

**Serkan CENGİZ**

Dr. Öğr. Üyesi | Assist. Prof.  
Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ağrı-TÜRKİYE  
Ağrı İbrahim Çeçen University, Faculty of Faculty of Arts and Sciences, Agri-TURKIYE  
ORCID: 0000-0001-9070-6338  
scengiz@agri.edu.tr

**Ferdi YAĞAN**

Doktora Öğrencisi | PhD. Student  
Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum-TÜRKİYE  
Atatürk University, Institute of Education Sciences, Erzurum-TURKIYE  
ORCID: 0000-0002-6862-1288  
yaganferdi20@gmail.com

**Fatih KARA**

Doktora Öğrencisi | PhD. Student  
Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum-TÜRKİYE  
Atatürk University, Institute of Education Sciences, Erzurum-TURKIYE  
ORCID:0000-0002-5341-750X  
musap-21@hotmail.com

**Zarife DÖRTYOL**

Doktora Öğrencisi | PhD. Student  
Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum-TÜRKİYE  
Atatürk University, Institute of Education Sciences, Erzurum-TURKIYE  
ORCID:0000-0002-9976-1189  
zarife.dortyol19@gmail.com

## **Ergenlerde Akademik Beklentilere İlişkin Stres, Akademik Motivasyon ve Okul Tükenmişliği Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi**

### **Öz**

Öğrenciler, çeşitli faktörler nedeniyle okul tükenmişliği geliştirebilirler. Okul tükenmişliği son yıllarda öğrencileri birçok alanda rahatsız ettiği tespit edilen ciddi bir sorundur. Ancak okul tükenmişliğinde, akademik beklentilere ilişkin stres ve akademik motivasyonun rolünü araştıran çalışmaların eksik olduğu söylenebilir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı, lise öğrencilerinde akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ile okul tükenmişliği arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu basit rastgele örnekleme yoluyla seçilen 570 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak “Akademik Beklentilere İlişkin Stres Envanteri”, “Akademik Güdülenme Ölçeği” ve “Okul Tükenmişlik Envanteri” kullanılmıştır. İstatistiksel analizler “Pearson korelasyon” ve “çoklu doğrusal regresyon analizi” teknikleriyle gerçekleştirilmiştir. Korelasyon analizi akademik beklentilerine ilişkin stres ile okul tükenmişliği arasında pozitif yönde ve orta düzeyde, akademik motivasyon ile okul tükenmişliği arasında ise negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Ayrıca akademik beklentilere ilişkin stresin okul tükenmişliğini pozitif, akademik motivasyonun ise okul tükenmişliğini negatif yönde anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Çok değişkenli modelde yapılan regresyon analizi sonuçlarında 1. aşamada akademik beklentilere ilişkin stres okul tükenmişliğinin %20’sini açıklarken, 2. aşamada akademik beklentilere ilişkin stres akademik motivasyon ile birlikte okul tükenmişliğinin %26’sını açıklamıştır. Bu sonuç, ergenlerin okul tükenmişliği düzeylerindeki %26 oranındaki varyansın akademik beklentilere ilişkin stres ve akademik motivasyon tarafından açıklandığını göstermektedir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre akademik beklentilere ilişkin stres ve akademik motivasyon, okul tükenmişliği ile ilişkili en önemli faktörler olarak belirlenmiştir. Bu nedenle akademik beklentilere ilişkin stresi etkileyen faktörleri azaltmak ve akademik motivasyonu artırmak okul tükenmişliğine karşı öğrencilerin korunmasına yardımcı olabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Okul tükenmişliği, Akademik beklentilere ilişkin stres, Akademik güdülenme, Ergen.

