and competence expectancy were significant predictors of test anxiety. However, the effect of perceived helicopter father attitude on test anxiety was not significant. Together, the predictor variables accounted for 27% of the variance in test anxiety. In the final section of the study, the results were discussed in the light of the findings and recommendations were presented.

Introduction

For students, examinations are experienced as continuous evaluation processes starting from primary school. From an early age, students are prepared for the university entrance exam, which is often regarded as the most critical assessment of their academic journey (Erdar, 2009). Throughout their education, individuals are subjected to numerous standardized tests and evaluations (Akram Rana & Mahmood, 2010). The Turkish education system is focused on academic achievement, and gaining admission to a prestigious university in Türkiye has become one of the system's primary objectives (Yıldırım, 2006).

For many adolescents, preparing for the university entrance exam is a demanding and exhausting process that can lead to various psychological challenges in adolescents (Güler & Çakır, 2013). As students enter

* This study is derived from the first author's master's thesis conducted under the supervision of the second author.

Author¹: Merve Nur Zorlu, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Türkiye, mervezorlu95@gmail.com

Corresponding author²: Tolga Seki, Doçent Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Türkiye, tlg.seki@gmail.com



adolescence during middle school, many face difficulties that affect their academic performance, emotional well-being, social interactions, and career development throughout high school and the exam preparation period (Karaman et al., 2019). During this time, adolescents are already experiencing significant developmental tasks, such as coping with emotional changes, building a sense of identity, and managing increased responsibilities. When exam stress and uncertainty about the future are added to these pressures, their psychological resilience can be negatively affected (Erdayı, 2009). The university preparation period is not only mentally and emotionally draining but also highly competitive, often requiring significant personal sacrifices and resulting in various emotional and behavioral problems (Ergene & Yıldırım, 2003). The timing of the university exam that coincides with adolescence, combined with family expectations and the weight of what is perceived as the most important academic milestone, further intensifies exam anxiety in students (Dursun, 2022).

Test anxiety is most commonly observed in children and adolescents and is a condition that typically emerges before exams, triggering a range of physical and psychological symptoms that can significantly reduce a student's performance during the exam (Yavuz & Akagündüz, 2004). This type of anxiety can be experienced by individuals with a generally high level of anxiety, but it can also affect those who have never encountered anxiety before (Bilir, 2019). A variety of factors may contribute to the development of test anxiety, including external expectations, personal expectations, inadequate preparation, negative thoughts about exams, structural aspects of the education system, exam-related stressors, teacher behavior, parental attitudes, personality traits, and even gender. Environmental conditions such as strict discipline at home, parenting styles, authoritarian school administration, negative feedback from teachers, pressure to pass, and fear of punishment can further heighten test anxiety levels (Öner, 1989). During childhood, factors like gender, socioeconomic status, number of siblings, academic performance, and parental occupation can play a role in shaping anxiety levels (Erözkan, 2011), while in adolescence, the impact of parental attitudes, academic success, peer relationships, and exams becomes more pronounced (Başol & Zabun, 2014).

Students often experience fear of negative evaluation as a result of the anxiety and stress associated with exams (Ezer, 2020). Watson and Friend (1969) define fear of negative evaluation as the apprehension about being judged by others, discomfort in situations where such evaluation might occur, and the tendency to avoid these situations and distancing from these environments. Individuals with social anxiety frequently experience concerns about being negatively judged or rejected, driven by the belief that they are constantly being evaluated by others (Beck & Emery, 2000). Social anxiety is fundamentally rooted in the fear of negative evaluation. The age at which it emerges, as well as its frequency and intensity, are critical factors in determining its impact. These fears and anxieties, particularly during adolescence, play a significant role in shaping individuals' psychosocial development (Laldinpui et al., 2024).

Although fear of negative evaluation was initially regarded as a factor disrupting individuals' daily lives, it has since been recognized as a cognitive state that adversely affects students' learning behaviors and hampers academic achievement (Çetin et al., 2010). Adolescence, characterized by heightened sensitivity to social feedback, is considered the period during which individuals experience the most intense social anxiety and are particularly prone to avoiding negative evaluations (Dilekmen & Ada, 2005). Individuals struggling with social anxiety tend to experience persistent worry over being judged by others (Beck & Emery, 2000). Within the school environment, where students' academic abilities and knowledge are subject to constant assessment, classroom-based verbal performance emerges as one of the primary sources of fear of negative evaluation among students (Özgüngör, 2006).

Individuals possess varying levels of competence across different domains, whether or not they are fully aware of these abilities. However, what often draws attention is the level of confidence individuals have in their own self-efficacy (Çelikkaleli et al., 2006). The concept of competence expectancy influences individuals' emotions, thoughts, behaviors, and decisions, thereby supporting goal-oriented action (Sert Özkan, 2019). When faced with a specific task, individuals evaluate their perceived competence in that area. If they believe themselves to be capable, they are more likely to feel confident and adapt easily; conversely, perceiving themselves as inadequate may hinder adaptation and lead to failure. This belief about one's ability to succeed in a given context is referred to as competence expectancy (Zülkadiroğlu et al., 2007). The level of

competence expectancy is shaped by past experiences, feedback from significant others in their environment, and the individual's cumulative experiences (Sert Özkan, 2019).

Students' beliefs in their own competence during exam preparation, their fear of negative evaluation, and their level of test anxiety are known to significantly influence both their preparation process and exam performance. In addition to these psychological factors, parental attitudes play a critical role in various developmental domains, including personality formation, moral development, value formation, social adaptation, and interpersonal relationships (Özatlı, 2022). While raising children, parents may sometimes aim to support autonomy, yet at other times adopt restrictive or coercive approaches due to the desire to impose their own views. This inconsistency may lead to contradictory behaviors in the parenting process (Pekşen Akça, 2012). Parental attitudes not only shape children's current behavior but also influence their future social adaptation, autonomy development, socialization, and ability to become extroverted and responsible individuals (Pekşen Akça, 2012). Parents may exhibit a range of parenting styles, including overprotective, democratic, overly permissive, authoritarian, and more recently discussed in the literature is that helicopter parenting attitudes.

Helicopter parenting is characterized as an overprotective, overly interventionist, and excessively concerned parenting style in which parents are deeply involved in their children's lives and often hinder their autonomy (Lemoyne & Buchanan, 2011; Schiffrin et al., 2014). This parenting style typically involves excessive involvement in both academic and social domains, attempting to solve problems on behalf of the child and making decisions in areas where children should gradually gain independence (Kwon et al., 2016; Lee & Kang, 2018; Lemoyne & Buchanan, 2011; Padilla-Walker & Nelson, 2012; Yılmaz, 2020). Such behaviors can adversely affect children's development by undermining their autonomy and hindering the formation of independent behavioral patterns. As a result, children raised under helicopter parenting may become externally directed, struggle with self-confidence and decision-making, and face difficulties in developing a strong sense of self-efficacy. Research suggests that the transition from adolescence to adulthood is particularly challenging for individuals with helicopter parents, often leading to increased adjustment problems during this developmental stage (Odenweller et al., 2014; Schiffrin et al., 2014).

In the literature, there are differing views regarding the outcomes of helicopter parenting, with evidence suggesting both positive and negative consequences. Some studies argue that helicopter parenting should not be viewed solely in a negative light, as it may also involve supportive behaviors such as maintaining a close friendship with the child, providing guidance, and offering emotional support (Odenweller et al., 2014; Padilla-Walker & Nelson, 2012). However, other research emphasizes its detrimental aspects, noting that excessive parental involvement can strain the parent-child relationship and lead to emotional distancing from the family (LeMoyne & Buchanan, 2011; Schiffrin et al., 2014).

Since high levels of test anxiety negatively impact students' exam performance and study processes, understanding the factors influencing test anxiety among university entrance exam candidates is crucial. Additionally, identifying psychological mechanisms that can alleviate test anxiety is essential. While numerous studies have explored demographic, sociological, and psychological factors related to test anxiety, research focusing on students' competence expectations and fear of negative evaluation within the context of helicopter parenting remains limited. In line with the related literature, this study aims to investigate the relationships among perceived helicopter parental attitude, fear of negative evaluation, competence expectancy, and test anxiety in students preparing for the university entrance exam, as well as to determine the effects of these variables on test anxiety.

Method

Research Model

This study aims to examine the relationships between perceived helicopter parental attitude, fear of negative evaluation, competence expectancy, and test anxiety in students preparing for the university entrance exam, as well as to determine the effects of these variables on test anxiety. To achieve this, the relational survey model was employed, a commonly used approach for identifying positive or negative relationships between two or more variables (Büyüköztürk et al., 2008; Karasar, 2013).



Study Group

The study group consists of 11th grade, 12th grade, and graduated students preparing for university entrance exams in Kocaeli province during the 2023-2024 academic year. Participants were selected through random sampling from the study population. The group included 63.7% (256) female students and 36.3% (146) male students. Regarding grade levels, 16.2% (65) were 11th graders, 71.6% (288) were 12th graders, and 12.2% (49) were graduates. In terms of school type, 2.5% (10) attended Science High School, 68.7% (276) Anatolian High School, 25.1% (101) Imam Hatip High School, 2.5% (10) Vocational and Technical Anatolian High School, and 1.2% (5) other types of high schools.

