

LİSE SON SINIF ÖĞRENCİLERİNDE DURUMLUK VE SÜREKLİ ANKSİYETE DÜZEYİNİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER*
State and Trait Anxiety Levels of the Last Class High School Students

**Osman GÜNAY¹, Ümit Niyazi ÖNCEL², Üzeyir ERDOĞAN², Erhan GÜNERİ²,
Meltem TENDOĞAN², Arzu UĞUR², Osman Umur BAŞARAN²**

Özet : Bu araştırma, lise son sınıf öğrencilerinin durumluk ve sürekli anksiyete düzeylerini ve çeşitli faktörlerin anksiyete düzeylerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırma 2006 yılı Güz yarıyılında, Kayseri il merkezinde yapıldı. İl merkezindeki liselerden rasgele seçilen iki lisenin son sınıflarında okuyan öğrencilerden 342'si araştırma kapsamına alındı. Öğrencilere demografik, psikososyal ve okulla ilgili 27 sorudan oluşan bir anket formu ile "Durumluk ve Sürekli Anksiyete Ölçekleri" uygulandı. İstatistiksel analiz için Student t testi ve tek yönlü ANOVA testi kullanıldı. Araştırma grubunda durumluk anksiyete puanı ortalaması 42.7±12.0, sürekli anksiyete puanı ortalaması ise 43.9±9.0 olarak bulundu. Durumluk anksiyete puanı, Anadolu lisesi öğrencilerinde kız lise öğrencilerinden daha yüksek bulundu. Kız öğrencilerin hem durumluk hem de sürekli anksiyete puanları daha yüksek bulundu. Kendi sağlık durumunun kötü olduğunu düşünen, aile bireyleri ve arkadaşları ile ilişkileri iyi olmayan, kendi geleceği ve ülke geleceği konusunda umutsuz olan öğrencilerin anksiyete düzeyleri daha yüksek bulundu.

Sonuç olarak; öğrencilerin, kendi sağlıkları ile ilgili algılamalarının, aile bireyleri ve arkadaşları ile ilişkilerinin ve gelecekle ilgili beklentilerinin anksiyete düzeylerini etkileyebileceği düşünüldü.

Anahtar Kelimeler : Öğrenci, lise, anksiyete

Summary : This investigation was performed in order to determine the state and trait anxiety levels of the students who attend the last classes of the high schools and the effects of some factors on anxiety levels.

The study was performed in the provincial centre of Kayseri in 2006. Two high schools were chosen randomly. Totally 342 students were included in the study. A questionnaire of 27 questions about demographic, psychosocial and educational characteristics of the students and the State and Trait Anxiety Inventory (STAI) was applied. Unpaired t test and one way ANOVA test were used for statistical analysis. Mean state and trait anxiety scores in the study group were 42.7±12.0 and 43.9±9.0 respectively. State anxiety scores of the students in Anatolian high school were found higher than the normal high school. Both the state and trait anxiety levels of female students were higher than the males. Anxiety levels of the students who rated their health condition as poor, whose relations with their family members and the friends were not good and those who were hopeless about the future were found higher the other students.

As a result; it was suggested that the perceptions of the students about their health status, relations with their family members and with the friends and the expectations about the future may affect anxiety levels of the students.

Key words : Student, high school, anxiety

¹ Prof.Dr. Erciyes Ün.Tıp Fak. Halk Sağlığı AD, Kayseri

² Öğrenci. Erciyes Ün.Tıp Fak.Dönem II Öğrencileri, Kayseri

Geliş Tarihi : 08.03.2008 Kabul Tarihi : 15.07.2008

Bu çalışma, 11.Ulusal Halk Sağlığı Kongresi'nde bildiri olarak sunulmuştur.

20 ile 80 arasında değişebilen puanlar elde edilmekte, yüksek puanlar yüksek anksiyete düzeylerini göstermektedir. Ölçeğin Türkçe versiyonu, orijinali ile benzer özelliklere sahip olup, geçerlik ve güvenilirliği Öner ve LeCompte (6) tarafından araştırılmıştır.

