

YKS Öğrencilerinin Koronavirüs (COVID-19) Korkusu, Sınav Kaygısı ve Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi Edirne Örneği*

Besime Betül BİLGİÇ¹

Özlem ŞENER²

ÖZ

Bu araştırmanın amacı YKS öğrencilerinin Koronavirüs (Covid-19) korkusu, sınav kaygısı ve başa çıkma tutumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın örneklemini 100 kadın öğrenci, 100 erkek öğrenci olarak toplam 200 katılımcıdan oluşmaktadır. Bu araştırma ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada Demografik Bilgi Formu, Covid-19 Korkusu Ölçeği, Sınav Kaygısı Ölçeği (SKÖ), Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği (BÇTÖ) kullanılmıştır. Koronavirüs korkusu puanları arttıkça başa çıkma tutumları alt faktörü olan kendine ceza, sakınma-kaçınma, BÇTÖ toplam ve sınav kaygısı puanları da artmaktadır. Başa çıkma tutumları alt faktörü olan kendine ceza puanları arttıkça sınav kaygısı puanları da artmaktadır. Cinsiyet değişkeni ele alındığında, kadın YKS öğrencilerinin başa çıkma tutumları ile ilgili sakınma-kaçınma puan ortalamaları, erkek YKS öğrencilerinin başa çıkma tutumları ile ilgili sakınma-kaçınma puan ortalamalarından yüksek olduğu saptanmıştır. Uzaktan eğitim sistemine alışabildiğini belirten öğrencilerin başa çıkma tutumları alt faktörü olan uyum sağlama puan ortalamaları daha yüksektir. Uzaktan eğitim sistemine alışamadığını belirten öğrencilerin ise sınav kaygısı puan ortalaması daha yüksek bulunmuştur

Anahtar Kelimeler: *Başa çıkma tutumu, COVID-19, COVID-19 korkusu, kaygı, sınav kaygısı.*

^{1*} Bu çalışma Dr. Öğr. Üyesi Özlem ŞENER danışmanlığında, birinci yazar Besime Betül BİLGİÇ' in "YKS Öğrencilerinin Koronavirüs (Covid-19) Korkusu, Sınav Kaygısı ve Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi" adlı yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, besimebilgic@stu.aydin.edu.tr, ORCID: 0000-0003-0295-8944.

² Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, ozlemsener@aydin.edu.tr, ORCID: 0000-0002-0081-7374.

Doi:10.17932/IAU.EFD.2015.013/efd_v08i2002

Examination of YKS Student’s Fear of COVID-19, Exam Anxiety, and Coping Attitudes Edirne Example

Abstract

The research aims to analyze the relationship between YKS students’ fear of Covid-19, exam anxiety and their coping mechanisms. The participants in this study are 200 students; 100 female and 100 male. The data is gathered through online surveys with Google Forms. In this research, Demographic Information Survey, Coronavirus Fear Scale, Exam Anxiety Scale, and Coping Strategies Evaluation Scale have been used. As long as the fear of coronavirus increases, the scores of subscale of coping attitudes such as self punishment, avoidance, BÇTÖ sum and exam anxiety increase too. When the score of one of the subscale of coping attitudes that is self punishment increases, it causes increase on exam anxiety scores. When the gender variety is considered, the average avoidance scores of coping attitudes of female YKS students are significantly higher than the average avoidance scores of coping attitudes of male YKS students. Students who claim that they are used to distance education have higher scores on adaptation, which is a subscale of coping attitudes.. It is also found out that the average exam anxiety scores of the students who claimed that they didn’t get used to distance education are higher. The result of the research clearly revealed that the fear of covid, test anxiety and coping attitudes of YKS students are significantly related to each other.

Keywords: *Anxiety, COVID, fear of COVID, coping strategies, exam anxiety.*

GİRİŞ

Covid-19 virüsü, 31 Aralık 2019 tarihinde Çin’in Hubei eyaletinin Wuhan kentinde ortaya çıkmıştır. Türkiye 11 Mart 2020 tarihinde ilk Covid-19 virüsü vakasını bildirmektedir (Who, 2020). Salgının hızlı yayılım göstermesi farklı önlemleri beraberinde getirmiştir. Fakat alınan birçok önleme rağmen salgının yayılım hızı engellenememekte ve sokağa çıkma yasağına karar verildiği belirtilmektedir. Covid-19 salgını insanların hayatlarını her yönüyle etkilemektedir. Yaşam döngüsünün değişimine neden olan bu süreçte en çok etkilenen alanların başında ise eğitim ve öğretimin geldiği vurgulanmaktadır (Gür, 2020). Günlük hayatı değiştiren, motivasyonların

zayıflamasına neden olan salgın dönemi; öğrenciler için öğrenme kaybı, okulu bırakma oranlarının artması gibi sorunlara yol açmaktadır (Arslan ve ark., 2021; Taş, 2021; Khoirudin ve ark., 2021). Üstün ve Özçiftçi (2020)' ye göre Covid-19 salgınının genç bireyler arasında görülmesi, en önemlisi de gençlerin taşıyıcı olarak ifade edildiği için sosyal izolasyon içinde bulunmalarının gerekmesi gençlerde kaygıyı tetiklemektedir. Huber ve Helm (2020)' e göre salgın döneminde okullarda yüz yüze eğitime ara verilip uzaktan eğitime geçilmesi hem öğretmenler hem de öğrenciler açısından kaygıya neden olmuş ve bu duruma uyum sürecinde birtakım sorunlar ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin akran etkileşiminin engellenmesi, uzaktan eğitim sürecine geçilmesi, sosyal ortamlarının kısıtlanması gibi birçok etken öğrencileri zorlu bir sürece dâhil etmiştir (SETA, 2021). Öğrencilerin uzaktan eğitime mecbur kaldığı bu süreçte durum ile nasıl başa çıkılacağı konusunda yetersiz kalınması kaygı uyandırmaktadır (Boztepe, 2016).

Üniversiteler için sürdürülen Yükseköğretim Kurumları Sınavı (YKS), Türkiye'de ÖSYM tarafından 2017-2018 eğitim öğretim yılından itibaren uygulanmakta ve ortaöğretimden yükseköğretime geçiş sınavı sistemi olarak bilinmektedir. Tüm eğitim kademelerinde yaşanan kaygı, üniversite hazırlık aşamasında olan YKS öğrencilerini de kapsamaktadır. Bu araştırmada YKS öğrencilerinin Covid-19 korkusu düzeyi, sınav kaygı düzeyi ve başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi hedeflenmiştir. Covid-19 virüsünün günlük işlevsellik düzeylerini olumsuz yönde etkilemesi nedeniyle, YKS öğrencilerinin Covid-19 korku düzeyleri, sınav kaygı düzeyleri ve başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi ve Covid-19 virüsünün öğrencilerin bakış açısından anlaşılması amaçlanmıştır. Alanyazın incelendiğinde sınav kaygısının öğrencinin akademik performansını etkilemesini konu alan çalışmalarda, sınav kaygı düzeyi yüksek olan öğrencilerde sınavı başa çıkamayacakları bir durum olarak algıladıkları ifade edilmektedir. Akademik performansın cinsiyete göre ele alındığı çalışmalarda ise kız öğrencilerin sınav kaygı düzeyinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğunu konu alan birçok araştırma bulunmaktadır (Eraslan, 2010; Erten Başpınar, 2020).