Data Collection Tools

Socio-Demographic Information Form

A personal information form was used to collect socio-demographic data from the students participating in the study. This form included questions regarding the participants' age, gender, school type, grade level, and place of residence.

Perceived Helicopter Parental Attitude Scale

The Perceived Helicopter Parental Attitude Scale, developed by Yılmaz (2019), was used to measure the extent to which individuals between the ages of 13 and 45 perceive their parents as helicopter parents. The scale is a four-point Likert-type instrument consisting of 21 items and includes separate sections for the mother and father, which are scored independently. The lowest possible score for each parent is 21, and the highest is 84. The scale evaluates perceptions across four dimensions. These sub-dimensions are helicoptering in ethical and moral issues, helicoptering in academic/school life issues, helicoptering in basic trust and life skills, and helicoptering in emotional/personal life. The internal consistency coefficients were .85 for helicopter mother and .83 for helicopter father (Yılmaz, 2019).

Fear of Negative Evaluation Scale - Student Form (FNE-SF)

The Fear of Negative Evaluation Scale-Student Form was developed by İlhan and Güler (2018) to assess the levels of fear of negative evaluation experienced by secondary school students within the context of their school life. According to the results of the Rasch analysis conducted for (FNE-SF), the scale demonstrated high reliability and discriminatory power, the five-point rating system functioned effectively, and the fit statistics were within acceptable limits. The scale is unidimensional and consists of 16 items. Findings from the multifaceted Rasch analysis showed that students' fear of being negatively evaluated by teachers or peers in classroom and school settings varied according to their scores on the Stress Related to Academic Expectations scale. This was considered evidence for the criterion validity of the FNE-SF. In the context of the present study, the Cronbach's alpha internal consistency coefficient of the scale was calculated as .90 (İlhan & Güler, 2018).

Questionnaire for Measuring Self-efficacy Expectation in Youths (SEQ)

The Questionnaire for Measuring Self-Efficacy Expectation in Youths was originally developed by Muris (2001) to assess adolescents' beliefs about their competence. The Turkish adaptation of the scale was carried out by Çelikkaleli et al. (2006). The scale consists of 23 items and is structured as a five-point Likert-type questionnaire. Total scores range from a minimum of 23 to a maximum of 115, with higher scores indicating higher levels of competence expectancy. The scale comprises three subdimensions: academic competence expectancy, social competence expectancy, and emotional competence expectancy. Each subscale yields scores ranging from 8 to 40. A high score on the scale or any of its subscales indicates a strong sense of competence expectancy, while a low score reflects a lower sense of self-efficacy. The internal consistency coefficient for the overall scale was reported as .78, and the internal consistency coefficients for the subscales were .64, .69, and .71, respectively. The test-retest correlation coefficient of the Questionnaire for Measuring Self-efficacy Expectation in Youths, administered with a three-week interval, was calculated as .85, while coefficients for the subscales were .77, .73 and .65, respectively (Çelikkaleli et al., 2006).

Exam Anxiety Inventory

The Exam Anxiety Inventory (EAI) was employed to assess the exam anxiety levels of the students participating in the study. The Turkish validity and reliability study of the scale was conducted by Öner (1989). The scale was introduced following the establishment of equivalence between the original version and the Turkish translation, and subsequent reliability and validity analyses. The test-retest reliability of the Turkish version of the EAI was reported to range between .70 and .90. The inventory is structured as a 4-point Likert-type scale and consists of 20 items. The response options are: (1) almost never, (2) sometimes, (3) often, and (4) almost always. Of the 20 items, 8 belong to the worry subdimension and 12 to the emotionality subdimension. The inventory provides three types of scores: worry score, emotionality score, and total test anxiety score. A higher score on the scale indicates a higher level of test anxiety (Öner, 1990).

Data Collection

For the purposes of this research, ethical committee approval (Decision No: 2023/310) was obtained from Necmettin Erbakan University on 14/07/2023, and research permission was granted by the Kocaeli Provincial Directorate of National Education. Following this, the relevant measurement tools were printed in the form of questionnaires, and data were collected from the study group through face-to-face surveys. Incomplete responses were excluded from the analysis.

Data Analysis

In this study, data were first checked for missing values. Percentage and frequency analyses were conducted to determine the descriptive data of the study group. Cronbach's alpha analysis was employed to assess the internal consistency of the scales. Skewness and kurtosis values were examined to evaluate the normality of the data distribution. Pearson correlation analysis was used to examine the relationships between variables, while linear regression analysis was conducted to determine the effect of the independent variables on the dependent variable. All data analyses were performed using the SPSS 29 statistical software package program.

Ethical Disclosure

Ethics Committee Approval: This research was conducted with the permission obtained by the Necmettin Erbakan University Scientific Research and Publication Ethics Social and Human Sciences Board's decision dated 14/07/2023 and numbered 2023/10.

Findings

Descriptive Findings

When examining the total and subscale mean scores of the students, the helicopter mother attitude mean score was 47.97 ± 10.81 , while the helicopter father attitude mean score was 41.41 ± 9.92 . The competence expectancy mean score was 78.45 ± 12.60 , fear of negative evaluation was 40.63 ± 14.18 , and test anxiety was 41.97 ± 12.37 . The internal consistency coefficients (Cronbach's alpha) of the scales were found to be .85 for helicopter mother attitude, .84 for helicopter father attitude, .83 for competence expectancy, .93 for fear of negative evaluation, and .93 for test anxiety. Skewness and kurtosis values ranged from .21 to -.24 for helicopter mother attitude, .35 to -.20 for helicopter father attitude, .19 to -.06 for competence expectancy, .40 to -.51 for fear of negative evaluation, and .48 to -.32 for test anxiety (see Table 1). These findings indicate that the measurement tools used in the study demonstrated sufficient reliability and that the data followed a normal distribution (Pallant, 2016).

Table 1. Descriptive Findings for Helicopter Parental Attitude, Competence Expectancy, Fear of Negative Evaluation and Test Anxiety Scale (n=402)

Ölçekler	α	Means	Sd.	Skewness	Kurtosis
Helicopter Mother Attitude	.85	47.97	10.81	.21	-.24
Helicopter Father Attitude	.84	41.41	9.92	.35	-.20
Competence Expectancy	.83	78.45	12.60	-.19	-.06
Negative Evaluation	.93	40.63	14.18	.40	-.51
Test Anxiety	.93	41.97	12.37	.48	-.32

Examining the Relationship between Variables

Pearson correlation analysis was conducted to examine the relationships between helicopter parental attitudes, competence expectancy, fear of negative evaluation, and test anxiety among students preparing for the university entrance exam. The results revealed a significant positive correlation between test anxiety and helicopter mother attitude ($r = .22, p < .01$), helicopter father attitude ($r = .14, p < .01$), and fear of negative evaluation ($r = .43, p < .01$). In contrast, a significant negative correlation was found between test anxiety and competence expectancy ($r = -.33, p < .01$). Additionally, competence expectancy was negatively correlated with fear of negative evaluation ($r = -.29, p < .01$), while a strong positive correlation was observed between helicopter mother and father attitudes ($r = .58, p < .01$). However, no statistically significant relationship was found between helicopter parental attitudes and competence expectancy or fear of negative evaluation.

Table 2. The Relationship between Helicopter Parental Attitude, Competence Expectancy, Fear of Negative Evaluation and Test Anxiety

	1	2	3	4	5
1. Helicopter Mother Attitude	-				
2. Helicopter Father Attitude	.58**	-			
3. Competence Expectancy	-.01	.03	-		
4. Fear of Negative Evaluation	.06	.02	-.29**	-	
5. Test Anxiety	.22**	.14**	-.33**	.43**	-

** $p < .01$

The Effect of Predictor Variables on Test Anxiety

A multiple regression analysis was conducted to determine the predictive effects of helicopter parental attitudes, competence expectancy, and fear of negative evaluation on students' test anxiety. In the study, Cook's distance values ($\max = .042, < 1$) and standardized residual values were examined to control outliers (within ± 3), and it was seen that the data set was free from outliers. The homoscedasticity assumption was tested using a scatter plot which showed a random distribution, confirming the equality of variances of the residuals. In addition, the VIF (Variance Inflation Factor) values for all variables were found to be below 10, and the Tolerance values were above .20, indicating that there was no multicollinearity problem in the model.