## Examining the Relationships between Stress, Academic Motivation, and School Burnout on Academic Expectations in Adolescents

### Abstract

Students can develop school burnout due to a variety of factors. School burnout is a serious problem that has been found to disturb students in many areas in recent years. However, the number of studies investigating the effects of stress on academic expectations, and academic motivation on school burnout is limited. This study aimed to examine the relationship between stress related to academic expectations, academic motivation, and school burnout in high school students. The study group consists of 570 high school students selected by simple random sampling. "Stress Inventory Related to Academic Expectations", "Academic Motivation Scale", and "School Burnout Inventory" were used as data collection tools. Statistical analyzes were performed using "Pearson correlation" and "multiple linear regression analysis" techniques. Correlation analysis showed that there was a positive and moderate relationship between the stress related to academic expectations and school burnout, and a low and negative relationship between academic motivation, and school burnout. In addition, it was seen that stress related to academic expectations predicted school burnout positively, and academic motivation negatively predicted school burnout. In the results of the regression analysis performed in the multivariate model, in the first stage, stress related to academic expectations explained 20% of school burnout, while stress related to academic expectations explained 26% of school burnout together with academic motivation in the second stage. This result shows that the 26% variance in the school burnout levels of adolescents is explained by the stress related to academic expectations, and academic motivation. According to the results of this study, stress related to academic expectations and academic motivation were determined as the most important factors associated with school burnout. Therefore, reducing the factors affecting the stress related to academic expectations, and increasing academic motivation can help protect students against school burnout.

**Keywords:** School burnout, Stress related to academic expectations, Academic motivation, Adolescent.

### Giriş

Günümüzde ergenler, kendilerini duygusal anlamda olumsuz etkileyebilecek birçok faktörle karşılaşmaktadır. Özellikle okullarda öğrencilere yönelik her geçen gün artan talepler ve başarı baskıları bireyleri rekabet içerisinde hissettirebilir. Okul ortamlarının öğrencileri baskı altında hissettirmesi ve bu durumla başa çıkamamak yılmazlık düzeylerine zarar vererek düşük akademik performansa yol açabilir (Cengiz & Peker, 2022). Bireysel kaynaklar ile beklentiler arasında bir tutarsızlık öğrencilerde stres tepkilerini ortaya çıkarabilir. Öğrenciler arasında yaşanan bu kronik stres tepkileri zamanla okul tükenmişliğine yol açabilir (Eccles & Roeser, 2011). Yakın zamandaki araştırmalar, okulla ilgili stres ve okul tükenmişliğinin ergenler arasında yaygınlaştığını göstermektedir (Jiang vd., 2021; Hoferichter vd., 2022).

Okul tükenmişliği, öğrencinin kendini sürekli olarak bunalmış hissetmesi, okulda yetersizlik hissi ve okul aktivitelerinden zevk almama durumu olarak tanımlanabilir (Meylan vd., 2020). Günümüzün zorlu ve rekabet içeren eğitim ortamlarında başarılı olmak, stres altında karmaşık sorunları çözme becerisi gerektirir. Aksi takdirde uzun süreli stres gibi öğrenci refahındaki sorunlar okul tükenmişliğe neden olabilir (May vd., 2015). Gerçekten de mevcut araştırmalar okul tükenmişliğinin okula yabancılaşma (Polat, 2018), depresyon (Pokhrel vd., 2020), okul terki (Ishii vd., 2018) ve daha düşük akademik başarıyla (Lindfors vd., 2018) ilişkili olduğunu göstermiştir.

Talepler-kaynaklar modeline göre bireyin yoğun akademik talepler karşısında yaşadığı bitkinlik hissi ve ortaya çıkan yetersizlik duygusu okul tükenmişliğini ortaya çıkarmaktadır (Demerouti vd., 2001). Akademik beklentilere ilişkin stres, özellikle aile ve öğretmenlerden yönlendirilen aşırı taleplere bağlı görülmektedir. Özellikle öğretmenlerin aşırı ödev vermesi ile yoğun sınav programları ve ailenin yüksek başarı beklentisi, derslere olan ilgiyi azaltabilir (Lin & Huang, 2014). Öğretmenlerin ve ailelerin yoğun başarı beklentileri, okul doyumunu azaltabilir. Bunun yanında öğrencilerin ders başarılarıyla ilgili beklentileri gerçek durumlarıyla örtüşmediğinde okul tükenmişlikleri artış gösterebilir (Salmela Aro vd., 2017). Dolayısıyla talep