Öğrencilerin odaklanma problemi yaşamaları, sınavlar üzerindeki beklentiler ve deneme sınavlarında düşük performans göstermeleri durumunda sınavlarda başarısız oldukları görülmektedir. Bu durumda iken sınava yerince odaklanamadıkları için yeterli düzeyde çalışma performansı gös-

teremedikleri belirtilmektedir (Cassady, 2004; Genç, 2013; Kayapınar, 2006). Sınav kaygısı, öğrenciler için ortak bir sorun olmakla birlikte en belirgin kaygı kaynaklarından biri olduğu da vurgulanmaktadır (Furr vd., 2001). Bu zor süreçte üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin Covid-19 salgını olmasa dahi düzey belirleme sınavlarına hazırlanmaları onlar için kaygı içeren bir durumdur. Covid-19 döneminde yaşanan korkunun öğrencilerin yaşadığı sınav kaygısı ve başa çıkma tutumları üzerinde etkisi olduğunu ifade eden çalışmalar mevcuttur (Çölgeçen, 2020; Timisi ve İşözen, 2021). Bu durum karşısında birtakım önlemler alınarak sosyal mesafe kuralı uygulanmaya başlanmış ve okullarda bulaş riskini önlemek adına yüz yüze eğitime ara verilmesi üzerine birçok öğrencinin bu karardan etkilenmesi ve eğitimlerinin aksamaması için uzaktan eğitime geçildiği belirtilmektedir (Öztek, 2020; Durak, Çankaya ve İzmirli, 2020). Bu dönemde eğitimde ortaya çıkan bilgi akışının ketlenmesi ve öğrencilerin değişen koşullara uyum sağlama konusunda çeşitli zorluklar yaşamalarına yol açması gibi durumlarla en iyi şekilde başa çıkılması zorunlu hale gelmiştir. Bu durum sınav kaygısı yüksek olan YKS öğrencileri için daha da önemli olmaktadır. Türkiye’de üniversiteye kabul edilmek için uygulanan merkezi sınavlar Ölçme Seçme ve Yerleştirme Merkezi (ÖSYM) tarafından yapılarak merkezi sınav sistemi ile belirlenmektedir (ÖSYM, 2020). Ülkemizde eğitim ve öğretim sınav merkezli öğrenme sistemini baz aldığı için öğrenciler ilkökul ile üniversite arasında geçen süre boyunca kaygılı ve yıpratıcı bir süreçten geçtiklerini belirterek (Çiçek, 2018; Akt. Yıldırım, 2008), hazırlanmış oldukları sınavlardan önce zihinsel olarak sınava yükledikleri anlamlar hedeflerinden sapmalarına ve kaygıya neden olabilmektedir.

Folkman ve Lazarus (1985)’ a göre bireysel özellikler dikkate alındığında bireylerin yaşadığı kaygı durumu ile başa çıkma yöntemi olarak; problem çözme, sosyal destek arayışı, durumdan kaçınma ya da savaşıma, sorumluluğu kabullenip kendisine yönelme gibi yöntemler kullanılmaktadır. Sınav kaygısıyla başa çıkma kavramı; kişide kaygıyı uyandıran durumu engelleyebilmesi ve mevcut kaynaklarını kullanarak olumsuz düşüncelerin üstesinden gelerek olumlu düşünceler ile hayatına devam edebilmesi durumu olarak ifade edilmektedir (Gerrig ve Zimbardo 2014; Lazarus, 1984). Herhangi bir durum ile karşılaşıldığında kaygının baş edilemeyecek kadar yoğun bir duygu olduğu inancı gelişebilmektedir. Kaygı, karşılaşılan durumun başa çıkma becerimizden daha baskın olduğu düşüncesi ile ortaya çıkmaktadır. Birey kaygı uyandıran durumla karşılaştığı zaman başa çıkma becerisine güvenmemesi yoğun kaygı oluşmasına neden olmaktadır

(Greenberger ve Padesky, 2021). Eskin (2014) tarafından yapılan bir araştırmada birey zorlukla karşılaştığında bu durumla başarılı bir şekilde baş edebilmesi için davranışsal, duyuşsal ve bilişsel beceriye sahip olması gerektiği ifade edilmektedir. Bireyler tutumlarını değiştirdiğinde kaygıyı oluşturan durumun üstesinden gelebilmektedir. Dolayısıyla sınava hazırlanırken öncelikli hedefleri belirleyip, hedef doğrultusunda bir çalışma düzeni sağlanırsa kaygı düzeyinin kontrol edebileceği belirtilmektedir (Semerci ve Özer, 2007).

Beklenmeyen bir anda karşılaşılan Covid-19 salgını, insanların günlük rutinlerinin temelden değişmesine yol açmıştır ve insanların yeni bir düzene adapte olmalarını zorunlu kılmıştır. Dünya olarak Covid-19 ile nasıl baş edileceği ve ne gibi ruhsal sıkıntılar meydana getirebileceği, ruhsal sıkıntılarının nasıl yönetilebileceği konusu tam olarak bilinmemektedir. YKS öğrencilerinin yüz yüze eğitim, çeşitli aktiviteler ve verimli iletişim kurma ihtiyaçları, Covid-19 virüsü nedeniyle engellenmektedir. Alanyazında bu durumun öğrencilerde yoğun öfke, kaygı ve duygusal gerilimlerini arttırdığını gösteren çalışmalar olduğu görülmektedir (Xiang ve ark., 2020; Yılmaz, 2021). Covid-19 salgın sürecinin hayatın dönüm noktası olan üniversite sınavına olan etkilerinin araştırılmasının ve araştırma sonucunda elde edilecek bulguların alanyazına önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Yapılan bu araştırmada uzaktan eğitim ve cinsiyet değişkenleri ele alınarak YKS öğrencilerinin Covid-19 ile ilişkili sınav kaygı düzeyleri ve baş etme tutumları üzerine aşağıdaki problem cümleleri araştırılmaktadır.

- YKS öğrencilerinin Covid-19 korkusu düzeyleri, sınav kaygı düzeyleri ve başa çıkma tutumları arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- Covid-19 korkusu, kaygı düzeyi ve başa çıkma tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.
- Covid-19 korkusu, kaygı düzeyi ve başa çıkma tutumları uzaktan eğitim sistemine alışabilme durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırmada YKS öğrencilerinin Covid-19 korkusu ile sınav kaygısı ve başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ilişki-

sel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli betimsel yöntem modellerinden olan anket tipi bir araştırmadır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasında olan değişim ile ilişkisini inceleyerek bu ilişkinin yönü ve/veya derecesini saptamayı amaçlayan bir araştırma modelidir (Büyüköztürk, 2007).