Table 3. The Effect of Helicopter Parental Attitude, Competence Expectancy and Fear Of Negative Evaluation Scores on Test Anxiety

Predictor Variable	B	S_h	t	β	p
Constant	36.08	4.87	7.40		.00
Helicopter Mother Attitude	.20	.06	3.26	.17	.00
Helicopter Father Attitude	.05	.07	.73	.04	.46
Competence Expectancy	-.23	.04	-5.17	-.23	.00
Negative Evaluation	.30	.04	7.71	.35	.00
R = .52 $R^2 = .27$					
F = 36.22 $p < .01$					

As presented in Table 3, helicopter mother attitude, helicopter father attitude, competence expectancy, and fear of negative evaluation collectively explained 27% of the variance in test anxiety among students preparing for the university entrance exam ($R = .52, R^2 = .27, p < .01$). Among the predictor variables,

helicopter mother attitude ($\beta = .17, t = 3.26, p < .05$), competence expectancy ($\beta = -.23, t = -5.17, p < .05$), and fear of negative evaluation ($\beta = .35, t = 7.71, p < .05$) significantly predicted test anxiety. In contrast, the effect of helicopter father attitude was not statistically significant.

Discussion, Conclusion and Recommendations

As a result of the study, helicopter mother attitude, helicopter father attitude, and fear of negative evaluation were found to be positively associated with test anxiety levels, whereas competence expectancy was negatively associated. It is well established that parental attitudes significantly influence individuals' development, including academics, social interactions, and emotional well-being. Although there is a limited number of studies that directly examine the relationship between helicopter parenting and test anxiety, the broader literature on parental attitudes and student anxiety supports the findings of this research. For instance, Karakartal (2023) found that parenting styles and child-rearing practices had a significant impact on test anxiety. Similarly, Sarıkaya and Gemalmaz (2021), in their study with senior high school students, explained that family structure, parental expectations, and socioeconomic status significantly affected students' test anxiety levels. In contrast to many findings in the literature, Yağcı (2010) found no significant relationship between students' perceived familial social support and their levels of test anxiety. However, the study did find a significant association between perceived social support from teachers and test anxiety, highlighting the potential importance of teacher-student relationships during exam preparation.

When studies on fear of negative evaluation are examined, Hembree (1988) conducted a meta-analysis of 562 research reports on test anxiety and concluded that fear of negative evaluation and inadequate preparation are influential factors contributing to test anxiety. Similarly, Karakoç (2023) identified a positive relationship between test anxiety and fear of negative evaluation in his research. Saylağ (2024) discovered a significant positive relationship between students' fear of negative evaluation and test anxiety in his thesis study. According to a study conducted by Trifoni and Shanini (2011), key factors contributing to test anxiety include exam preparation, fear of negative evaluation, past negative experiences, and time constraints. In light of these findings, it can be stated that when students fear being negatively evaluated, it is expected that they may develop anxiety. Therefore, students who are concerned about others' negative judgments tend to experience elevated levels of test anxiety and display various symptoms associated with it.

It is a natural outcome for individuals to develop negative attitudes and heightened anxiety when their self-efficacy declines, and their sense of self-sufficiency diminish. Therefore, exam anxiety tends to be more prevalent among students who possess low competence beliefs regarding their own potential. In his thesis, Atılğan (2017) identified a significant negative relationship between anxiety and career decision-making competence expectancy among high school students. Likewise, Koyuncu (2015) found a negative relationship between career decision-making competence expectancy and state-trait anxiety. Supporting these findings, Çelikkaleli and Çiçek-Özsoy (2023) demonstrated that university students' academic competence beliefs negatively influenced their levels of test anxiety.

According to the findings of the study, helicopter mother attitude, competence expectancy, and fear of negative evaluation significantly explain test anxiety. On the other hand, helicopter father attitude did not have a statistically significant effect test anxiety. This result may be attributed to the more active role traditionally played by mothers in child-rearing within the context of Turkish family culture, thereby amplifying the impact of maternal attitudes on children. When the related studies in the literature were examined, it was seen that only the strict supervision and control attitude perceived from the mother had a significant effect on the level of test anxiety in the study conducted by Güler and Çakır (2013). In contrast, Ayaz (2024) reported that students' test anxiety levels did not significantly differ based on parental attitudes. Hanimoğlu and İnanç (2010) observed that students' test anxiety scores decreased as their levels of perceived maternal acceptance and positive perfectionism increased, whereas scores increased with higher levels of negative perfectionism. Similarly, Öztürk (2023) emphasized the significant role of perceived parental attitudes in shaping individuals' test anxiety. Schiffrin et al. (2014) also noted that helicopter parenting is associated with various psychological outcomes in children, including elevated anxiety levels.

The findings of the study indicate that competence expectancy significantly predicts test anxiety. It is an anticipated outcome that enhancing students' beliefs in their own capabilities and fostering positive self-expectations will contribute to lower their levels of anxiety. This pattern is consistently supported in the literature examining the relationship between competence expectancy and test anxiety. For instance, Atılğan (2017), in his thesis, revealed a significant negative relationship between anxiety and career decision-making competence expectancy among high school students. Similarly, Koyuncu (2015) reported a negative correlation between career decision competence expectancy and both state and trait anxiety. In line with these findings, Çelikkaleli and Çiçek-Özsoy (2023) demonstrated that university students' academic competence beliefs negatively influenced their levels of test anxiety.

Fear of negative evaluation was also found to significantly predict the level of test anxiety. It is anticipated that students who are concerned about being judged—whether positively or negatively—by others are more likely to experience heightened anxiety, whereas those who are less influenced by others' opinions tend to exhibit lower anxiety levels. This result aligns with a limited but growing body of literature indicating that fear of negative evaluation is a significant contributor to test anxiety. For instance, Hembree (1988), in a meta-analysis of 562 studies on test anxiety, identified fear of negative evaluation and insufficient preparation as major influencing factors. Similarly, Karakoç (2023) reported a positive association between test anxiety and fear of negative evaluation. Supporting this, Saylağ (2024) found a significant and positive relationship between students' fear of negative evaluation and their levels of test anxiety.

This study examined the impact of helicopter parental attitudes, fear of negative evaluation, and competence expectancy on test anxiety among students preparing for the university entrance examination. The findings revealed significant relationships between these psychological and familial factors and students' levels of test anxiety. However, certain limitations should be acknowledged. The data collected are restricted to high school students residing in the province of Kocaeli, and thus the findings may not be generalizable to broader populations. Moreover, the results are confined to the constructs measured by the specific instruments employed in the study. According to the findings and limitations, the following recommendations are offered for future research and practice:

- Future research can be conducted with a larger and more diverse sample, including students from various provinces.
- While this study focused on students preparing for the university entrance examination, similar research could be extended to those preparing for other standardized exams such as LGS (High School Entrance Exam) and KPSS (Public Personnel Selection Examination).
- This study explored the impact of fear of negative evaluation, competence expectancy, and perceived helicopter parenting on test anxiety. Future studies may investigate additional variables that influence test anxiety.
- Intervention programs aimed at reducing students' test anxiety may benefit from incorporating modules related to parental attitudes, fear of negative evaluation, and the development of competence beliefs.
- School counselors and educators can support students in recognizing and managing test anxiety through individual counseling and personalized guidance strategies.
- Educators may consider organizing seminars and other programs for parents. These trainings could include content on the influence of parenting styles and strategies for fostering independence and responsibility in children.

Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerde Sınav Kaygısının Yordayıcıları: Helikopter Ebeveyn Tutumu, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Yetkinlik Beklentisi*

Merve Nur Zorlu¹  Tolga Seki² 

Makale Bilgisi

Özet

Anahtar Kelime

Helikopter ebeveynlik,
Olumsuz değerlendirilme korkusu,
Sınav kaygısı,
Yetkinlik beklentisi

Yükleme: 22.12.2024

Kabul: 14.04.2025

Yayın: 30.06.2025

Araştırma Makalesi

[DOI: 10.17984/adyuebd.1605408](https://doi.org/10.17984/adyuebd.1605408)

Bu araştırmanın amacı, üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav kaygısı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yetkinlik beklentisi ve algılanan helikopter ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiyi ve bu değişkenlerin sınav kaygısına olan etkisini belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda, 2023-2024 eğitim öğretim yılı içinde Kocaeli ilindeki ortaöğretim okullarında 11. sınıf, 12. sınıf ve mezun olup üniversite sınavına hazırlanan öğrenciler araştırmaya dâhil edilmiştir. Çalışma grubu olarak 256 kız, 146 erkek olmak üzere toplam 402 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırmada veri toplamak amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Sınav Kaygısı Envanteri (SKE), Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutumu Ölçeği (AHETÖ), Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ) ve Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (EYBÖ) uygulanmıştır. Ölçekler katılımcılara yüz yüze uygulanmıştır. Verilerin analizi SPSS 29 programı ile gerçekleştirilmiştir. Değişkenler arası ilişkinin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi; olumsuz değerlendirilme korkusu, yetkinlik beklentisi ve algılanan helikopter ebeveyn tutumunun sınav kaygısına etkisinin belirlenmesinde çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmada sınav kaygısı ile helikopter ebeveyn tutumu ve olumsuz değerlendirilme korkusu arasında pozitif yönde anlamlı; sınav kaygısı ile yetkinlik beklentisi arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Regresyon analizi sonucunda algılanan helikopter anne tutumunun, olumsuz değerlendirilme korkusunun ve yetkinlik beklentisinin sınav kaygısının anlamlı yordayıcıları olduğu belirlenmiştir. Algılanan helikopter baba tutumunun sınav kaygısı üzerinde etkisi anlamlı bulunmamıştır. Ayrıca yordayıcı değişkenlerin sınav kaygısına ilişkin varyansın %27'sini açıkladığı belirlenmiştir. Araştırmanın son bölümünde, elde edilen bulgular ışığında sonuçlar tartışılmış ve öneriler sunulmuştur.