(örneğin aile ve okul tarafından), iç kaynaklar (örneğin yüksek başarıya odaklanma özelliği) ile öğrencinin okulda sergilediği akademik performansı durumu arasındaki dengesizlik, yüksek tükenmişliğe yol açabilir. Önceki araştırmalar akademik beklentilere ilişkin stres ve okul tükenmişliğinin ilişkili olduğunu kanıtlamıştır (Fiorilli vd., 2014; Polman vd., 2010; Sorkkila vd., 2017). Örneğin Gabola ve ark. (2021) algılanan ebeveyn baskısı yüksek ergenlerde okul tükenmişliğini daha yüksek buldu. Bu sonuçlar akademik beklentilere ilişkin stres faktörünün ergen bireylerin tükenmişlik duygularını etkilediğini göstermektedir.

Okul ortamında akademik anlamda motive edici deneyimler okul tükenmişliği yaşamada önemli bir role sahiptir (Freire vd., 2019). Öğrenciler çeşitli zorluklarla karşılaştıklarında akademik motivasyonlarına zarar verebilecek etkenler okul tükenmişliğine yol açabilir. Akademik motivasyon, öğrencilerin okul ortamında öğrenmeye ve başarmaya ilişkin katılımları ile akademik bir görevi başarılı bir şekilde sürdürmeye yönelik isteklilik durumudur (Günaydın, 2022). Firouznia ve ark. (2009) motivasyonun öğrencilerin hedeflerine ulaşma ve başarı girişimlerini belirlemede önemli bir etken olduğunu doğrulamıştır. Motivasyon, bireylerin davranışları gerçekleştirme amacı, hedeflere ulaşmak için kullanılan araç, çevresel uyaranlar ve bireylerin içsel durumları olmak üzere dört farklı etmeni içermektedir (Ismail vd., 2022). Okul bağlamında, öğrencilerin hedeflerine ulaşmaları için belirtilen bu dört öğenin teşvik edilmesi gerekmektedir. Bunun yanında akademik motivasyon başarı için önemli kabul edilebilir, çünkü öğrenmenin gerçekleşmesi için öğrenenlerin öncelikle süreçle ilgilenmesi gerekir. Daha önceki çalışmalar yüksek akademik motivasyon ile eleştirel düşünme gelişimi (Berestova vd., 2022), psikolojik ihtiyaç doyumu (Puklek Levpuscek & Podlesek, 2019), okula aidiyet (Korpershoek vd., 2020) ve öz düzenleyici öğrenme stratejileri (El Adl & Alkharusi, 2020) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir.

Talep-kaynaklar modeline göre, okulda etkileşim kurulan insanlardan özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma gibi taleplerin karşılanması, motivasyonu olumlu yönde etkileyebilir (Farr Wharton vd., 2018). Öte yandan, uygun olmayan kişisel geri bildirimlerin yanında, uzun çalışma saatleri, zorlayıcı test ve sınavların artması gibi çalışma tarzına ilişkin talepler de tükenmişliğe yol açabilir (Bowyer, 2012). Daha önceki çalışmalar okul tükenmişliğinin, düşük akademik motivasyonla ilişkili olduğunu göstermiştir (Jagodics & Szabo, 2022; Isoard Gauthier vd., 2016). Örneğin Pisarik (2009), akademik yönden yüksek motive olan öğrencilerin, motivasyonu düşük olan öğrencilere göre tükenmişlik düzeylerini daha düşük bulmuştur. Dolayısıyla düşük akademik motivasyona sahip ergenler okul tükenmişliği belirtilerini daha fazla taşıyabilir.