Araştırma Örnekleme

Araştırmanın çalışma örnekleme araştırmanın amacına uygun olacak şekilde, Edirne ilindeki liselerde öğrenim gören, 17-18 yaş aralığında olan YKS öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma verileri Google Form aracılığı ile toplanmıştır. Katılımcılara formların cevaplanmasından önce kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı, ölçek maddelerinin doldurulması sırasında boş madde bırakılmaması, özveri ile doldurulması gerektiği belirtilmiştir. Araştırmanın örnekleme, 2021 yılının Nisan ayında 257 katılımcıdan toplanmış ancak 57'si eksik, tutarsız cevap içerdiği için çalışmadan çıkarılarak 200 veri ile çalışma gerçekleştirilmiştir. Buna göre çalışma grubu 100 kadın ve 100 erkek YKS öğrencisinden oluşmaktadır. Edirne ili ile sınırlı olan araştırma grubu, Covid-19 koşulları sebebiyle kolayda örnekleme yöntemi belirlenmektedir. Katılımcıların Sosyo-demografik özellikleri tablo 1'de belirtilmektedir.

Tablo 1. Örneklem Grubuna İlişkin Demografik Bilgiler

		N	%
Cinsiyet	Erkek	100	50,0
	Kadın	100	50,0
Uzaktan eğitim sistemine alışabildiniz mi?	Evet	99	49,5
	Hayır	101	50,5
Covid-19 virüsünün sizi olumsuz etkilediğini düşünüyor musunuz?	Evet	154	77,0
	Hayır	46	23,0

Uzaktan eğitim sistemine alıştığını belirten YKS öğrencilerini oranı %49,5 olarak belirtilerek, Covid-19 virüsünden olumsuz etkilendiğini belirten YKS öğrencilerinin oranı %77 olarak görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplama aşamasında, Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Koronavirüs (COVID-19) Korkusu Ölçeği, Sınav Kaygısı Ölçeği (SKÖ), Başa Çıkma Tutumları Ölçeği (BÇTÖ) kullanılmıştır.

Demografik Bilgi Formu

Araştırma çalışması için “Demografik Bilgi Formu” oluşturulmuştur. Katılımcılara cinsiyet, uzaktan eğitim sistemine adapte olup olmaması, Covid-19’un katılımcıyı nasıl etkilediği hakkında çalışmaya katkı sağlayacak bilgiler alınması amacı ile araştırmacı tarafından 3 adet soru sorulmuştur.

Koronavirüs Korkusu Ölçeği

Covid-19 Korkusu Ölçeği, Ahorsu ve arkadaşları (2020) tarafından bireylerin covid-19 virüsünden kaynaklanan korku düzeylerinin ölçülmesi amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek tek faktörlü yapıda olup ve 5’li Likert tipinde (1= Kesinlikle katılmıyorum, 5= Kesinlikle katılıyorum) 7 madde içermektedir. Ölçeğin tamamından alınan toplam puan kişinin yaşadığı Koronavirüs (Covid-19) korku düzeyini ifade etmektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 7 ile 35 arasında olup ölçekten alınan yüksek puan yüksek düzeyde Covid-19 korkusunu göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlığı 0,82 olarak, test tekrar test güvenilirliği ise 0,72 olarak tespit edilmiştir. Geçerlik bulguları incelendiğinde; Covid-19 Korkusu Ölçeği’ nin yapı geçerliliği için açıklayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Madde ayırt ediciliğinin incelenmesinde ise Bağımsız örneklem t testi ve ölçüt bağımlılığı geçerlik için korelasyon analizi uygulanmıştır (Ladikli vd., 2020). Bu araştırma için yapılan geçerlik güvenilirlik çalışmasında geçerlik puanı 0,71 ile 0,84 arasında değerler almış ve $p < 0,05$ olarak bulunmuştur. Güvenirlilik puanı ise $\alpha = 0,89$ olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar, verilerin iç tutarlılığa bağlı güvenilirliklerinin yüksek olduğunu göstermiş ve ergenler üzerinde uygulanabilirliğini sağlamıştır.

Sınav Kaygısı Ölçeği

34 maddeden oluşan Sınav Kaygısı Ölçeği, Baltaş (1999) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin alt boyutları; Başkalarının Görüşü (7, 8, 11, 12, 13, 17, 18, 21, 26, 27, 29, 30, 31, 34), Kendi Görüşünüz (9, 10, 16, 20, 25, 28, 32,

33), Gelecek ile İlgili Endişeler (1, 5, 6, 14, 15, 19), Hazırlanmak ile İlgili Endişeler ve Genel Sınav Kaygısı (2, 3, 24), Zihinsel ve Bedensel Tepkiler (4, 22, 23) olarak 5 alt boyuttan oluşmaktadır. 34 ile 78 puan aralığı düşük düzeyde kaygı, 79 ile 125 puan aralığı orta düzeyde kaygı ve 126 ile 170 puan aralığı yüksek düzeyde kaygı belirtisini göstermektedir. Ölçeğin iç güvenirlik katsayısı Cronbach's Alpha (α)=0,87 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin maddeleri; (1) Hiçbir zaman (2) Nadiren (3) Bazen (4) Sık sık (5) Her zaman şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçek ters kodlanan madde içermemektedir. Ölçek likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 34, en yüksek puan 170'dir. Bu araştırmada yapılan geçerlik güvenirlik çalışmasında geçerlik puanı 0,35 ile 0,75 arasında değerler almıştır ve $p<0,05$ olarak bulunmuştur. Güvenirlik puanı ise $\alpha=0,93$ olarak hesaplanmıştır. Sınav Kaygısı Ölçeği maddelerinin orijinal formunda belirtilenden farklı olarak tek faktör altında toplanmıştır. Elde edilen sonuçlar, verilerin iç tutarlılığa bağlı güvenirliklerinin yüksek olduğunu göstermiş ve ergenler üzerinde uygulanabilirliğini sağlamıştır.

Baş a Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği

1989 yılında Carver, Scheier ve Weintraub tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. 60 madde ve 15 alt boyuttan oluşan COPE ölçeği Miron Zuckerman ve Marylene Gagne tarafından 2003 yılında yeniden gözden geçirilmiş ve Kendine Yardım, Yaklaşım, Uyum Sağlama, Sakınma-Kaçınma ve Kendine Ceza adlı 5 faktör ve 40 maddeye indirgenmiştir. Ölçek Ersanlı ve Dicle (2015), tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. 4'lü Likert tipi bir ölçektir. Maddeler puanlanırken "Asla Böyle Yapmam" için 1, "Çok Az Böyle Yaparım" için 2, "Böyle Yaparım" için 3, "Çoğunlukla Böyle Yaparım" için 4 puan verilmektedir. Ölçekte olumsuzluk içeren bir madde yoktur. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 160 olup en düşük puan 40'tır. Ölçekten elde edilen yüksek puan baş a çıkma tutumunun yüksek olduğu, düşük puan ise baş a çıkma tutumunun düşük olduğu anlamını taşımaktadır. Uyarlanan ölçekte maddeler puanlanırken "Asla Böyle Yapmam" için 1, "Çok Az Böyle Yaparım" için 2, "Böyle Yaparım" için 3, "Çoğunlukla Böyle Yaparım" için 4 puan verilmektedir. Ölçekte olumsuz madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 128, en düşük puan 32'dir. Ölçekten alınan yüksek puan baş a çıkma tutum düzeyinin yüksek olduğunu gösterirken, ölçekten alınan düşük puan baş a çıkma tutum düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada yapılan geçerlik güvenirlik çalışmasında geçerlik puanı 0,32 ve $p<0,05$ olarak bulunmuş-

tur. Güvenirlik puanı ise $\alpha = 0,72$ olarak hesaplanmıştır. (Kendine yardım (α)=0,84, Yaklaşım (α)=0,80, Uyum sağlama 0,86, Sakınma-kaçınma (α)=0,77, Kendine ceza (α)=0,87). Elde edilen veriler iç tutarlılığa bağlı güvenirliklerinin yeterli düzeyde olduğunu göstermiş ve ergenler üzerinde uygulanabilirliğini sağlamıştır.