Giriş

Öğrenciler için sınavlar ilkokuldan başlayarak birbirini takip eden değerlendirme süreçleri olarak gerçekleşmektedir. İlkokuldan itibaren öğrenciler hayatları boyunca girecekleri en önemli sınav olarak görülen üniversite sınavına yönelik olarak yetiştirilmektedirler (Erdar, 2009). Bireyler, öğrencilik hayatlarının başından sonuna kadar yıllar içinde birçok kez değerlendirme sınavlarına girmektedirler (Akram Rana ve Mahmood, 2010). Türk eğitim sistemi akademik başarıya odaklıdır ve Türkiye'de öğrencilerin iyi bir üniversiteye girmesi eğitim sisteminin en önemli hedeflerinden biri haline gelmiştir (Yıldırım, 2006).

Birçok ergen için üniversite sınavına hazırlanma süreci yorucu ve meşakkatli bir süreç olmakta ve ergenlerde çeşitli psikolojik sıkıntılara sebep olmaktadır (Güler ve Çakır, 2013). Öğrencilerin çoğu ortaokulda ergenlik dönemine girmekle birlikte önemli sorunlar yaşamakta ve bu sorunlar öğrencilerin lise yıllarında ve üniversiteye hazırlık süreçlerinde de akademik, sosyal, duygusal ve kariyer gelişimlerini etkilemektedir

* Bu çalışma, birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında yürütülen yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Yazar¹: Merve Nur Zorlu, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Türkiye, mervezorlu95@gmail.com

Sorumlu yazar²: Tolga Seki, Doçent Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Türkiye, tlg.seki@gmail.com

Zorlu M. N. & Seki T. (2025). Predictors of test anxiety in students preparing for university examination: helicopter parental attitude, fear of negative evaluation and competence expectancy. *Adiyaman University Journal of Educational Sciences*, 15(1), 327-345.

(Karaman vd., 2019). Ergenlerin bu dönemlerinde yaşadıkları değişimlerle başa çıkma, gelişim görevlerini tamamlama, kimlik arama ve oluşturma çabaları ve bunlara ek olarak sınav stresi ve gelecek kaygısı ergenlerin psikolojik sağlamlıkları üzerinde negatif olarak etkiye bulunmaktadır (Erdayı, 2009). Üniversiteye hazırlık süreci ergenlik döneminde olan öğrenciler için yorucu ve rekabet dolu olmakla birlikte bu süreçte öğrenciler pek çok bedel ödeyerek çeşitli sorunlar da yaşamaktadırlar (Ergene ve Yıldırım, 2003). Üniversite sınavı, hem ergenlik dönemine denk gelmesi hem aile baskısının etkisi hem de öğrencilik hayatının en önemli ve zorlayıcı sınavına hazırlanılması sebebiyle öğrencileri birçok yönden etkilemektedir ve bu süreç öğrencilerde sınav kaygısını düzeyini de artırmaktadır (Dursun, 2022).

Sınav kaygısı, daha çok çocuklarda ve ergenlerde görülmekte olup sınavlardan önce ortaya çıkan, beraberinde bazı fiziksel ve psikolojik değişikliklere yol açan ve öğrencinin sınav anındaki performansını düşüren bir durumdur (Yavuz ve Akagündüz, 2004). Sınav kaygısı genel kaygı düzeyi yüksek kişilerde de, daha önce hiç kaygı yaşamamış kişilerde de görülebilir (Bilir, 2019). Sınav kaygısının birçok sebebi olabilir. Başkalarının beklentileri, kişisel beklentiler, sınava yetersiz hazırlanma, sınavla ilgili olumsuz düşünceler, eğitim sistemi, sınavla ilgili faktörler, öğretmen tavırları, ebeveyn tutumları, kişilik yapısı, cinsiyet gibi etmenler sınav kaygısının sebepleri olarak gösterilebilir. Evdeki disiplin, ebeveyn tutumları, otoriter okul yönetimi anlayışı, olumsuz öğretmen eleştirileri, sınıf geçme, cezalar gibi çevresel koşullar da bireylerde sınav kaygısını artıran durumlardır (Öner, 1989). Çocuklukta kaygının oluşmasında cinsiyet, aile, sosyoekonomik durum, kardeş sayısı, akademik başarı düzeyi, anne baba mesleği gibi durumlar (Erözkan, 2011); ergenlikte ise ebeveyn tutumları, okul başarısı, arkadaşlık ilişkileri, sınavlar etkili olabilmektedir (Başol ve Zabun, 2014).

Öğrenciler, sınavlara karşı kaygı ve stres duygusu taşıdığı için karşılığında olumsuz değerlendirilme korkusu yaşayabilirler (Ezer, 2020). Watson ve Friend (1969) olumsuz değerlendirilme korkusunu, bireyin değerlendirilebileceğine yönelik düşüncesinin olması ile birlikte olumsuz değerlendirilme korkusunu yaşayacağı ortamlardan rahatsızlık duyması ve bu korkuyu deneyimleyebileceği ortamlardan uzaklaşması olarak ifade etmektedirler. Sosyal kaygısı olan bireyler, başka insanlar tarafından değerlendirileceğini düşünerek, olumsuz değerlendirilme ve reddedilme kaygısı yaşarlar (Beck ve Emery, 2000). Sosyal kaygı, kaynağını olumsuz değerlendirilme korkusundan alır. Ortaya çıkma yaşı, görülme sıklığı ve şiddeti, bireyler üzerindeki etkisini belirlemede önemlidir. Ergenlik döneminde yaşanan bu korku ve kaygıların, bireylerin psikososyal gelişiminde önemli bir rol oynadığı görülmektedir (Laldinpuui vd., 2024).

Olumsuz değerlendirilme korkusu başlangıçta kişilerin günlük yaşantılarını olumsuz etkileyen bir durum olarak görülse de zaman içerisinde öğrencilerin öğrenme davranışlarını da olumsuz etkileyen, akademik başarılarına engel olan bir bilişsel durum olduğu görülmüştür (Çetin vd., 2010). Olumsuz değerlendirilme korkusunun yoğunluğu ve etkilerine bakıldığında ergenlik dönemi, bireylerin en fazla sosyal kaygı yaşadığı ve olumsuz değerlendirilmelerden kaçındığı dönem olarak görülmektedir (Dilekmen ve Ada, 2005). Sosyal kaygı problemine sahip insanlar kendilerinin sürekli olarak başkaları tarafından değerlendirileceğini düşünerek kaygı yaşarlar (Beck ve Emery, 2000). Okul ortamında öğrencilerin akademik beceri ve bilgilerini sürekli olarak testten geçmesi, değerlendirilmesi, sınıf ortamındaki sözlü performanslar gibi nedenler öğrencilerde olumsuz değerlendirilme korkusunun yüksek olmasının temel sebebidir (Özgüngör, 2006).

Her insanın birçok farklı alanda ve farklı düzeyde farkında olduğu veya olmadığı yeterlilikleri vardır. Buna karşın bireylerin kendi öz yeterliliklerine karşı olan güvenleri merak edilmektedir (Çelikkaleli vd., 2006). Yetkinlik beklentisi kişilerin duygu, düşünce, davranış ve seçimlerini etkileyerek bireylerin hedefleri doğrultusunda harekete geçmesine destek olur (Sert Özkan, 2019). Her insan belli bir görev gerçekleştireceği zaman o alanda yeterli olup olmayacağını düşünür ve eğer kendini yeterli görüyorsa o konuda daha rahat olur; ancak tam tersi kendini yetersiz hissediyorsa kolay uyum sağlayamaz ve başarısız olur. Yetkinlik beklentisi dediğimiz durum tam olarak bu şekilde ifade edilebilir (Zülkadiroğlu vd., 2007). Kişilerin yetkinlik beklentisi seviyesi geçmiş yaşantılarına, çevrelerinde önemli buldukları kişilerin değerlendirmelerine, deneyimlerine göre şekillenmektedir (Sert Özkan, 2019).