Sonuç olarak ergenlerde akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkilerin araştırılması önemli görülebilir. Bununla birlikte okul tükenmişliği ile ilişkili çeşitli yönler ve faktörler üzerine çeşitli çalışmalar yapılmış olmasına rağmen, özellikle Türkiye’de ergenler arasında akademik beklentilere ilişkin stres ve akademik motivasyonun okul tükenmişliği ile ilişkisini inceleyen çalışmalar çok sınırlıdır. Buna ek olarak, mevcut çalışma, talep kaynaklar teorisi ve önceki çalışmaların sonuçlarından yola çıkarak akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkileri açıklamıştır. Bu durumun mevcut teorik bilgilere katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca özellikle ortaöğretim öğrencilerinde okul tükenmişliğine müdahale çalışmaları, öğrencilerin akademik başarılarının geliştirilmesi için gereklidir. Lise öğrencilerinde akademik beklentilere ilişkin stresin azaltılması ve akademik motivasyonu artırmaya yönelik müdahaleler okul tükenmişliğine müdahale çalışmalarının yönlendirilmesinde faydalı olabilir. Dolayısıyla bu çalışma, akademik beklentilere ilişkin stres ve akademik motivasyonun okul tükenmişliği üzerindeki rolünü inceleyerek, tükenmişliğin olumsuz duygusal belirtilerini kontrol etmeye yardımcı programların içeriğini genişletebilir. Tüm bu bilgiler göz önüne alındığında, öğrencilerin okul tükenmişliklerini önlemek ve müdahale etmek için tükenmişliklerini etkileyen faktörleri anlamak ve bunlarla ilgili bilgileri geliştirmek önemlidir. Bu bakımdan bu çalışmanın amacı akademik beklentilere ilişkin

stres ve akademik motivasyonun okul tükenmişliğine yordayıcı etkisini incelemektir. Araştırmanın alt problemleri şu şekilde oluşturulmuştur:

1. Akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ve okul tükenmişliği arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Akademik beklentilere ilişkin stres ve akademik motivasyon okul tükenmişliğinin anlamlı bir yordayıcısı mıdır?

### Yöntem

Bu çalışma, akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ile okul tükenmişliği ilişkisini incelediği için ilişkisel tarama modelini kullanmıştır. Bu model, iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimi ve bu değişkenlerin birbirlerine olan etkilerini belirlemeyi amaçlar (Karasar, 2022).

### Çalışma Grubu

Araştırmanın katılımcıları, beş farklı lise türünde eğitim öğretime devam etmekte olan 238 kız ve 332 erkek öğrenciden oluşmaktadır. Öğrenciler basit rastgele örnekleme yoluyla seçilmiştir. Tablo 1’de gönüllü katılım sağlayan öğrencilere ait bilgilere yer verilmiştir.

Tablo 1

#### Demografik Bilgiler

Demografik Değişken	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kız	238	41.8
	Erkek	332	58.2
Sınıf	9	212	37.2
	10	102	17.9
	11	143	25.1
	12	113	19.8
Okul Türü	Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	106	18.6
	Anadolu Lisesi	177	31
	Anadolu İmam Hatip Lisesi	82	14.4
	Kız Meslek Lisesi	70	12.3
	Fen Lisesi	135	23.7
Toplam		570	100

Tablo 1’ de katılımcıların %58.2’si erkek (n=332), %41.8’i kız (n=238) öğrenciden oluştuğu görülmektedir. Ayrıca öğrencilerin %37.2’si (n=212), 9., %17.9’u (n=102), 10., %25.1’i (n=143), 11., %19.8’i (n=113), 12. sınıfa devam etmektedir. Okul türü olarak öğrencilerin %18.6’sı (n=106), Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, %31’i (n=177), Anadolu Lisesi, %14.4’ü (n=82), Anadolu İmam Hatip Lisesi, %12.3’ü (n=70), Kız Meslek Lisesi, %23.7’si (n=135), Fen Lisesine devam etmektedir.