Öğrencilerin, sağlık durumları, ailesi ile ilişkisi, arkadaşları ile ilişkisi ve okulu hakkındaki düşünceleri değerlendirilirken, “iyi” ve “çok iyi” seçenekleri birleştirilerek “iyi” şeklinde, “kötü” ve “çok kötü” seçenekleri birleştirilerek “kötü”, şeklinde değerlendirildi. Öğrencilerin kendi geleceklere ve ülke geleceği hakkındaki düşünceleri değerlendirilirken, “umutlu” ve “çok umutlu” seçenekleri birleştirilerek “umutlu” şeklinde, “umutsuz” ve “çok umutsuz” seçenekleri birleştirilerek “umutsuz” şeklinde değerlendirildi.

Durumluk ve sürekli anksiyete ölçekleri değerlendirilerek, öğrencilerin durumluk ve sürekli anksiyete puanları hesaplandı.

Verilerin istatistiksel analizinde; Pearson Ki Kare testi, Student t testi ve tek yönlü ANOVA testi, post ANOVA test olarak Scheffe testi kullanıldı. $P < 0.05$ değerleri anlamlı kabul edildi. Aritmetik ortalama değerleri standart sapmaları ile birlikte gösterildi.

BULGULAR

Araştırma grubundaki öğrencilerin %58.2’si erkek olup, yaş ortalaması 17 ± 0.7 bulunmuştur. Öğrencilerin %40 kadarının annesinin öğrenim düzeyi ortaokul ve üzerindedir. Bu oran öğrencilerin babaları için %60 dolayındadır. Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin çeşitli sosyo-demografik özellikleri Tablo I’de gösterilmiştir.

Araştırma grubunda, çeşitli sosyal, demografik ve psikolojik faktörler ve durumluk ve sürekli anksiyete puanları Tablo II ve III’te; okul ve öğrenimle ilgili faktörler ve durumluk ve sürekli anksiyete puanları ise Tablo IV ve V’te gösterilmiştir.

Tablo I. Araştırma grubundaki öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri (n = 342)

Özellikler	Gruplar	Sayı	%
Yaş (Aritmetik Ortalama \pm S _D)		17.0 \pm 0.7	
Cinsiyet	Erkek	199	58.2
	Kız	143	41.8
Babasının öğrenimi	İlkokul ve altı	131	38.3
	Ortaokul ve üzeri	211	61.7
Annesinin öğrenimi	İlkokul ve altı	204	59.6
	Ortaokul ve üzeri	138	40.4
Okul türü	Düz lise	193	56.4
	Anadolu lisesi	149	43.6
Okuduğu alan	Fen	162	47.4
	Sosyal	116	33.9
	Türkçe – Matematik	64	18.7

Tablo II. Araştırma grubundaki öğrencilerin çeşitli sosyo-demografik ve psikolojik özelliklerine göre grupları ve grupların durumluk anksiyete puanları

Özellikler	Gruplar	n	Durumluk Anksiyete Puanı ($\bar{X} \pm SD$)	P
Cinsiyet	Erkek	199	41.3 ± 11.3	<0.05
	Kız	143	44.8 ± 12.5	
Baba öğrenimi	İlkokul ve altı	131	41.2 ± 12.5	<0.05
	Ortaokul ve üzeri	211	43.8 ± 11.5	
Anne öğrenimi	İlkokul ve altı	204	42.9 ± 12.2	>0.05
	Ortaokul ve üzeri	138	43.0 ± 11.8	
Evde kendi odası	Var	266	43.1 ± 12.3	>0.05
	Yok	76	41.6 ± 10.8	
Ders çalışma imkanı	İyi	252	42.8 ± 12.6	>0.05
	Orta	84	42.7 ± 9.9	
	Kötü	6	40.5 ± 13.8	
Sağlık durumu ile ilgili düşüncesi	İyi	289	41.8 ± 11.7*	<0.01
	Orta	48	47.2 ± 12.0*	
	Kötü	5	53.4 ± 14.9*	
Aile ilişkisi	İyi	299	41.7 ± 11.8*	<0.001
	Orta	36	50.5 ± 9.5	
	Kötü	7	46.4 ± 16.9	
Arkadaş ilişkisi	İyi	302	41.6 ± 11.4*	<0.001
	Orta	34	49.6 ± 12.0*	
	Kötü	6	61.0 ± 14.3*	
Kendi geleceği ile ilgili düşüncesi	Umutlu	277	41.0 ± 10.9*	<0.001
	Kararsız	57	47.8 ± 12.6*	
	Umutsuz	8	64.6 ± 13.1*	
Ülke geleceği ile ilgili düşüncesi	Umutlu	115	38.6 ± 10.2*	<0.001
	Kararsız	126	43.8 ± 11.9	
	Umutsuz	101	46.2 ± 12.6	