Veri Toplama Süreci

Araştırma verileri toplama aşamasında bağlı bulunan üniversitenin Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurulu'ndan 26.05.2021 tarih ve 2021/06 no ile etik kurul izni alınmıştır. Araştırma verileri, Edirne ilinde yaşayan YKS öğrencilerine çevrimiçi (online) anket yöntemi kullanılarak Google Formlar aracılığı ile toplanmıştır. Katılımcıların Sosyo-demografik özellikleri tablo 1'de belirtilmektedir.

Verilerin Analizi

Araştırmanın amacı çerçevesinde problem cümlelerinin test edilmesi için verilerin analizi SPSS 25.0 istatistik paket programı dahilinde gerçekleştirilmiştir. İstatistiksel işlemler gerçekleştirilmeden önce Koronavirüs (Covid-19) Korkusu, Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme ve Sınav Kaygısı Ölçeklerinden elde edilen puanların dağılımı çarpıklık ve basıklık katsayıları hesaplanarak incelenmiştir. ± 1 aralığında bulunan çarpıklık ve basıklık katsayıları puanları normal dağılıma sahip olduğunu belirtmektedir (Akt. Hair vd, 2013). Hesaplanan çarpıklık ve basıklık katsayıları, ölçme araçlarından elde edilen puanların normal dağılıma sahip olduğunu saptamıştır (Tablo 1). Parametrik analiz teknikleri kullanılarak veri analizi gerçekleştirilmiştir. Daha Sonra Koronavirüs (Covid-19) korkusu ile başa çıkma tutumları ve sınav kaygısı arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır.

Koronavirüs (Covid-19) Korkusu, Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme ve Sınav Kaygısı Ölçeklerinden elde edilen puanları Covid-19 virüsünden olumsuz etkilenme durumu, cinsiyet ve uzaktan eğitim sistemine alışabilme değişkenlerine göre karşılaştırılması için bağımsız gruplar t testi kullanılmıştır.

Araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin örneklemdeki faktör yapılarını belirlemek için faktör analizi uygulanmıştır. Faktör analizi için SPSS 26.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Verilerin faktör analizine

uygunluğunu belirlemek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) Testi ve Bartlett Küresellik Testinden faydalanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amacı doğrultusunda belirlenen araştırma soruları kapsamında uygulanan çözümler ve bunlara ait elde edilen bulgular özetlenmiştir.

Tablo2. Başa Çıkma Tutumları, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu ve Sınav Kaygısı Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
1. Yaklaşım	1							
2. Kendine yardım	0,19**	1						
3. Kendine ceza	-0,04	0,05	1					
4. Uyum sağlama	0,41**	0,17*	-0,14	1				
5. Sakınma-kaçınma	-0,08	-0,12	0,27**	-0,03	1			
6. BÇTÖ Toplam	0,61**	0,60**	0,37**	0,55**	0,31**	1		
7. Covid-19 Korkusu	-0,06	0,09	0,16*	-0,02	0,34**	0,17*	1	
8. Sınav Kaygısı	0,04	0,01	0,24**	-0,10	0,10	0,10	0,21**	1

**p<0,01; *p<0,05; N=200

Tabloda yer alan ve istatistiksel olarak anlamlı bulunan ilişkiler incelenmiştir. Koronavirüs (Covid-19) korkusu puanları ile başa çıkma tutumları ölçeği alt faktörü kendine ceza ($r=0,16$; $p<0,05$), olan sakınma-kaçınma ($r=0,34$; $p<0,01$), BÇTÖ toplam ($r=0,17$; $p<0,05$) ve sınav kaygısı ($r=0,21$; $p<0,01$) puanları arasında orta ve düşük düzeyde pozitif yönlü ilişkiler saptanmıştır. Koronavirüs (Covid-19) korkusu puanları arttıkça kendine ceza, sakınma-kaçınma, BÇTÖ toplam ve sınav kaygısı puanları da artmaktadır.

Başa çıkma tutumları ölçeği alt faktörlerinden biri olan kendine ceza puanları ile sınav kaygısı puanları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,24$; $p<0,01$). Kendine ceza puanları arttıkça sınav kaygısı puanları da artış göstermektedir.

Değişkenler arasındaki ikili ilişkiler değerlendirildiğinde, YKS öğrencilerinin Covid-19 korkusu, sınav kaygısı ve başa çıkma tutumları arasında düşük ve orta düzeyde pozitif yönlü ilişkiler saptanmıştır. YKS öğrencilerinin covid-19 korkusu, sınav kaygısı ve başa çıkma tutumları birbiri ile anlamlı düzeyde ilişkilidir.

Tablo 3. Cinsiyete Göre Başa Çıkma Tutumları, Koronavirüs (Covid-19) korkusu ve Sınav Kaygısı Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Bağımsız Gruplar t Testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ort	Ss	t(198)	p
Yaklaşım	Kadın	100	21,30	3,65	-0,75	0,46
	Erkek	100	21,69	3,74		
Kendine yardım	Kadın	100	12,90	3,45	1,33	0,19
	Erkek	100	12,22	3,79		
Kendine ceza	Kadın	100	6,65	2,51	-0,46	0,65
	Erkek	100	6,81	2,44		
Uyum sağlama	Kadın	100	8,04	2,48	-0,08	0,93
	Erkek	100	8,07	2,55		
Sakinme-kaçınma	Kadın	100	8,79	2,58	3,25	0,00*
	Erkek	100	7,65	2,39		
BÇTÖ Toplam	Kadın	100	57,68	7,67	1,14	0,26
	Erkek	100	56,44	7,75		
Covid-19 Korkusu	Kadın	100	17,75	6,60	1,24	0,22
	Erkek	100	16,57	6,81		

* $p<0,05$

Tablo incelendiğinde, Katılımcıların sadece başa çıkma tutumları ölçeğinin alt faktörleri olan sakinme-kaçınma puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. ($t(198)=3,25$; $p<0,05$). Kadın YKS

öğrencilerinin başa çıkma tutumları ile ilgili sakınma-kaçınma puan ortalamaları, erkek YKS öğrencilerinin başa çıkma tutumları ile ilgili sakınma-kaçınma puan ortalamalarından, anlamlı olarak daha yüksektir.