Öğrencilerin sınav hazırlık sürecinde kendileriyle ilgili yetkinlik inançlarının düzeyi, kendileriyle ilgili olumsuz değerlendirilme korkuları ve sınav kaygılarının onların sınava hazırlanma süreçleri ve sınav performanslarını etkilediği bilinmektedir. Tüm bunların yanı sıra aile tutumu da bireylerin kişilik gelişimi, ahlak gelişimi, hayata dair değer yargılarının oluşması, sosyal hayata adapte olma, başkalarıyla ilişkilerin iyileşmesi gibi birçok

konuda etkilidir (Özatlı, 2022). Ebeveynler çocuk yetiştirme sürecinde bazen çocuklarına özerklik kazandırmayı amaçlar, bazen ise kendi düşüncelerini dayatma gereği duyarak kısıtlayıcı, zorlayıcı tutumlar sergiler ve dolayısıyla bazen çelişki içinde kalarak farklı davranışların sergilenmesine yol açabilirler (Pekşen Akça, 2012). Ebeveyn tutumları, çocukların davranışlarını şekillendirdiği gibi gelecekteki davranışlarına da yol vererek çocukların topluma uyumu, özerkliğinin gelişmesi, sosyalleşebilmesi, dışa dönük ve sorumluluk sahibi bireyler olabilmesi konusunda etkilidir (Pekşen Akça, 2012). Çocuk yetiştirme sürecinde ebeveynler çeşitli tutumlar sergileyebilirler. Aşırı koruyucu tutum sergileyen, demokratik tutum sergileyen, aşırı hoşgörülü tutum sergileyen, aşırı baskıcı tutum sergileyen ebeveynler olduğu gibi alan yazına son yıllarda girmiş helikopter ebeveyn tutumu sergileyen ebeveynler de vardır.

Helikopter ebeveynlik, çocuğunun hayatına aşırı düzeyde dâhil olmaya çalışan, çocuğunun özerkliğini desteklemekten kaçınan, aşırı koruyucu, aşırı müdahaleci, aşırı ilgili ebeveynlik tarzıdır (Lemoyne ve Buchanan, 2011; Schiffrin vd., 2014). Helikopter ebeveynlik tutumları ile ilgili genel anlamda ebeveynlerin aşırı koruyucu tavırları, çocuklarının hayatlarına gereğinden fazla müdahil olmaları, çocuklarının karşılaştıkları problemleri onlar adına çözmeye çalışmaları, çocuklarının akademik ve sosyal hayatları konusunda çok fazla söz hakkına sahip olma gibi durumlardan bahsedilmektedir (Kwon vd., 2016; Lee ve Kang, 2018; Lemoyne ve Buchanan, 2011; Padilla-Walker ve Nelson, 2012; Yılmaz, 2020). Ebeveynlerin sergilemiş oldukları bu tutum büyüyüp gelişmekte olan çocuklarının özerkliğini olumsuz etkileyecek, bağımsız davranış kazanmalarını engelleyecektir. Böylelikle dışa bağlı, dışarıdan gelen talepler doğrultusunda hareket eden, öz güven, karar verme ve öz yeterlik sorunlarıyla karşı karşıya kalmış bir hâle dönüşecektir. Alan yazınındaki bazı araştırmalarda ergenlik döneminin bitişi ve yetişkinlik döneminin başlangıcı olan bu sürecin helikopter ebeveynlere sahip kişilerde diğerlerine nazaran daha zor geçtiği ve bu tutumun kişilerde birçok uyum problemlerine sebep olduğunu belirtilmiştir (Odenweller vd., 2014; Schiffrin vd., 2014).

Alan yazınında helikopter ebeveyn tutumunun sonuçlarının olumlu da olumsuz da olduğuyla ilgili görüşler mevcuttur. Bazı araştırmalarda helikopter ebeveyn tutumunun sadece olumsuz taraflarının görülmemesi gerektiği, çocukla arkadaş olma, yol gösterme, destek olma gibi olumlu etkileri de olduğu belirtilmiştir (Odenweller vd., 2014; Padilla-Walker ve Nelson, 2012). Fakat bunun yanı sıra helikopter ebeveyn tutumunun daha çok aile ile çocuk arasındaki ilişkiyi olumsuz etkilediği, çocuğun kendini ailesinden uzaklaştırmasına yol açtığı bilinmektedir (LeMoyne ve Buchanan, 2011; Schiffrin vd., 2014).

Sınav kaygısının yüksek olması öğrencilerin sınav performanslarını ve ders çalışma süreçlerini olumsuz yönde etkileyeceği için üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav kaygısını etkileyen unsurların iyi bilinmesi, bunun yanında sınav kaygısını azaltmada etkili olan psikolojik mekanizmaların belirlenmesi önem arz etmektedir. Bu kapsamda literatürde yer alan çalışmalarda sınav kaygısı ilişkili demografik, sosyolojik ve psikolojik unsurların ele alındığı birçok çalışma yapıldığı görülmektedir. Buna karşılık helikopter ebeveynlere sahip olan öğrencilerin, yetkinlik beklentilerini ve olumsuz değerlendirilme korkularını ele alan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. İlgili literatür doğrultusunda bu araştırmada üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde algılanan helikopter ebeveyn tutumu, olumsuz değerlendirilme korkusu, yetkinlik beklentisi ve sınav kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bu değişkenlerin sınav kaygısına olan etkisinin belirlenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmanın amacı, üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde algılanan helikopter ebeveyn tutumu, olumsuz değerlendirilme korkusu, yetkinlik beklentisi ve sınav kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bu değişkenlerin sınav kaygısına olan etkisinin belirlenmesidir. Bu amaçla iki ya da daha fazla değişken arasındaki pozitif veya negatif yönlü ilişkilerin tespitinde sıklıkla kullanılan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Büyüköztürk vd., 2008; Karasar, 2013).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu 2023-2024 eğitim ve öğretim yılında Kocaeli ilinde 11. sınıf, 12. sınıf veya mezun durumda olup üniversite sınavlarına hazırlanan öğrencilerden oluşmaktadır. Çalışma grubu çalışma evreni

içinden rastgele örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Çalışma grubunun %63.7'si (256) kız, %36,3'ü (146) erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Öğrencilerin %16.2'si (65) 11. sınıf, %71.6'sı (288) 12.sınıf ve %12.2'si (49) mezun durumdadır. Öğrencilerin %2.5'i (10) Fen Lisesi, %68.7'si (276) Anadolu Lisesi, %25.1'i (101) İmam Hatip Lisesi, %2.5'i (10) Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve %1.2'si (5) diğer liselerde öğrenim görmektedir.

Veri Toplama Araçları

Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyo-demografik bilgilerini saptamak amacıyla kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Kişisel bilgi formunda yaş, cinsiyet, okul türü, sınıf düzeyi, yaşadığı yer gibi bilgiler yer almaktadır.

Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutum Ölçeği

Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutum Ölçeği, Yılmaz (2019) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 13-45 yaş arasındaki bireylerin kendi ebeveynlerini ne derece helikopter ebeveyn olarak algıladıklarını ölçmektedir. Ölçek, dördümlük likert tipinde olup toplam 21 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte hem annenin hem de babanın ayrı ayrı puanlanacağı iki bölüm mevcuttur ve bu iki bölümün puanları da ayrı ayrı değerlendirilmektedir. Anne veya babanın her bir bölümden alabileceği en düşük puan 21, en yüksek puan ise 84'tür. Ölçek 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar etik ve ahlaki konularda helikopterlik, akademik / okul yaşamı konularında helikopterlik, temel güven ve yaşam becerileri konusunda helikopterlik ve duygusal / kişisel yaşam alanında helikopterlik olarak sıralanmaktadır İç tutarlık katsayıları helikopter anne için .85 ve helikopter baba için .83 şeklinde elde edilmiştir (Yılmaz, 2019).

Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-Öğrenci Formu

Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Öğrenci Formu, İlhan ve Güler (2018) tarafından ortaöğretime devam etmekte olan öğrencilerin okul yaşamlarındaki olumsuz değerlendirilme korku düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. ODKÖ-ÖF'ye ilişkin yapılan Rasch analizi sonuçlarına göre form maddelerinin yüksek güvenilirlikte ayırt edildiği, ölçekteki beşli değerlendirmenin aktif şekilde çalıştığı, uyum istatistiklerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu görülmüştür. Ölçek 16 maddeden oluşmaktadır ve tek boyutludur. Çok yüzeyli Rasch analizine göre, öğrencilerin sınıf ve okul ortamında öğretmenleri ya da arkadaşları tarafından olumsuz değerlendirileceklerine ilişkin yaşadıkları korkunun akademik beklentilere ilişkin stres puanlarına göre farklılaştığı bulunmuş ve bu bulgu ODKÖ-ÖF'nin ölçüt geçerliğine yönelik bir kanıt olarak değerlendirilmiştir. Bu araştırma kapsamında ölçeğe ait Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .90 olarak bulunmuştur (İlhan ve Güler, 2018).

Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği

Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği Muris (2001) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçekle ergen bireylerin yetkinlik inancı düzeyleri ölçülmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Çelikkaleli vd. (2006), tarafından yapılmıştır. Ölçek 23 maddeden oluşmaktadır ve ölçek 5'li likert tipindedir. Ölçekten alınabilecek toplam puanlar en düşük 23, en yüksek 115 aralığındadır. Ölçek akademik yetkinlik beklentisi, sosyal yetkinlik beklentisi ve duygusal yetkinlik beklentisi olmak üzere üç boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin her bir alt ölçeğinden alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan 40'tır. Ölçekten alınan yüksek puan, bireyin yetkinlik beklentisi düzeyinin yüksek olduğuna, düşük puan ise yetkinlik beklentisi düzeyinin düşük olduğuna işaret etmektedir. Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği'nin güvenilirlik çalışmaları doğrultusunda iç tutarlılık katsayısı .78; alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .64, .69, .71 olarak bulunmuştur. Üç hafta aralıkla uygulanan EYBÖ'nün test tekrar test korelasyon katsayısı .85 olarak hesaplanırken; alt ölçekler için test tekrar test korelasyon katsayıları sırasıyla .77, .73 ve .65'tir (Çelikkaleli vd., 2006).