*: Diğer gruplardan farklı ($P < 0.05$)

Tablo III. Araştırma grubundaki öğrencilerin çeşitli sosyodemografik ve psikolojik özelliklerine göre rupları ve grupların sürekli anksiyete puanları

Özellikler	Gruplar	n	Sürekli Anksiyete Puanı (X ± SD)	P
Cinsiyet	Erkek	199	42.5 ± 8.3	<0.01
	Kız	143	45.8 ± 9.6	
Baba öğrenimi	İlkokul ve altı	131	44.0 ± 10.1	>0.05
	Ortaokul ve üzeri	211	43.0 ± 8.3	
Anne öğrenimi	İlkokul ve altı	204	44.2 ± 9.6	>0.05
	Ortaokul ve üzeri	138	43.4 ± 8.2	
Evde kendi odası	Var	266	43.9 ± 9.1	>0.05
	Yok	76	43.7 ± 8.6	
Ders çalışma imkanı	İyi	252	43.3 ± 9.3	>0.05
	Orta	84	45.2 ± 7.8	
	Kötü	6	50.8 ± 10.2	
Aile ilişkisi	İyi	299	42.9 ± 11.8*	<0.001
	Orta	36	51.3 ± 9.5	
	Kötü	7	48.6 ± 16.9	
Arkadaş ilişkisi	İyi	302	43.0 ± 8.7*	<0.001
	Orta	34	49.0 ± 7.2*	
	Kötü	6	58.7 ± 12.3*	
Sağlık durumu ile ilgili düşüncesi	İyi	289	42.7 ± 8.5*	<0.001
	Orta	48	49.9 ± 8.9*	
	Kötü	5	53.2 ± 12.2*	
Kendi geleceği ile ilgili düşüncesi	Umutlu	277	42.4 ± 8.2*	<0.001
	Kararsız	57	49.4 ± 9.0*	
	Umutsuz	8	56.3 ± 9.8*	
Ülke geleceği ile ilgili düşüncesi	Umutlu	115	41.3 ± 8.6	<0.001
	Kararsız	126	43.3 ± 7.9	
	Umutsuz	101	47.6 ± 9.6*	

*: Diğer gruplardan farklı (P < 0.05)

Tablo II ve III'te görüldüğü gibi, kız öğrencilerin durumluk ve sürekli anksiyete düzeyleri erkek öğrencilerden önemli ölçüde yüksek bulunmuştur. Ailesi ve arkadaşları ile ilişkisi iyi olmayan, genel sağlık durumu kötü olan, kendisi ve ülkesinin geleceği konusunda umutsuz olan öğrencilerde de durumluk ve sürekli anksiyete düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Babasının öğrenim düzeyi ortaokul ve üzerinde olan öğrencilerde, sadece durumluk anksiyete puanı, babasının öğrenim düzeyi ilkökul ve altında olanlardan daha yüksek bulunurken, annenin öğrenim düzeyi, öğrencinin kendine ait odasının bulunması ve ders çalışma olanaklarının, durumluk ve sürekli anksiyete puanlarına etkisi önemli bulunmamıştır.

Tablo IV ve V'te görüldüğü gibi, anadolu lisesi öğrencilerinin durumluk anksiyete puanları ortalaması düz lise öğrencilerinden daha yüksektir. Üniversite hazırlık kurslarına devam eden öğrencilerde de durumluk anksiyete puanları kursa gitmeyen öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur. Okul başarısı iyi olan ve okulu hakkında olumlu düşünceleri olan öğrencilerde ise sürekli anksiyete puanları daha düşük bulunmuştur. Öte yandan, üniversite sınavında istediği yeri kazanamayacağını düşünen öğrencilerin hem durumluk hem de sürekli anksiyete puanları daha yüksektir.