### Veri Toplama Araçları

**Akademik beklentilere ilişkin stres envanteri:** Ang ve Huan (2006) tarafından geliştirilen Akademik Beklentilere İlişkin Stres ölçeğinin Türkçeye uyarlaması Kelecioğlu ve Bilge (2009) tarafından yapılmıştır. Toplam 9 maddeden ve 5’li likert tipli olan ölçekte “Aile/Öğretmen Beklentileri” ve “Kendine İlişkin Beklentileri” şeklinde iki boyutu vardır. Örnek maddeler olarak

“Ailemin benden beklentilerini gerçekleştiremediğimde kendimi suçlarım” (aile/öğretmen beklentileri boyutu), “Sınavda yapabileceğimi yapamadığım zaman gerginlik yaşarım” (kendine ilişkin beklentiler) gösterilebilir. Ölçekten hem toplam puan hem de alt boyutlara ilişkin puan alınabilmektedir. Ölçekte puanlar artması akademik stres düzeyinde artış olduğunu göstermektedir. Yapılan güvenilirlik analizi sonucunda toplam Cronbach alfa değeri .83, aile/öğretmen beklentileri boyutu için .77, kendine ilişkin beklentiler boyutu için ise .73 olarak bulunmuştur.

**Akademik güdülenme ölçeği:** Ölçek, Bozanoğlu (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte toplam 20 soru yer almaktadır ve 5’li likert olarak değerlendirilmektedir. Ölçek puanlaması 20 ile 100 arasında değişmektedir. Ölçek daha çok tek faktörlü kullanıma uygundur. Ayrıca ölçek “Kendini Aşma”, “Bilgiyi Kullanma” ve “Keşif” olmak üzere üç alt boyuta sahiptir. Örnek madde olarak “Zor bir konuyla karşılaştığımda, bunu anlamak için uğraşmak bana keyif verir” (kendini aşma), “Öğrendiğim şeyleri okulun dışında da kullanabilmek için fırsatlar ararım” (bilgiyi kullanma) ve “Sırf daha fazla öğrenmek için öğretmenin istediğinden daha kapsamlı ödevler hazırlarım” (keşif) gösterilebilir. Mevcut çalışma için yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach alfa değeri .81 olarak bulunmuştur.

**Okul tükenmişlik envanteri:** Salmela Aro ve ark. (2009) tarafından geliştirilen Okul Tükenmişliği Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması Çam ve Öğülmüş (2017) tarafından gerçekleştirilmiştir. 5’li likert yapıya sahip ölçekte toplam 9 madde bulunmaktadır. Ayrıca ölçeğin toplam üç alt boyutu bulunmaktadır. Doğrulayıcı Faktör Analizi işlemi sonuçları, ölçeğin tek faktörlü olarak daha iyi uyum değerleri sunduğunu göstermiştir ( $\chi^2/Sd=1.78$ ; RMSEA=.066; GFI=.94; AGFI=.91; CFI=.97; NFI=.94; NNFI=.96; IFI=.97). Dolayısıyla bu çalışmada ölçek toplam puan alınarak kullanılmıştır. Örnek madde “Okul çalışmalarına ilgimi kaybettiğimi hissediyorum” gösterilebilir. Ek olarak ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .83 hesaplanmıştır. Ölçekte puanlar artması okul tükenmişlik düzeyinde artış olduğunu göstermektedir.

### İşlem ve Verilerin Analizi

Araştırma verilerini toplamak için ilk olarak Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Etik Kurul biriminin 4/11/2022 tarih ve 12/10 sayılı izni alınmıştır. Ölçekler sınıflarda araştırmacılar tarafından uygulanmıştır. Bunun için okul idaresi, öğrenci velileri ve öğretmenlerden izin istenmiştir. Sınıflarda öğrencilere çalışmanın amacı anlatılarak gönüllü öğrencilerin ölçekler uygulanmıştır. Öğrencilerin çalışmaya katılımında gönüllü olmalarına dikkat edilmiş ve çalışmaya katıldıktan sonra da istedikleri bir anda ölçekleri doldurmaktan vazgeçip ayrılacakları belirtilmiştir.