Sınav Kaygısı Envanteri

Araştırmaya katılan öğrencilerin sınav kaygılarına yönelik bulguların belirlenmesinde Sınav Kaygısı Envanteri (SKE) kullanılmıştır. Bu dökümün Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Öner (1989) tarafından yapılmıştır. Ölçek ilk olarak Türkçe çevirinin eş değeri, sonra güvenilirlik ve geçerlik çalışmalarını kapsayan araştırmaların ardından kullanıma sunulmuştur. Sınav Kaygısı Envanteri'nin Türkçe formunun test tekrar test güvenilirliğinin

.70 ile .90 arasında değiştiği rapor edilmiştir. Envanter, 4'lü Likert türünde bir yapıya sahip olup toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Sorulara verilen yanıtlar (1) hemen hiçbir zaman, (2) bazen, (3) sık sık, (4) hemen her zaman olarak belirlenmiştir. Envanterde bulunan yirmi maddenin 8'i kuruntu alt boyutuna, 12'si ise duyuşsallık alt boyutuna aittir. Envanter ile kuruntu puanı, duyuşsallık puanı ve toplam sınav kaygısı olmak üzere üç puan türü elde edilmektedir. Ölçekten elde edilebilecek yüksek puan bireyde yüksek sınav kaygısını göstermektedir (Öner, 1990).

Verilerin Toplanması

Araştırma için öncelikle Necmettin Erbakan Üniversitesinden 14/07/2023 tarihinde etik kurul onayı (Karar No: 2023/310) ve Kocaeli İl Millî Eğitim Müdürlüğünden araştırma izni alınmıştır. Ardından ilgili ölçme araçları formlar halinde basılmış ve veriler çalışma grubundan yüz yüze survey yöntemi ile toplanmıştır. Eksik veriler değerlendirmeye alınmamıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada ilk olarak eksik veriler kontrol edilmiştir. Çalışma grubuna ait tanımlayıcı verilerin belirlenmesinde yüzde ve frekans analizi, ölçekleri iç tutarlılıklarının hesaplanmasında Cronbach Alpha analizi, verilerin normallik değerlerinin hesaplanmasında çarpıklık ve basıklık analizi yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi ve bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin belirlenmesinde doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 29 paket programı kullanılmıştır.

Etik Bildirim

Etik Kurul İzin Bilgisi: Bu araştırma, Necmettin Erbakan Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Sosyal ve Beşeri Bilimler kurulunun 14/07/2023 tarihli 2023/310 sayılı kararı ile alınan izinle yürütülmüştür.

Bulgular

Tanımlayıcı Bulgular

Öğrencilerin ölçek toplam ve alt boyut puan ortalamaları incelendiğinde helikopter anne tutumu için 47.97 ± 10.81 , helikopter baba tutumu için 41.41 ± 9.92 , yetkinlik beklentisi için 78.45 ± 12.60 , olumsuz değerlendirilme için 40.63 ± 14.18 , sınav kaygısı için 41.97 ± 12.37 bulunmuştur. Ölçek puanlarına ait iç tutarlılık bulguları incelendiğinde helikopter anne tutumu için .85, helikopter baba tutumu için .84, yetkinlik beklentisi için .83, olumsuz değerlendirilme korkusu için .93, sınav kaygısı için .93 bulunmuştur. Çarpıklık ve basıklık değerleri helikopter anne tutumu için .21 ile -.24; helikopter baba tutumu için .35 ile -.20; yetkinlik beklentisi için -.19 ile -.06; olumsuz değerlendirilme için .40 ile -.51; sınav kaygısı için .48 ile -.32 bulunmuştur (Tablo 1). Araştırma verilerine göre ölçme araçlarının güvenilirlik düzeyinin yeterli olduğu ve normal dağılım gösterdiği bulunmuştur (Pallant, 2016).

Tablo 1. Helikopter Ebeveyn Tutumu, Yetkinlik Beklentisi, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Sınav Kaygısı Ölçeğine Ait Tanımlayıcı Bulgular (n=402)

Ölçekler	α	Ort.	Ss.	Çarpıklık	Basıklık
Helikopter Anne Tutumu	.85	47.97	10.81	.21	-.24
Helikopter Baba Tutumu	.84	41.41	9.92	.35	-.20
Yetkinlik Beklentisi	.83	78.45	12.60	-.19	-.06
Olumsuz Değerlendirilme	.93	40.63	14.18	.40	-.51
Sınav Kaygısı	.93	41.97	12.37	.48	-.32

Değişkenler Arası İlişkinin İncelenmesi

Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin helikopter ebeveyn tutumu, yetkinlik beklentisi, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sınav kaygısı arasındaki ilişkin belirlenmesi için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Araştırmada öğrencilerin sınav kaygısı ile helikopter anne tutumu ($r=.22$, $p<.01$), helikopter baba tutumu ($r=.14$, $p<.01$) ve olumsuz değerlendirilme korkusu ($r=.43$, $p<.01$) arasında pozitif; sınav kaygısı ile yetkinlik beklentisi ($r=-.33$, $p<.01$) arasında negatif yönlü istatistiki olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Araştırmada ayrıca yetkinlik beklentisi ile olumsuz değerlendirilme korkusu ($r = -.29, p < .01$) arasında negatif; helikopter anne tutumu ile helikopter baba tutumu ($r = .58, p < .01$) arasında pozitif yönlü istatistiki olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Araştırmada helikopter ebeveyn tutumları ile yetkinlik beklentisi ve olumsuz değerlendirilme korkusu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Tablo 2. Helikopter Ebeveyn Tutumu, Yetkinlik Beklentisi, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Sınav Kaygısı Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5
1. Helikopter Anne Tutumu	-				
2. Helikopter Baba Tutumu	.58**	-			
3. Yetkinlik Beklentisi	-.01	.03	-		
4. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	.06	.02	-.29**	-	
5. Sınav Kaygısı	.22**	.14**	-.33**	.43**	-

** $p < .01$

Yordayıcı Değişkenlerin Sınav Kaygısı Üzerindeki Etkisi

Helikopter ebeveyn tutumu, yetkinlik beklentisi, olumsuz değerlendirilme korkusu puanlarının sınav kaygısı üzerindeki etkisinin belirlenmesi için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmada uç değerleri kontrol etmek amacı ile Cook's uzaklık değerleri ($\max = .042, < 1$) ve standardize edilmiş artık değerler incelenmiş (± 3 aralığında) ve veri setinin uç değerlerden arınık olduğu görülmüştür. Artık değerlerin (residuals) varyanslarının eşitliği saçılım grafiği ile incelenmiş ve random dağılım gösterdiği görülmüştür. Ayrıca değişkenlere ait VIF değerlerinin 10 dan küçük Tolerance değerlerinin .02 den büyük olduğu görülmüş olup çoklu bağlantı sorunu bulunmamıştır.

Tablo 3. Helikopter Ebeveyn Tutumu, Yetkinlik Beklentisi ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Puanlarının Sınav Kaygısı Üzerindeki Etkisi

Yordayıcı Değişken	B	S_h	t	β	p
Sabit	36.08	4.87	7.40		.00
Helikopter Anne Tutumu	.20	.06	3.26	.17	.00
Helikopter Baba Tutumu	.05	.07	.73	.04	.46
Yetkinlik Beklentisi	-.23	.04	-5.17	-.23	.00
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	.30	.04	7.71	.35	.00
R= .52	$R^2 = .27$				
F= 36.22	$p < .01$				

Tablo 3' de görüldüğü üzere helikopter anne tutumu, helikopter baba tutumu, yetkinlik beklentisi ve olumsuz değerlendirilme korkusu sınav kaygısına ilişkin varyansın %27'sini açıklamaktadır ($R = .52, p < .01$). Helikopter anne tutumu ($\beta = .17, t = 3.26$), yetkinlik beklentisi ($\beta = -.23, t = 5.17$), olumsuz değerlendirilme korkusu ($\beta = .35, t = 7.71$) sınav kaygısını anlamlı şekilde açıklamaktadır ($p < .05$). Helikopter baba tutumuna ait etki değerleri anlamlı bulunmamıştır.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırma sonucunda sınav kaygı düzeyi ile helikopter anne tutumu, helikopter baba tutumu ve olumsuz değerlendirilme korkusu pozitif, yetkinlik beklentisi negatif ilişkili bulunmuştur. Ebeveyn tutumlarının bireylere akademik, sosyal, duygusal olarak her alanda etkisi olduğu bilinmektedir. Literatürde doğrudan helikopter ebeveyn tutumu ve sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen çok sınırlı araştırma olsa da ebeveyn tutumlarının öğrencilerin sınav kaygısına olan etkisini inceleyen araştırmalardan da faydalanılmıştır. İlgili literatür bu araştırmadan elde edilen bulguları destekler niteliktedir. Karakartal (2023), çalışmasında sınav kaygısı üzerinde ebeveyn tutumlarının ve çocuk yetiştirme biçimlerinin anlamlı bir etkisi olduğunu belirtmiştir. Sarıkaya ve Gemalmaz (2021), lise son sınıf öğrencileriyle yaptığı çalışmada aile yapısının, ailenin çocukta beklentilerinin, aile gelir durumunun da öğrencilerinin sınav kaygı düzeylerine anlamlı etkisi olduğunu açıklamıştır. Birçok araştırma bulgusundan farklı olarak Yağcı (2010), sınava hazırlanan öğrencilerin sınav kaygı düzeyleri ile

ailelerinden algıladıkları sosyal destekleri arasında bir ilişki olmadığını, buna karşın öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek ile sınav kaygı düzeyleri arasında anlamlı ilişki olduğunu bulgulamıştır.