Tablo 4. Uzaktan Eğitim Sistemine Alışabilme Durumuna Göre Başa Çıkma Tutumları, Koronavirüs (Covid-19) korkusu ve Sınav Kaygısı Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Bağımsız Gruplar t Testi Sonuçları

Değişkenler	Uzaktan Eğitim sistemine alışabildiniz mi?	N	Ort	Ss	t(198)	p
Yaklaşım	Evet	99	21,54	3,23	0,10	0,92
	Hayır	101	21,48	3,83		
Kendine yardım	Evet	99	13,43	3,64	1,87	0,06
	Hayır	101	12,30	3,60		
Kendine ceza	Evet	99	6,33	2,49	-1,27	0,21
	Hayır	101	6,85	2,46		
Uyum sağlama	Evet	99	8,78	2,45	2,26	0,02*
	Hayır	101	7,84	2,50		
Sakınma-kaçınma	Evet	99	8,39	2,32	0,52	0,60
	Hayır	101	8,17	2,61		
BÇTÖ Toplam	Evet	99	58,48	6,11	1,42	0,16
	Hayır	101	56,64	8,10		
Co-vid-19 Korkusu	Evet	99	17,00	5,02	-0,18	0,85
	Hayır	101	17,21	7,16		
Sınav Kaygısı	Evet	99	10,33	2,61	-2,49	0,01*
	Hayır	101	11,38	2,49		

*p<0,05

Uzaktan eğitim sistemine alışabilme durumuna göre başa çıkma tutumları alt faktörlerinden olan uyum sağlama ($t(198)=2,26$; $p<0,05$) ve sınav kaygısı ($t(198)=-2,49$; $p<0,05$) puan ortalamalarının anlamlı bir farklılık göstermektedir. Uzaktan Eğitim sistemine alışabildiğini belirten öğrencilerin

uyum sağlama puan ortalamaları anlamlı olarak daha yüksektir. Uzaktan Eğitim sistemine alışamadığını belirten öğrencilerin ise sınav kaygısı puan ortalaması anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

YKS öğrencilerinin covid-19 korkusu düzeyleri, sınav kaygı düzeyleri ve başa çıkma tutumları arasında anlamlı bir ilişki vardır. Bu çalışmada Covid-19 korkusu düzeyleri, sınav kaygısı düzeyleri ve başa çıkma düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Koronavirüs (Covid-19) korkusu puanları arttıkça başa çıkma tutumları alt faktörleri olan kendine ceza, sakınma-kaçınma, BÇTÖ toplam ve sınav kaygısı puanları da artmaktadır. Başa çıkma tutumları ölçeği alt faktörlerinden biri olan kendine ceza puanları ile sınav kaygısı puanları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki saptanmıştır. Kendine ceza puanları yüksek olan YKS öğrencilerinin sınav kaygısı puanları da yüksektir. Alanyazın incelendiğinde Covid-19 sürecinde öğrencilerin; öfke, acı, gerginlik, kaygı gibi zor duygular yaşadığı görülmektedir (Brooks vd., 2020). YKS öğrencileri ile ilgili yapılan bir başka çalışmada uzaktan eğitimin öğrencilerin kaygı düzeyini arttırdığı belirtilmektedir (Cao vd., 2020). Yıldırım (2007) tarafından yapılan bir çalışmaya göre öğrenciler hem kendi hayat planları ile ilgili önemli kararlar vermekte hem de ebeveynlerinin beklentilerini karşılama çabası ile büyük bir sorumluluk hissetmektedir. Dolayısıyla YKS öğrencilerinin %46'sının yüksek düzeyde kaygı yaşadığı belirtilmektedir. Covid-19 sebebiyle uygulanan sosyal mesafe kuralları, karantina, sürecin belirsizliği gibi unsurlar öğrencilerin mevcut düzenine, derslerine, deneme sınavlarına yansarak odaklanma problemlerinin ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Bu durum öğrencileri ruh sağlığı açısından olumsuz etkileyerek sınav kaygısını daha da arttırmaktadır (Cao, vd., 2020). Kaygı bir baş etme stratejisi olarak kullanılmakta olup “ya Covid-19’a yakalanırsam” gibi olumsuz olan bir düşünceye verilen yanıt ile meydana gelmektedir. Salgın hastalıklar öncelikle kaygı, sağlık endişeleri ve travma gibi psikolojik etkilere yol açmaktadır. Sosyal izolasyon, birtakım kısıtlamalar, günlük yaşam rutininin engellenmesi, iş yerlerini ve eğitim kurumlarının kapatılması gibi etkenler Covid-19 virüsünün ortaya çıkardığı kaygıyı arttırdığı belirtilmektedir (Yılmaz, 2021). Sonuç olarak, yapılan bu çalışma Covid-19 korkusu düzeyi yüksek olan YKS öğrencilerinin başa çıkma tutumları alt faktörleri olan kendine ceza puanı yüksek olan YKS öğrencilerinin, sınav kaygısı düzeylerinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Covid-19 korkusu ile başa çıkma tutum-

ları arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan analizlerde, YKS öğrencilerinin Covid-19 korkusu arttıkça sakınma-kaçınma, kendine ceza ve Başa Çıkma Tutumları Ölçeği toplam puanları da artış göstermektedir. Alanyazın incelendiğinde Covid-19 virüsü gibi hayati tehlike arz eden durumla karşılaşılsa da bireylerin arkadaşları ile vakit geçirmeye ve iletişim kurmaya ihtiyaç duyduğunu vurgulayarak sosyal desteğin önemli olduğu ifade edilmektedir. Covid-19 sonrasında bu ihtiyaçlar göz ardı edilerek birtakım kısıtlamalar zorunlu olarak öğrencilerin hayatını da kısıtlamıştır. En önemli kısıtlamalardan biri olan yüz yüze eğitimin sonlandırılması ile öğrenciler arkadaşlarıyla sosyalleşeceği ve iletişim kurabileceği ortamdan uzaklaşarak, Covid-19 krizinin olumsuz duyguları ile başa çıkma tutumlarını kolaylaştıracak ortamlardan uzaklaşmışlardır (Emin, 2020).

Timisi (2021) tarafından yapılan araştırmaya göre sosyal izolasyon sebebiyle gençlerin arkadaşları ile zaman geçirerek kendilerini keşfetmesi gereken bu dönemde bireyler stres yaratacak durum ile karşılaştığı zaman başa çıkmada sosyal destekten faydalanamadıkları belirtilmektedir. Bireysel başa çıkma becerilerinde kendisini yetersiz gören bireylerin sosyal izolasyon döneminde yoğun öfke hissettikleri ve duygusal gerilimleri arttırdıkları ifade edilmektedir (Xiang ve ark., 2020). Araştırmanın bulgusu ile paralel olarak Covid-19 korkusu düzeyi arttıkça başa çıkma tutumları düzeyinin de arttığı görülmektedir. Öğrencilerin Covid-19 korkusu düzeyleri arttıkça mevcut durum ile başa çıkabilmek için daha çok çaba veya kaçma davranışı sergiledikleri söylenebilir. Değişkenler arasındaki ikili ilişkiler incelendiğinde, YKS öğrencilerinin covid-19 korkusu, sınav kaygısı ve başa çıkma tutumlarının birbiri ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur

Covid-19 korkusu, kaygı düzeyi ve başa çıkma tutumları cinsiyete göre anlamlı bir ilişki vardır. Çalışmada cinsiyet değişkenine göre bakıldığında, YKS öğrencilerinin sadece başa çıkma tutumları ölçeğinin alt faktörleri olan sakınma-kaçınma puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Kadın YKS öğrencilerinin başa çıkma tutumları ile ilgili sakınma-kaçınma puan ortalamaları, erkek YKS öğrencilerinin başa çıkma tutumları ile ilgili sakınma-kaçınma puan ortalamalarından, anlamlı olarak daha yüksektir. Sınav kaygısı ölçeği ve Covid-19 korkusu ölçeklerinden alınan puan ortalamalarında cinsiyete göre anlamlı bir fark elde edilmemiştir. YKS öğrencilerine yönelik beklentilerin yüksek olması ve sınavların tehdit olarak algılanması gibi unsurlar öğrencilerin olumsuz

duygular geliştirmesine yol açabilmektedir. Erkeklerin ekonomik güce sahip olması gerektiği şeklindeki kalıplaşan toplumsal norm ve değerlerin erkeklerde yüksek düzeyde kaygıya neden olduğu düşünülmektedir. Erkek YKS öğrencilerinin geleceklerini inşa etmek için Türk toplumundaki ekonomik geçimi sağlama rolünü üstlendikleri, erkeklerin yetenekli ve iyi yaşam standartlarını sağlamak zorunda kaldıkları başarı nedenleri arasında sayılarak yüksek düzeyde kaygıya neden olabilmektedir. (Mohammadyari, 2012). İş gücüne ulaşmakta önemli bir etkenin üniversite okumak olduğu söylenebilir. Dolayısıyla deneme sınavlarını meydan okumaları gereken bir alan olarak algıladıkları için güç gösterisi haline gelen bu durum erkek YKS öğrencilerinde yoğun sınav kaygısına neden olabilmektedir. Elde edilen bulgular ile paralel olarak, erkek öğrencilerin kaygı düzeylerinin, kız öğrencilerin kaygı düzeyinden daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Krieger ve Xu 2015; Huang ve Zhao, 2020). İş gücüne ulaşmakta önemli bir etkenin üniversite okumak olduğu söylenebilir. Dolayısıyla deneme sınavlarını meydan okumaları gereken bir alan olarak algıladıkları için güç gösterisi haline gelen bu durum erkek YKS öğrencilerinde yoğun sınav kaygısına neden olabilmektedir. Bu araştırmanın koronavirüs döneminde gerçekleştirilmesinden dolayı başa çıkma tutumları açısından fark elde edilmesinin eşitsizliklerden kaynaklanabileceği (Bozkurt vd., 2020) ve öğrencilerin Covid-19 korkusu ve sınav kaygı düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmamasının nedeni olarak da korku ve kaygının cinsiyet değiştirmesinden bağımsız, eşit düzeyde hissedildiği söylenebilmektedir (Duman, 2020). Alanyazında Covid-19 virüsünün etkisi ile kadın katılımcılarının koronavirüs korku düzeyinin erkek katılımcılarının koronavirüs korku düzeyinden daha yüksek olduğunu gösteren araştırmalar da mevcuttur (Gencer, 2020; Baloğlu, 2021). Kadınların Covid-19 korkusu düzeylerinin daha yüksek olmasının sebebi günlük stres durumlarına gösterdikleri duyarlılık düzeyi ile açıklanabilir (Tolin ve Foa, 2008). Covid-19 korkusu ile başa çıkmada kadınların duygu odaklı ve problem odaklı başa çıkma puan düzeyleri erkeklerin başa çıkma tutumundan daha yüksek olduğunu gösteren araştırmalarda belirtilirken (Gerhorld, 2020; Boysan 2012), bu araştırmada da kadın YKS öğrencilerinin sakinme-kaçınma düzeylerinin yüksek olma durumunu kadınların erkeklere göre daha korunmacı olduğuna bağlamak mümkündür. Alanyazın incelendiğinde birçok araştırma öğrencilerin stres ile başa çıkma açısından cinsiyetler arasındaki farklılıklar saptanmıştır (Aysan, 1988; Giderer, 1990) bu araştırmada da eğitim ve öğretim alanları kapsamında değerlendirilebilecek başa çıkma tutumları arasında fark elde

edilmiştir. Stres ortamlarında kullanılan sınav kaygısı ve Covid-19 korkusu açısından cinsiyet farklılıkları bildirilmemektedir. Bu durumun sebebi olarak, her öğrencinin cinsiyet gözetmeksizin, algıladıkları Covid-19 korkusu ve kaygı düzeylerinin benzer olduğu söylenebilmektedir.

Bu araştırmada COVID-19 korkusu, kaygı düzeyi ve başa çıkma tutumları, uzaktan eğitim sistemine alışabilme durumuna göre sınav kaygısı ölçeceği puanları ile anlamlı bir farklılık gösterdiği belirtilmektedir. Uzaktan Eğitim sistemine alışabildiğini belirten öğrencilerin uyum sağlama puan ortalamaları anlamlı olarak daha yüksektir. Uzaktan Eğitim sistemine alışmadığını belirten öğrencilerin ise sınav kaygısı puan ortalaması anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Telli ve Altun (2020) tarafından yapılan bir araştırmada Covid-19 virüsüne yönelik birçok tedbirin yaşamımızda yer aldığı ve etkilemekte olduğu en önemli alanlardan biri olan eğitim ve öğretim sisteminde birtakım değişikliklerin yapıldığı ifade edilmektedir. Koronavirüs salgının ortaya çıkışı ile birlikte eğitim ve öğretimde devamlılık sağlanabilmesi açısından uzaktan eğitim sistemi hayatımızda yer alarak, uzaktan eğitime geçiş yapılmış ve eğitimin bu düzen dahilinde edebildiği belirtilmektedir. Violante ve Vezzetti (2014) tarafından yapılan bir araştırmada iletişim yönü kapsamında iyi tasarlanan bir uzaktan eğitim programının, örgün eğitim ve öğretim sürecinden daha zor elde edilen araştırma ruhunu beslediği belirtilmektedir. Thurmond ve Wambach (2004) tarafından yapılan bir araştırmada teknolojiye yönelik deneyimler ve teknolojiye erişim ile ilgili unsurların önemi vurgulanmaktadır. Kullanılmakta olan teknolojiye hâkim olmak, internete yeterli erişim öğrenmeyi olumlu yönde etkilerken tam tersi bir durumda öğrenci ve öğretmenler için olumsuz sonuçlara yol açabileceği ifade edilmektedir. Uzaktan eğitim sisteminde olabilecek eşitsizlikler ele alındığında öğrenciler için kaçırılan öğrenme fırsatları ve kaygı hissetmeleri gibi durumların söz konusu olabileceği belirtilmektedir (Akt. Giannini ve Lewis (2020). Anderson (2020) tarafından yapılan bir araştırmada ise Covid-19 salgını nedeniyle okulların sadece eğitim ve öğretimin gerçekleştiği bir yer olmadığını, aynı zamanda da öğrencilerin sosyalleşebildiği, koçluk ve bakım sağlayan toplumsal ortak alan olduğunun anlaşılmasını sağladığı belirtilmektedir. Covid-19 virüsü nedeniyle öğrencilerin okuldan uzak kalması, dışarı çıkamamaları, öğretmen ve arkadaş çevreleri ile görüşememeleri kaygı ve korku gibi olumsuz duyguları yaşamalarına sebep olduğu belirtilmektedir. Ruhsal problem yaşayan öğrenciler için bu durumun daha da zor bir süreç olduğu ifade edilmektedir (Brooks vd., 2020). Covid-19 sürecinde uzaktan