Verilerin normallik varsayımları için tüm ölçeklere ait basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılmıştır. Ardından betimleyici istatistiklerden minimum, maksimum, ortalama, standart sapma değerleri kontrol edilmiştir. Ölçeklerin hepsini tamamlamayan ve uç değer olarak tespit edilen toplam 18 verinin çıkarılmasıyla birlikte analizler 570 öğrenciyle gerçekleştirilmiştir. Tablo 2’de araştırmaya katılan öğrencilerin akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ve okul tükenmişliği ölçeklerinden almış oldukları toplam puanlara ilişkin betimsel istatistikler sunulmuştur.

Tablo 2

*Araştırma Değişkenlerine Ait Betimsel İstatistikler*

Değişkenler	N	X	SS	Çarpıklık	Basıklık
Akademik Beklentilere İlişkin Stres	570	27.86	7.36	.83	.19
Akademik Motivasyon	570	62.69	13.47	-.05	.29
Okul Tükenmişliği	570	25.02	7.08	.25	.10

Tablo 2’de araştırma değişkenlerine ait çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında ise her üç ölçeğe ait değerler  $\pm 1.5$  aralığında olduğundan verilerin normal dağıldığı görülmektedir (Hair vd., 2013).

### Bulgular

#### **Ergenlerin akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ve okul tükenmişlikleri arasındaki ilişkiler**

Ergenlerde akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ve okul tükenmişliği değişkenleri arasındaki ilişki Pearson korelasyon analiziyle incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo 3’te yer almaktadır.

Tablo 3

*Ergenlerin Akademik Beklentilere İlişkin Stres, Akademik Motivasyon ve Okul Tükenmişlikleri Arasındaki İlişkiler*

Değişkenler	1	2	3
1. Akademik Beklentilere İlişkin Stres	-		
2. Akademik Motivasyon		-	
3. Okul Tükenmişliği	.45**	-.12**	-

N: 570; \* $p < .05$

Tablo 3’te verilen bulgular incelendiğinde ergenlerin akademik beklentilere ilişkin stres düzeyleri ile okul tükenmişlikleri arasında ( $r = .45$ ,  $p < .05$ ) orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı; akademik motivasyonları ile okul tükenmişlikleri arasında ( $r = -.12$ ,  $p < .05$ ) düşük düzeyde negatif yönlü ve anlamlı ilişkilerinin olduğu görülmektedir.

#### **Okul tükenmişliğinin yordanmasına ilişkin bulgular**

Okul tükenmişliğinin akademik beklentilere ilişkin stres ve akademik motivasyon tarafından yordanma düzeyinin belirlenmesi amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucu Tablo 4’te verilmiştir.

**Tablo 4**

*Akademik Beklentilere İlişkin Stres ve Akademik Motivasyonun Okul Tükenmişliğini Yordamasına İlişkin Aşamalı Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

Değişken	B	S.H.	$\beta$	T	p
1. Sabit	12.96	1.04		12.48	.00
Akademik Beklentilere İlişkin Stres	.43	.04	.45	12.01	.00
2. Sabit	19.50	1.40		13.92	.00
Akademik Beklentilere İlişkin Stres	.49	.04	.51	13.72	.00
Akademik Motivasyon	-.13	.02	-.25	-6.67	.00