Tablo IV. Araştırma grubundaki öğrencilerin okul ve öğrenimle ilgili özelliklerine göre grupları ve grupların durumluk anksiyete puanları

Özellikler	Gruplar	n	Durumluk Anksiyete Puanı (X ± SD)	P
Okuduğu okul	Düz lise	193	40.4 ± 11.5	<0.05
	Anadolu Lisesi	149	45.9 ± 11.8	
Okuduğu alan	Fen	162	44.4 ± 12.6	>0.05
	Sosyal	116	41.2 ± 10.8	
	Türkçe–Matematik	64	41.3 ± 12.0	
Okul başarısı	İyi	115	41.7 ± 11.4	>0.05
	Orta	195	43.2 ± 12.3	
	Kötü	32	43.9 ± 11.8	
Okulu hakkındaki düşüncesi	İyi	186	41.8 ± 11.7	>0.05
	Orta	122	44.1 ± 12.2	
	Kötü	34	43.0 ± 12.3	
İstediği yeri kazanabilme düşüncesi	Kazanır	146	39.2 ± 10.2*	<0.001
	Şüpheli	175	47.8 ± 12.2	
	Kazanamaz	21	51.1 ± 14.2	
Dershaneye gitme	Gidiyor	191	44.8 ± 12.2	<0.001
	Gitmiyor	151	40.2 ± 11.2	

*: Diğer gruplardan farklı (P < 0.05)

Tablo V. Araştırma grubundaki öğrencilerin okul ve öğrenimle ilgili özelliklerine göre grupları ve grupların sürekli anksiyete puanları

Özellikler	Gruplar	n	Sürekli Anksiyete Puanı (X ± SD)	P
Okuduğu okul	Düz lise	193	43.7 ± 9.7	>0.05
	Anadolu Lisesi	149	44.1 ± 8.0	
Okuduğu alan	Fen	162	43.5 ± 8.8	>0.05
	Sosyal	116	45.3 ± 8.7	
	Türkçe-Matematik	64	42.4 ± 9.6	
Okul başarısı	İyi	115	42.2 ± 9.3*	<0.05
	Orta	195	44.7 ± 8.7	
	Kötü	32	45.2 ± 9.2	
Okulu hakkındaki düşüncesi	İyi	186	42.6 ± 9.3*	<0.05
	Orta	122	45.2 ± 8.5	
	Kötü	34	45.9 ± 8.4	
İsteddiği yeri kazanabilme düşüncesi	Kazanır	146	40.4 ± 7.9*	<0.001
	Şüpheli	175	45.9 ± 9.0*	
	Kazanamaz	21	51.2 ± 7.0*	
Dershaneye gitme	Gidiyor	191	43.9 ± 8.9	>0.05
	Gitmiyor	151	43.8 ± 9.1	

*: Diğer gruplardan farklı (P < 0.05)

TARTIŞMA

Araştırma grubunda durumluk ve sürekli anksiyete puanları ortalamaları sırasıyla, 42.7±12.0 ve 43.9±9.0 olarak bulunmuş olup, Türkiye’de lise öğrencileri üzerinde yapılan çeşitli araştırmalarda (7 – 9) belirlenen durumluk ve sürekli anksiyete puanları ile benzer düzeyde bulunmuştur. Bulgularımız, bu araştırmaların sonuçlarına göre sunulan bilgiler ışığında değerlendirildiğinde, araştırmaya alınan lise öğrencilerinin durumluk ve sürekli anksiyete puanlarının orta düzeyde olduğu söylenebilir.