eğitime yönelik yapılan araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin öğretim üyeleri ve arkadaşları ile iletişim kurmakta zorluk yaşadığı, soru ve cevap imkanının oldukça kısıtlı olması, bilgisayar ortamında ders takibinin ve motivasyonu sürdürme problemlerinin yaşanmakta olduğu ifade edilmektedir (Hark Söylemez, 2020). Yapılan araştırmalarda uzaktan eğitim uygulamalarının ses, gürültü, iletişim eksikliği, öğretmenlerin beden dili, derslerin süreleri gibi faktörler de dahil olmak üzere öğrencilerin beklentilerini karşılama konusunda yetersiz olduğu belirtilmektedir (Koppelman & Vranken, 2008; Marsh, Mitchell & Adamczyk, 2010). Bu doğrultuda uzaktan eğitim sistemine alışamadıklarını ifade eden öğrencilerin sınav kaygı düzeylerinin daha yüksek olması makul görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde uzaktan eğitimin eğitim öğretim sistemine sağladığı faydaları gösteren araştırmaların da olduğu belirtilmektedir (Ünsal, 2002; Ceyhan 2004; Akın, 2007). Öğrencilerin yeni sisteme uyum sağlama sürecinde kaygılarının tetiklendiği düşünülmektedir. YKS öğrencilerinin Covid-19 korkusu, sınav kaygısı ve başa çıkma tutumları birbiri ile anlamlı düzeyde ilişkili olup uzaktan eğitim sistemine alışamayan öğrencilerin sınav kaygısı alt faktörlerinden olan başkalarının görüşü, kendi görüşünüz, gelecek ile ilgili endişeler, hazırlanmak ile ilgili endişeler ve genel sınav kaygısı, zihinsel ve bedensel tepki düzeyleri daha yüksektir. Uzaktan eğitim sistemine alışamayan YKS öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği toplam puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Cinsiyet değişkenine göre ise erkek katılımcıların sınav kaygısı ölçeğinin alt faktörlerinden olan gelecek ile endişeler ve zihinsel bedensel tepkiler puan ortalamaları, kadın katılımcıların sınav kaygısı ölçeğinin alt faktörlerinden olan gelecek ile endişeler ve zihinsel bedensel tepkiler puan ortalamalarından yüksek olduğu belirtilmiştir. Araştırma bulgularının alanyazına ve bu araştırmadaki değişkenler hakkında araştırma yapacak olan araştırmacılara önemli bir kaynak oluşturabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmanın sonuçları doğrultusunda aşağıdaki öneriler oluşturulmuştur:

- Araştırmada 200 katılımcı ile sınırlandırılmıştır. Bu sebeple yapılacak yeni araştırmaların daha geniş bir araştırma grubuyla yapılması alanyazına katkı sağlayabilir.
- Örgün eğitimde yürütülen okul rehberlik servisi, uzaktan eğitim sürecinde YKS öğrencileriyle uzaktan eğitime uygun çözüm odaklı bir yaklaşım benimsemesi öğrencinin kaygısını daha aza indirerek uzaktan eğitim eşitsizliklerini ortadan kaldırma imkânı sağlayabilir.

- Öğrencilerin uzaktan eğitime uyum sürecini kolaylaştıracak, Covid-19 korkusunun ve sınav kaygılarının azalmasına yardımcı olarak doğru başa çıkma stratejileri geliştirmelerine destek olabilecek yönde sağlıklı iletişim yolları geliştirmeleri online seminerler ile desteklenebilir.

KAYNAKÇA

- Akın, M. (2007). Bilgisayar ve İnternet Teknolojilerinden Yararlanmanın Uygulama Alan Bilgisi Oluşturma Yönünde Etkisi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 49-70.
- Anderson, J. (2020). Brave New World The Coronavirus Pandemic Is Reshaping Education. <https://qz.com/1826369/how-coronavirus-is-changingeducation/>.
- Arslan, K., Görgülü Arı, A. ve Hayır Kanat M. (2021). Covid-19 Pandemi Sürecinde Verilen Uzaktan Eğitim Hakkında Veli Görüşleri. *Ulak-bilge Sosyal Bilimler Dergisi*, (57) 192–206. Doi: 10.7816/Ulak-bilge-09-57-03.
- Aysan, F. (1988). *Lise Öğrencilerinin Stres Yaşantılarında Kullandıkları Başa Çıkma Stratejilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Baloğlu, Ç. (2021). *Öğretmenlerde Covid-19 Korkusu ile Mesleki Benlik Saygısı ve Özgeçmiş Arasındaki İlişkiler*. Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü İstanbul.
- Boysan, M. (2012). *Üniversite Öğrencilerinde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Başa Çıkma Stilleri ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkilere Yönelik Bir Model Sınaması*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bozkurt, A., Jung, I., Xiao, J., Vladimirschi, V., Schuwer, R., Egorov, G., Paskevicius, M. (2020). A Global Outlook To The Interruption Of Education Due To COVID-19 Pandemic: Navigating In A Time Of Uncertainty And Crisis. *Asian Journal Of Distance Education*, 15(1), 1–126. doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.3878572>.
- Boztepe, D. (2016). *Ebeveyn Beklentilerinin Sınav Kaygısı Üzerindeki Etkisi: Lise Son Sınıf Öğrencilerine Yönelik Bir Değerlendirme*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The Psychological Impact Of Quarantine And How To Reduce It: Rapid Review Of The Evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8).
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pagem Yayın.
- Çetin, A. (2022). *Pandemi Sürecinde Veli ve Öğrenci*. Ankara: İksadyayın.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). Covid-19 Salgınının Çin'deki Üniversite Öğrencileri Üzerindeki Psikolojik Etkisi. *Psikiyatri Araştırması*, 287, 112934.
- Ceyhan, E. (2004). Bilgisayar Kaygı Düzeyleri Farklı Öğretmen Adaylarının Stresle Başa Çıkma, Davranışları. *Eğitim ve Bilim*, 29(132).
- Chang, G.C., & Yano, S. (2020). Ülkeler Eğitimde Covid-19 Zorluklarını Nasıl Ele Alıyor? Politika, Önlemlerinin Bir Anlık Görüntüsü. *Dünya Eğitim Blogu*, 1-3.
- Çiçek, İ., & Tanhan, F. (2018). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınırlılık Algı Şemaları ile Sınav Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 8(1/1), 69-85.
- Çölgeçen, Y. & Çölgeçen, H. (2020). Covid-19 Pandemisine Bağlı Yaşanan Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi: Türkiye Örneği. *Elektronik Türkçe Çalışmaları*, 15 (4).
- Dicle, A. N., & Eranlı, K. (2015). Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeğinin Türkçeye Uyarlama Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(16), 111-126.
- Duman, N. (2020). Üniversite Öğrencilerinde COVID-19 Korkusu ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük. *The Journal Of Social Science*, 4(8), 426-437.
- Durak, G., ÇANKAYA, S., & İzmirli, S. (2020). COVID-19 Pandemi Döneminde Türkiye'deki Üniversitelerin Uzaktan Eğitim Sistemlerinin İncelenmesi. *Necatibey Eğitim Fakültesi Elektronik Fen ve Matematik Eğitimi Dergisi*, 14(1), 787-809.