\*  $p < .05$

Bağımlı Değişken: Okul Tükenmişliği

1. Aşama:  $R = .45$ ,  $R^2 = .20$ ,  $p < .05$

2. Aşama:  $R = .51$ ,  $R^2 = .26$ ,  $p < .05$

Tablo 4 incelendiğinde, okul tükenmişliğini yordayan değişkenlere ilişkin aşamalı çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, 1. aşamada akademi beklentilere ilişkin stres okul tükenmişliğinin %20'sini açıklarken, 2. aşamada akademik beklentilere ilişkin stres akademik motivasyon ile birlikte okul tükenmişliğinin %26'sını açıkladığı görülmüştür. Bu sonuç, ergenlerin okul tükenmişliği düzeylerindeki %26 oranındaki varyansın akademik beklentilere ilişkin stres ve akademik motivasyon tarafından açıklandığını göstermektedir. Tablodaki değerler incelendiğinde, okul tükenmişliğini açıklamada her iki değişkenin anlamlı katkısının olduğu anlaşılmaktadır. Bunun dışında, akademik beklentilere ilişkin stresin okul tükenmişliğini, akademik motivasyona göre daha fazla açıkladığı söylenebilir. Tüm bu sonuçlar, akademik beklentilere ilişkin stres ve akademik motivasyonun okul tükenmişliğinin anlamlı birer yordayıcıları olduğunu göstermektedir.

### **Tartışma ve Sonuç**

Araştırmada ergenlerin akademik beklentilerine ilişkin stres düzeyleri ile okul tükenmişlikleri arasında ilişki olduğu ve akademik beklentilere ilişkin stresin okul tükenmişliğinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Çalışmadaki bu sonuç öğrencilerin akademik beklentilere ilişkin stres düzeylerindeki artışın, okul tükenmişliklerini artırdığını göstermektedir. Bu bulgu, daha önceki çalışmalarla tutarlıdır (Lee vd., 2020; Tuominen Soini & Salmela Aro, 2014). Bempechat ve Shernoff (2012) ebeveyn-çocuk arasında uyumsuz akademik beklentilerin öğrencinin başarısı ve okul doyumunu olumsuz etkilediğini bildirmiştir. Teuber ve ark. (2021a) öğretmenlerden yönlendirilen yoğun beklentilerin okul tükenmişlik belirtileriyle pozitif ilişkili olduğunu öne sürmüştür. Ayrıca Lee ve ark. (2017), bireysel yoğun öğrenme çabalarından kaynaklanan daha fazla stresin yüksek derecede tükenmişlik ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Talep-kaynaklar modeli açısından öğrencilere yönelik talepler genellikle öğrencileri okula katılmaya zorlayan (örneğin, zor ödevler, yüksek puan beklentisi) veya okul doyumunu engelleyebilecek

faktörlerdir (örneğin, çalışmayla ilgili bireysel stres). Kaynaklar ise tipik olarak öğrencilerin okula katılım ve doyumlarını destekleyen faktörlerdir (Salmela Aro vd., 2022). Günümüzde öğrenciler okulda ve sosyal çevresinde birçok farklı akademik taleple karşılaşmaktadır. Aşırı taleplerin bireyin kaynaklarını aşması durumu ise okul tükenmişliğini ortaya çıkarmaktadır (Bakker & Demerouti, 2017). Bu nedenle akademik beklentilere ilişkin stres öğrencilerin kaynaklarını azaltarak okul tükenmişliğine yol açabilir.

Araştırmanın bir diğer sonucunda ergenlerin akademik motivasyon düzeyleri ile okul tükenmişlikleri arasında ilişki olduğu ve akademik motivasyonun okul tükenmişliğinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Çalışmadaki bu sonuç öğrencilerin akademik motivasyonlarındaki artışın, okul tükenmişliklerini azalttığını göstermektedir. Önceki bulgular mevcut araştırmanın sonucunu desteklemektedir (Atık & Çelik, 2021; Lyndon vd., 2017). Fiorilli ve ark. (2017) motivasyon düzeyi yüksek öğrencilerin, tükenmişlik gibi olumsuz durumlarla başa çıkmak için etkili stratejiler kullandıklarını tespit etmiştir. Talep-kaynaklar modeli açısından, aşırı taleplere bağlı yaşanan stres durumunda bireyler kaynaklara başvurmaktadır. İçsel bir kaynak olan motivasyondaki sınırlılık durumu ise strese bağlı tükenmişliği artırmaktadır (Teuber vd., 2021b). Dolayısıyla koruyucu bir kaynak olan motivasyon, okullarda önemli risk faktörü olan tükenmişlik duygusunu azaltabilir.