Öğrencilerin çeşitli sosyodemografik ve psikolojik özelliklerinin durumluk ve sürekli anksiyete puanlarına etkisi Tablo II ve III’te gösterilmiştir. Tablolarda görüldüğü gibi, kız öğrencilerin hem durumluk hem de sürekli anksiyete puanları erkek öğrencilerden önemli ölçüde yüksek bulunmuştur. Kızlarda anksiyete düzeylerinin genel olarak erkeklerden daha yüksek olduğu bilinmekte ve bu durum kızların daha duygusal bir yapıya sahip olmalarına bağlanmaktadır. Öğrenciler üzerinde yapılan birçok araştırmada kız öğrencilerde anksiyete ve depresyon düzeyleri erkeklerden daha yüksek bulunmuştur (3,4,8,10-13). Kızların daha duygusal bir yapıya sahip olmalarının yanı

sıra, aile içerisinde ve toplumda kız öğrenciler üzerinde daha fazla baskı olmasının kız öğrencilerin anksiyete düzeylerinin daha yüksek olmasına neden olabileceği düşünülmüştür.

Yine Tablo II ve III'te görüldüğü gibi, ailesi ve arkadaşları ile ilişkileri iyi olmayan öğrencilerin durumluk ve sürekli anksiyete puanları ailesi ve arkadaşları ile ilişkileri daha iyi olan öğrencilerden yüksektir. Sosyal ilişkilerdeki olumsuzluklarla anksiyete düzeyleri arasında paralellik bulunması beklenen bir durumdur. Ancak, bu ilişkide hangi faktörün bağımsız, hangisinin bağımlı değişken olduğunu belirlemek güçtür. Aile bireyleri ve arkadaşları ile iyi ilişkileri olan öğrenciler, aile bireylerinden ve arkadaşlarından sosyal ve psikolojik destek alarak, karşılaşılabilecekleri kimi sorunları daha kolay çözebilirler. Bu psikososyal destekten yoksun olan öğrencilerin karşılaştıkları günlük sorunlar, anksiyete düzeylerinin artmasına yol açabilir. Bu nedenle, öğrencilerin aile bireyleri ve arkadaşları ile ilişkileri anksiyete düzeyini etkileyebilir. Öte yandan, anksiyete düzeyinin yüksek olması, kişilerin aile bireyleri ve arkadaşları ile iyi ilişkiler kurmasını engelleyebilir. Böylece, yüksek anksiyete düzeyi ve olumsuz sosyal ilişkiler arasında bir kısır döngü oluşabilir.

Benzer şekilde, kendi geleceği ve ülke geleceği hakkında umutsuz olduğunu ifade eden öğrencilerin durumluk ve sürekli anksiyete puanları, bu konularda umutlu olan öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur. Gelecekle ilgili belirsizliklerin ve olumsuz beklentilerin anksiyete düzeyini etkilemesi beklenen bir durumdur. Mardin'de lise son sınıf öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada, anksiyete puanı yüksek olan öğrencilerde gelecekte umutsuzluk daha sık bulunmuştur (8). Ancak burada da, gelecekle ilgili beklentiler ve anksiyete düzeyi arasında karşılıklı etkileşimden söz etmek mümkündür. Öğrencilerin sosyoekonomik durumları, okul başarıları vb faktörlerin etkisiyle, kendi geleceği ve ülke geleceği konusunda umutsuz olmaları, onların anksiyete düzeyini yükseltebilir. Öte yandan, anksiyete düzeyi yüksek olan öğrenciler kendileri ve çevreleriyle ilgili durumları daha olumsuz algılayıp, kendi geleceği ve ülke geleceği konusunda daha umutsuz olabilirler.

Tablo IV ve V'te görüldüğü gibi, üniversite sınavında istediği yeri kazanamayacağını düşünen öğrencilerde hem durumluk hem de sürekli anksiyete düzeyleri istediği yeri kazanabileceğini düşünen öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur. Ancak öğrencilerin düşünceleri, gerçek başarı düzeylerini değil, algıladıkları başarı düzeyi ile beklentileri arasındaki farkı yansıtmaktadır. Nitekim, Anadolu lisesinde okuyan ve üniversite hazırlık kursuna devam eden öğrencilerin durumluk ve sürekli anksiyete düzeyleri diğer öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur. Anadolu lisesi öğrencilerinin genel başarı düzeyinin düz lise öğrencilerinden daha yüksek olduğu bilinmektedir. Ancak, bu öğrencilerin anksiyete düzeylerinin yüksek olmasının; kendi başarıları, üniversite sınavı ve gelecekle ilgili beklentilerinin daha yüksek olmasına bağlı olduğu düşünülmüştür. Bu verilere dayanarak, öğrencilerin gerçek sorunlarının yanında; kendileri, aileleri, okulları ve ülke ile ilgili algılamalarının ve mevcut durum ile beklentileri arasındaki farkların, anksiyete düzeyini etkileyen en önemli faktörler olduğu söylenebilir.