- Emin, M. N. (2020). Koronavirüs Salgını ve Acil Durumda Eğitim. *Seta Perspektif*, 268, 1-4.
- ERASLAN, Y. (2010). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygılarının Algıladıkları Anne-Baba Tutumlarına Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ercan, C., & Künc, S. (2020). Covid-19 Nedeniyle Üniversitelerde Verilen Uzaktan Eğitime Öğrencilerin Bakış Açısı: Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler MYO Örneği. *Journal Of Social And Humanities Sciences Research*, 7(61), 3320-3329.
- Erten Başpınar, S. (2020). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygısı ile Algılanan Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Eskin, M. (2014). *Sorun Çözme Terapisi*. Ankara: Hyb.
- Gür, N. (2020). Kovid-19 Sonrası Küresel Ekonomik Sistemde Neler Değişebilir. *Erişim adresi: <https://www.aa.com.tr/tr/analiz/kovid-19-sonrasi-kuresel-ekonomik-sistemde-neler-degisebilir/1795460>*.
- Koppelman, H., & Vranken, H. (2008). Experiences With A Synchronous Virtual Classroom In Distance Education. *ITICSE*, 194-198. doi: <https://doi.org/10.1145/1597849.1384324>.
- Folkman, S. And Lazarus, R. S. (1985). If It Changes, It Must Be a Process: Study of Emotion and Coping During Three Stages of College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992–1003. doi: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.48.1.150>.
- Furr, Sr, Westefeld, Js, Mcconnell, Gn ve Jenkins, Jm (2001). Üniversite Öğrencileri Arasında İntihar ve Depresyon: On Yıl Sonra. *Profesyonel Psikoloji: Araştırma ve Uygulama*, 32 (1),97–100. doi: <https://doi.org/10.1037/0735-7028.32.1.97>.
- Gencer, N. (2020). Pandemi Sürecinde Bireylerin Koronavirüs (Kovid-19) Korkusu: Çorum Örneği. *Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, (4), 1153-1173.

- Gerhold, L. (2020). *Covid-19: Risk Algısı ve Başa Çıkma Stratejileri*. doi:<https://doi.org/10.31234/osf.io/xmpk4>.
- GERRİG, R.J., & ZİMBARDO P.G. (2014). Psikolojiye Giriş, Psikoloji ve Yaşam. (Yrd. Doç. Dr. Gamze Sart, Çev.). Ankara, Nobel Yayın.
- Giderer, H.E. (1990). *Fen Lisesi ile Ömer Seyfettin Lisesi Öğrencilerinin Denetim Odağına Göre Bazı Değişkenler Yönünden Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2013). "Multivariate Data Analysis." *Essex, England*.
- Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Generalized Anxiety Disorder, Depressive Symptoms And Sleep Quality During Covid-19 Outbreak In China: A Web-Based Cross-Sectional Survey. *Psychiatry Research*, 288, 112954. doi: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>.
- Huber, Sg ve Helm, C. (2020). COVID-19 ve Eğitim: Kriz Zamanlarında Değerlendirme, Değerlendirme ve Hesap Verebilirlik-Okul Barometresiyle Politika, Uygulama ve Araştırma İçin Temel Sorunları Keşfetmek İçin Hızlı Tepki Verme. *Educ Asse Eval Acc* 32, 237-270.
- Khoirudin, R., Ashadi, A., & Masykuri, M. (2021). Smart Apps Creator 3 To Improve Student Learning Outcomes During The Pandemic Of COVID-19. *JPBI (Jurnal Pendidikan Biologi Indonesia)*, 7(1), 25-34. doi: <https://doi.org/10.22219/jpbi.v7i1.13993>
- Krieg, A. And Xu, Y. (2015). Ethnic Differences İn Social Anxiety Between Individuals Of Asian Heritage And European Heritage: A Meta-Analytic Review. *Asian American Journal Of Psychology*, 6(1), 66-80. doi: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0036993>.
- Mohammadyari, G. (2012). Kız ve Erkek Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Genel Algılanan Öz-Yeterlik ve Sınav Kaygısı Arasındaki İlişkinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi. *Procedia-Sosyal ve Davranış Bilimleri*, 69, 2119-2123. doi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.12.175>.
- Ösym. (2020). 2019 Faaliyet Raporu. <https://www.osym.gov.tr/TR,19247/2020.html>.

- Özdamar, K. (2004). *Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi (Çok Değişkenli Analizler)*. Eskişehir: Kaan Kitabevi.
- Öztek, Z. (2020). Pandemi Mücadelesi ve Yan Kazanımlar (Özel sayı). *Sağlık ve Toplum*, (30)6-14.
- Santrock, J.W. (1997). *Life Span Development*. London, Brown Benchmark Publishers.
- Seta. (2021). 5 Soruda: Koronavirüs Salgınında Veliler. <https://Setav.Org/Assets/Uploads/2021/08/R190.Pdf> (Erişim Tarihi: 29 Nisan 2022).
- Semerci, B. Ve Özer, A. S. (2007). *Sınav Stresi ve Başa Çıkma Yolları*. Merkez Kitapçılık Yayıncılık.
- Taş, H. (2021). COVID-19 Pandemisi Sürecinde Uygulamaya Konan Uzaktan Eğitimin Paydaş Görüşleri Bağlamında Değerlendirilmesi. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama*, 12(23),23-49.
- Telli, S. G., & Altun, D. (2020). Coronavirüs ve Çevrimiçi (Online) Eğitimin Önlenemeyen Yükselişi. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 25-34.
- Thurmond, V. Ve Wambach, K. (2004). Uzaktan Eğitimde Etkileşimleri Anlamak: Literatürün Gözden Geçirilmesi. *Uluslararası Öğretim Teknolojisi ve Uzaktan Eğitim Dergisi*, 1 (1).
- Timisi, Y., & İşözen, H. (2021). Pandemi Sürecinde Üniversite Sınavına Hazırlanan Bireylerde Stresle Başa Çıkma. *Kuram ve Uygulamada Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 151-160. doi: <https://doi.org/10.48066/kusob.956745>.
- Tolin, D., & Foa, E. (2008). Sex Differences In Trauma And Posttraumatic Stress Disorder: A Quantitative Review Of 25 Years Of Research. *Psychol. Trauma*, 1:37–85. doi: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1942-9681.S.1.37>.
- Ünsal, H. (2002). Web Destekli Eğitim, Elektronik Öğrenme ve Web Destekli Öğretim

- Programlarındaki Çeşitli Ders Modelleri. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(3), 375-388.
- Violante, Mg ve Vezzetti, E. (2014). Mühendislik Eğitiminde Bir E-Öğrenme Platformunun
- Tasarımı İçin Yeni Bir Yaklaşımın Uygulanması. *Mühendislik Eğitiminde Bilgisayar Uygulamaları*, 22 (4), 708-727.
- Who, (2020). 11 Şubat 2020 tarihli 2019-nCoV medya brifingi, WHO Genel
merkezi:<https://www.who.int>.
- Xiang, Y. T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). Timely
Mental Health Care For The 2019 Novel Coronavirus Outbreak Is Urgently Needed. *The Lancet Psychiatry*, 7(3), 228-229. doi: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8).
- Yıldırım, İ. (2007). Üniversiteye Giriş Sınavına Hazırlanan Türk Öğrencilerde Depresyon, Sınav
Kaygısı ve Sosyal Destek. *Avrasya Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 0(29), 171- 184.
- Yılmaz Bağlar G. (2021). *Covid-19 Sürecinin Uyku Kalitesi Üzerine Etkisinin İncelenmesi ve Bilişsel Dikkat Kilitlenmesi Sendromu (Cas) Bağlamında Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.