Olumsuz değerlendirilme korkusu konulu çalışmalar incelendiğinde Hembree (1988), sınav kaygısı ile ilgili olarak 562 araştırma raporunun meta analiz çalışmasını yapmıştır ve araştırma sonucunda sınav kaygısında olumsuz değerlendirilme korkusunun ve yetersiz çalışmanın etkili olduğunu belirtmiştir. Karakoç (2023), araştırmasında benzer olarak sınav kaygısı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasında pozitif yönde bir ilişki saptamıştır. Saylağ (2024) tez çalışmasında öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korkusu ile sınav kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki keşfetmiştir. Trifoni ve Shanini (2011) tarafından yapılan araştırmaya göre sınav kaygısına neden olan faktörler; sınava hazırlık, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumsuz deneyimler, zaman sıkıntısı gibi faktörlerdir. Tüm bu sonuçlar çerçevesinde öğrencilerin olumsuz değerlendirilmekten korktukları durumlarda kaygı geliştirmeleri beklenen bir durum olduğundan, başkalarının olumsuz değerlendirilmelerinden çekinen öğrencilerin sınav kaygı düzeylerinin de yükseldiği ve çeşitli belirtiler gösterdiği söylenebilir.

Bireylerin kendilerine karşı olumlu inançları düştükçe, öz yeterliliklerini kaybettikçe olumsuz tutum ve kaygı geliştirmeleri doğal bir sonuçtur. Dolayısıyla kendi potansiyeline dair yetkinlik inancı düşük olan öğrencilerde sınav kaygısı görülmektedir. Atılğan (2017) tez çalışmasında lise öğrencilerinde kaygı ile kariyer kararı yetkinlik beklentisi arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki ortaya koymuştur. Benzer şekilde Koyuncu (2015) da araştırmasında yaptığı analizler sonucunda kariyer kararı yetkinlik beklentisi ile durumluk ve sürekli kaygı arasında negatif yönde bir ilişki tespit etmiştir. Çelikkaleli ve Çiçek-Özsoy (2023) çalışmalarında üniversite öğrencilerinin akademik yetkinlik inancının sınav kaygısına negatif bir etkisinin bulunduğunu saptamıştır.

Araştırma bulgularına göre helikopter anne tutumu, yetkinlik beklentisi ve olumsuz değerlendirilme korkusu sınav kaygısını anlamlı şekilde açıklamaktadır. Buna karşın helikopter baba tutumunun sınav kaygısına ait anlamlı bir etkisi bulunmamıştır. Bu sonucun Türk aile kültürü ve çocuk yetiştirme sürecinde annenin daha etkin rol oynaması dolayısıyla annenin sergilediği tutumun çocuk üzerindeki etkisinin daha büyük olduğu şeklinde açıklanabilir. Literatürde ilgili araştırmalar incelendiğinde Güler ve Çakır (2013) tarafından yapılan araştırmada sadece anneden algılanan sıkı denetim ve kontrol tutumunun sınav kaygı düzeyine anlamlı düzeyde bir etkisi olduğu görülmüştür. Ayaz (2024) tarafından yapılan araştırmada öğrencilerin sınav kaygısı düzeylerinin anne baba tutumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Hanımoğlu ve İnanç (2010), çalışmasında, öğrencilerin olumlu mükemmeliyetçilik ve anneden algıladıkları kabul düzeyleri arttıkça sınav kaygısı puanlarının düştüğü, olumsuz mükemmeliyetçilik puanları arttıkça sınav kaygısı puanlarının yükseldiği görülmüştür. Öztürk (2023) bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumlarının sınav kaygısına anlamlı düzeyde etki ettiğini belirtmiştir. Schiffin ve ark.'nın (2014) çalışmasında da benzer olarak helikopter ebeveyn tutumlarının çocukların kaygı düzeyleri de dâhil olmak üzere pek çok psikolojik durumuyla ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Araştırma sonucuna göre yetkinlik beklentisi sınav kaygısını anlamlı şekilde açıklamaktadır. Öğrencilerin kendilerine karşı olan yeterlik inançlarının artmasının, kendileriyle ilgili beklentilerinin olumlu yönde yüksek olmasının, onların yaşadıkları kaygı düzeylerini azaltacağı öngörülen bir olgudur. Literatürdeki yetkinlik beklentisi ile sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda da benzer sonuçlar görmekteyiz. Atılğan (2017) tez çalışmasında lise öğrencilerinde kaygı ile kariyer kararı yetkinlik beklentisi arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki ortaya koymuştur. Benzer şekilde Koyuncu (2015) araştırmasında yaptığı analizler sonucunda kariyer kararı yetkinlik beklentisi ile durumluk ve sürekli kaygı arasında negatif yönde bir ilişki tespit etmiştir. Çelikkaleli ve Çiçek-Özsoy (2023) çalışmasında üniversite öğrencilerinin akademik yetkinlik inancının sınav kaygısına negatif bir etkisinin bulunduğunu saptamıştır.

Araştırma sonucunda olumsuz değerlendirilme korkusunun sınav kaygı düzeyini yordadığı saptanmıştır. Öğrencilerin başka insanlar tarafından olumlu veya olumsuz olarak değerlendirilme düşüncesi taşımasının kaygıyı artıracağı ancak başkalarının ne düşündüğünü önemsemeyen bireylerde kaygının da aynı şekilde az olacağı tahmin edilen bir durumdur. Alan yazınında da benzer şekilde olumsuz değerlendirilme korkusunun sınav kaygısını pozitif yönde etkilediğine dair benzer sonuçlar kısıtlı da olsa mevcuttur. Hembree (1988), sınav kaygısı ile ilgili olarak 562 araştırma raporunun meta analiz çalışmasını yapmıştır ve araştırma sonucunda sınav kaygısında olumsuz değerlendirilme korkusunun ve yetersiz çalışmanın etkili olduğunu belirtmiştir.



Karakoç (2023) araştırmasında benzer olarak sınav kaygısı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasında pozitif yönde bir ilişki saptamıştır. Saylağ (2024), çalışmasında öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korkusu ile sınav kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki keşfetmiştir.

Bu çalışmada üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde helikopter ebeveyn tutumları, olumsuz değerlendirilme korkusu ve yetkinlik beklentisinin sınav kaygısına olan etkisini ortaya koymuştur. İlk olarak araştırma verileri Kocaeli ilinde öğrenim görmekte olan öğrenciler ile sınırlıdır. Ayrıca araştırmanın verileri ölçme araçlarının ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır. Araştırma bulguları ve sınırlılıklarından hareketle araştırmacılara ve uygulayıcılara yönelik öneriler şunlardır:

- Araştırma konusu farklı ildeki öğrencileri kapsayan daha geniş bir örneklemede yapılabilir.
- Bu çalışmada üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerle çalışılmıştır. Benzer araştırmalar LGS'ye, KPSS'ye hazırlanan öğrencilerle de gerçekleştirilebilir.
- Bu çalışmada üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav kaygısını etkileyen olumsuz değerlendirilme korkusu yetkinlik beklentisi ve algılanan helikopter ebeveynlik kavramları incelenmiştir. Gelecekteki çalışmalarda daha farklı değişkenler ile benzer konular araştırılabilir.
- Öğrencilerin sınav kaygısını önleme programlarına ebeveyn tutumu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve yetkinlik beklentisine ilişkin modüller eklenebilir.
- Eğitimciler, bireysel danışmanlık ve rehberlik sunarak öğrencilerin kişisel kaygılarını tanımlarına ve yönetmelerine yardımcı olabilir.
- Eğitimciler, öğrencilerin ailelerine yönelik eğitim semineri ve danışmanlık hizmetine ağırlık verebilir. Bu eğitimlerde ebeveyn tutumlarının etkileri, çocuklarda bağımsızlık ve sorumluluk duygusu gelişimi konularına ilişkin modüller eklenebilir.