Sonuç olarak, lise son sınıfta okuyan öğrencilerin durumluk ve sürekli anksiyete puanları orta düzeydedir. Kız öğrencilerin anksiyete düzeyleri erkek öğrencilerden daha yüksektir. Anadolu lisesinde okuyan ve dershaneye giden, üniversite ile ilgili beklentileri daha yüksek olan öğrencilerde özellikle durumluk anksiyete düzeyi daha yüksektir. Bulgular değerlendirildiğinde; öğrencilerin, kendi sağlıkları ile ilgili algılamalarının, aile bireyleri ve arkadaşları ile ilişkilerinin, kendi geleceği ve ülke geleceği ile ilgili beklentilerinin anksiyete düzeylerini etkilediği sonucuna varılmıştır.

Teşekkür

Bu çalışmanın yapılmasına izin verdikleri için, Kayseri Valiliğine ve Kayseri İli Milli Eğitim Müdürlüğüne; verilerin toplanmasına yardımcı oldukları için Nuh Mehmet Baldöktü Anadolu Lisesinin ve Cumhuriyet Lisesinin yöneticilerine teşekkür ederiz.

KAYNAKLAR

1. Işık E. *Nevrozlar*. Kent Matbaası, Ankara 1996; ss 31–45.
2. Öztürk MO. *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. 3. baskı. Evrim Basım–Yayım–Dağıtım, İstanbul 1990; ss 38–41.
3. Ergene T, Yıldırım İ. Üniversite adaylarının depresyon düzeyleri. *Psikiyatri Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi* 2004; 12 (2): 91–100.
4. Soylu Ö. Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Ailelerinden Sosyal Destek Algılayıp-Algılamama Durumlarına Göre Psikolojik Belirtiler Yönünden Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2002.
5. Spielberger CD, Gorsuch RL, Lushene RE. *Manual for the State–Trait Anxiety Inventory (self-evaluation questionnaire)*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press 1970.
6. Öner N, Lecompte A. *Durumluk – Sürekli Anksiyete Envanteri El Kitabı*. 1. baskı. Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul 1983.
7. Bilge A, Pektaş İ. Öğrencilerin sosyo-kültürel özellikleri, durumluk/sürekli anksiyete düzeyleri ve başa çıkma becerilerinin incelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi* 2004; 20 (1): 47–55.
8. Ceylan A, Özen Ş, Palancı Y, Saka G, Aydın YE, Kıvrak Y, Tangolar Ö. Lise son sınıflarda anksiyete-depresyon düzeyleri ve zararlı alışkanlıklar: Mardin çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 2003; 4(3): 144–150
9. Karagözoğlu C, Masten WG, Baloğlu M. Evidence for differentiating between anxiety and depression in Turkish college students. *Social Behavior and Personality*. 2005, 33(6). 579–586
10. Hocaoglu Ç, Tanrıöver Kandil S, Bilici M. Çıkraklık eğitim merkezi öğrencileri ile orta öğrenim öğrencilerinin ruhsal durumları üzerine karşılaştırmalı bir çalışma. *İbni Sina Tıp Dergisi* 2001; 6: 161–169.
11. Öner Ö, Öncü B, Sağdıyu G, Canat S. Dikkatsizlik yakınmasıyla başvuran ergenlerin aldıkları tanılar. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* 2002; 9(3): 167–171. .
12. Uyanık Balat G, Akman B, Lise öğrencilerinin psikolojik durumlarının sosyodemografik özelliklerine göre incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* 2006;13 (1): 3–12.
13. Jones AY, Dean E, Lo SK, *Interrelationships between anxiety, lifestyle self – reports and fitness in a sample of Hong Kong University students*. *Stres* 2002; 5(1): 65 – 71.