References

- Akram Rana, R. ve Mahmood, N. (2010). The relationship between test anxiety and academic achievement. *Bulletin of Education and Research*, 32(2), 63 – 74. <https://ssrn.com/abstract=2362291>
- Atılğan, S. (2017). *Career decision competence expectancy of prediction of anxiety and stress in high school students* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Selçuk University.
- Ayaz, T. (2024). *Examining the relationship between test anxiety, cognitive distortions and psychological resilience of 12th grade high school students* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan University.
- Başol, G., & Zabun, E. (2014). The predictors of success in Turkish high school placement exams: Exam prep courses, perfectionism, parental attitudes and test anxiety. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14(1), 63-87 <https://doi.org/10.12738/estp.2014.1.1980>
- Beck, A., & Emery, C. (2000). *Ansiedad*. Editorial Trillas.
- Bilir, A. (2019). *Relationship between parental attitudes and test anxiety in students to take the university entrance examination: The case of Adana* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Çağ University.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi
- Çelikkaleli, Ö., Gündoğdu, M., & Kiran Esen, B. (2006). Questionnaire for Measuring Self-Efficacy in Youths: Validity and reliability study of Turkish Form. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, 25, 62-72. <http://www.ejer.com.tr/tr/index.php?>
- Çelikkaleli, Ö. & Çiçek Özsoy, G. (2023). The moderation role of cognitive self-regulation skills in the effect of academic efficacy belief on test anxiety in university students. *Hatay Mustafa Kemal University Journal of Social Sciences Institute*, 20(52), 243-264. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/3526305>
- Çetin, B., Doğan, T., & Sapmaz, F. (2010). The Turkish adaptation of Brief Fear of Negative Evaluation Scale: The validity and reliability study. *Education and Science*, 35(156), 205-2016. <http://eb.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/539>
- Dilekmen, M., & Ada, Ş. (2005). Öğrenmede güdülenme. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11, 113-123. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/31422>
- Dursun, M. (2022). *Examination of examination of exam anxiety and related factors in high school last students* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Çağ University.
- Erdayı, G. S. (2009). *Willingness level of psychological help seeking of adolescents who are studying for university entrance exam* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi University.
- Ergene, T., & Yıldırım, İ. (2003). Social support, submissive acts, and test anxiety as predictors of academic achievement among high school students. *Hacettepe University Journal of Education*, 25, 224-234. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/87880>
- Erözkan, A. (2011). University student's test anxiety and coping behaviours. *Journal of Social Sciences and Humanities Researches*, 1(12), 13-38. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/217122>
- Ezer, S. I. (2020). *Shyness and fear of negative evaluation as predictors of assertiveness* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Middle East Technical University.
- Güler, D., & Çakır, G. (2013). Examining predictors of test anxiety levels among 12th grade high school students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(39), 82-94. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/200098>
- Hanımoğlu, E., & İnanç, B. Y. (2011). The analysis of the relation among test anxiety, perfectionism and the attitudes of parents of the secondary students who will pass placement test (SBS). *Çukurova University Social Sciences Institute Journal*, 20(1), 351-366. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/50670>

- Hembree, R. (1988). Correlates, causes, effects, and treatment of test anxiety. *Review of Educational Research*, 58(1), 47-77. <https://doi.org/10.3102/00346543058001047>
- İlhan, M., & Güler, N. (2018). The use of rasch model in likert types scales: An application on the fear of negative evaluation scale-student form (FNE-SF). *Trakya Journal of Education*, 8(4), 756-775. <https://doi.org/10.24315/trkefd.357367>
- Karakartal, D. (2023). A review on the role of parent attitudes in exam anxiety. *International Anatolian Journal of Social Sciences*, 7(2), 421-431. <https://doi.org/10.47525/ulasbid.1266249>
- Karakoç, B. (2023). *Investigation of the relationship between exam anxiety, fear of negative evaluation and need for social approval in high school students* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim University.
- Karaman, M. A., Karadaş, C. ve Vela J. C. (2019). Development of Perceived School Counselor Support Scale: Based on the ASCA mindsets and behaviors. *International Journal of Assessment Tools in Education. Department of Educational Sciences*, 6(2), 202-217. <https://doi.org/10.21449/ijate.561584>
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma modelleri* (25. Baskı). Nobel Yayıncılık.
- Koyuncu, A. (2015). *Anxiety and well-being as the predictors of career decision – making self-efficacy* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Mevlana University.
- Kwon, K. A., Yoo, G., & Bingham, G. E. (2016). Helicopter parenting in emerging adulthood: Support or barrier for Korean college students' psychological adjustment? *Journal of Child and Family Studies*, 25, 136-145. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0195-6>
- Lee, J., & Kang, S. (2018). Perceived helicopter parenting and Korean emerging adults' psychological adjustment: The mediational role of parent-child affection and pressure from parental career expectations. *Journal of Child and Family Studies*, 27(11), 3672-3686. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1193-2>
- Laldinpuii, B., Bhattacharjee, R., Dutta, R., & Bordoloi, S. (2024). Impact of social anxiety on the life style of students. *Journal for ReAttach Therapy and Developmental Diversities*, 7(6), 22-27. <https://doi.org/10.53555/jrtdd.v7i6.2882>
- LeMoyne, T., & Buchanan, T. (2011). Does "hovering" matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399-418. <https://doi.org/10.1080/02732173.2011.574038>
- Muris, P. (2001) A Brief Questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23 (3), 145-149. <https://doi.org/10.1023/A:1010961119608>
- Odenweller, K. G., Booth-Butterfield, M., & Weber, K. (2014). Investigating helicopter parenting, family environments, and relational outcomes for millennials. *Communication Studies*, 65(4), 407-425. <https://doi.org/10.1080/10510974.2013.811434>
- Öner, N. (1989). *Sınav kaygısı envanteri el kitabı*. Yüksek Öğretimde Rehberliği Tanıtma ve Rehber Yetiştirme Vakfı Yayınları.
- Öner, N. (1990). *Sınav kaygısı envanteri el kitabı*. Yöret Yayınları.
- Özatlı, İ. (2022). *Examining the relationship between university students' perceived helicopter parenting attitudes and general self-efficacy levels: the case of Kırklareli University* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Kırklareli University.
- Özgüngör, S. (2006). Öz bilinç, olumsuz değerlendirilme korkusu, performans odaklı sınıf algısı ve not yönelimi. *Pamukkale University Journal of Education*, 19(19), 85-92. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/114746>

- Öztürk, F. (2023). *The relationship between the mother styles in the process of individualization emerging adult sisters and the fear of negative evaluation and the decision making styles* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe University.
- Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (2012). Black hawk down?: Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms of parental control during emerging adulthood. *Journal of adolescence*, 35(5), 1177-1190. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.03.007>
- Pallant, J. (2016). *SPSS kullanma klavuzu-SPSS ile adım adım veri analizi*. Anı Yayıncılık.
- Pekşen-Akça, R. (2012). The parents and being over-protective in raising child. *Academic Sight International Refereed Online Journal*, 29, 1-13. <https://www.ajindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423868021.pdf>
- Sarıkaya, S., & Gemalmaz, A. (2021). Factors related to exam anxiety. *Jour Turk Fam Phy*, 12(2), 99-107. <https://doi.org/10.15511/tjtfp.21.00297>
- Saylağ, P. (2024). *Predictive effect of fear of negative evaluation, self-perception and parents' attitudes on test anxiety* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Antalya Bilim University.
- Schiffrin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of child and family studies*, 23, 548-557. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>
- Sert Özkan, E. (2019). *The role of self-efficacy beliefs, self-regulation, social comparison and cognitive flexibility in predicting the burnout of high school students* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Eskişehir Anadolu University.
- Trifoni, A., & Shahini, M. (2011). How does exam anxiety affect the performance of university students. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 2(2), 93-100. <https://doi.org/10.36941/mjss>
- Watson, D. ve R. Friend. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(4): 448-457. <https://doi.org/10.1037/h0027806>
- Yağcı, M. V. (2010). *Relationship between the social support the students who prepare for the university entrance exam have got and text anxiety* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi University.
- Yavuz, Ç. ve Akagündüz, N. (2004). *Çocuk olmak*. Ümraniye Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü Yayınları.
- Yılmaz, H. (2019). A good parentis not always the parent who does everything, every time for his/her child: A Study to Develop Helicopter Parent Attitude/s Scale (HPAS). *Journal of Early Childhood Studies*, 3(1), 3-31. <https://doi.org/10.24130/eccd-jecs.1967201931114>
- Yılmaz, H. (2020). Helicopter parenting tendency and demographics of helicopter parents in Turkey. *Journal of Social Policy Studies*, 20(46), 133-160. <https://doi.org/10.21560/spcd.v20i54504.540233>
- Zülkadiroğlu, Z. F., Budak, D. B., & Kozanoğlu, E. (2007). The importance of self-efficacy in sports and physical activity. *Spormetre Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 5(1), 9-15. <https://doi.org/10.1501/Sporm 0000000125>