Birçok öğrenci, okul ortamında motivasyon kaybı yaşayabilir. Bu durum karşısında öğrenciler derslere gelmeden önce hazırlık yapmak veya ödevlere başlamak gibi günlük alışkanlıklarda azalmalar yaşayabilirler. Akademik motivasyonu azalan bireylerin sınıf ortamlarında, sınıf içi etkileşimleri azalabilir ve bu nedenle öğretmenlerle iletişim kurmakta zorlanabilirler. Yaşanan motivasyon kaybı, erteleme, kaygı ve okul tükenmişliği gibi olumsuz durumlara yol açabilir. Bu bakımdan öğrencilerin akademik motivasyonlarını desteklemek, okul tükenmişliğini azaltmak için önemli katkılar sağlayabilir.

### **Sınırlılıklar ve Öneriler**

Bu çalışma bazı sınırlılıklara sahiptir. Birincisi bu araştırma kesitsel tasarıma sahiptir. Mevcut araştırma da her ne kadar ilişkilerin yönü teorik olarak ve daha önceki çalışmalarla desteklenmiş olsa da gelecekteki araştırmalar, özellikle arabuluculuk hipotezleriyle varsayılan ilişkileri daha detaylı inceleyebilir. İkincisi, bu çalışma öğrencilerin kişisel bildirimlerine dayanmaktadır. Bazı yapıların çoklu ölçümleri avantaj oluşturabileceğinden, sonraki çalışmalar akademik stres ve motivasyonu etkileyebilecek diğer kişilerin (akran, öğretmen, kardeş vb.) görüşlerine başvurabilir. Son olarak araştırma verileri doğu kültürünü temsil eden şehirlerden toplanmıştır. Bir sonraki çalışmalar, okul tükenmişliğini farklı bölgelerdeki öğrenciler arasında karşılaştırmalı olarak inceleyebilir.

Ayrıca bu çalışmanın sonuçları, ortaöğretime devam etmekte olan öğrencilerin kariyer planlamalarını desteklerken çeşitli faktörlerin dikkate alınması gerektiğini vurgulaması yönünden önemli olabilir. Bu nedenle akademik beklentilere ilişkin stres ve düşük motivasyonun öğrencilerin akademik başarılarında etkisi göz önüne alındığında, bunlardan herhangi birindeki problemler fark edilmeli ve profesyonel destek sağlanmalıdır. Ek olarak, okul psikolojik danışmanları öğrencilerin stres ve motivasyon alanlarını etkileyen öğretmen ve ailelere farkındalık çalışmaları yaparak okul tükenmişliğini önleyebilir.

### **Kaynakça**

Ang, R. P., & Huan, V. S. (2006). Academic expectations stress inventory: Development, factor analysis, reliability, and validity. *Educational and Psychological Measurement*, 66(3), 522-539. <https://doi.org/10.1177/001316440528246>

Atık, S., & Çelik, O. T. (2021). Analysis of the relationships between academic motivation, engagement, burnout and academic achievement with structural equation modelling.



Cengiz, S., Yağın, F., Kara, F. & Dörtyol, Z. (2023). Ergenlerde akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mavi Atlas*, 11(1), 63-75.

*International Journal of Contemporary Educational Research*, 8(2), 118-130.  
<https://doi.org/10.33200/ijcer.826088>

Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands– resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285.  
<https://doi.org/10.1037/ocp0000056>

Bempechat, J., & Shernoff, D. J. (2012). Parental influences on achievement motivation and student engagement. In S. L. Christenson, A. L. Reschly & C. Wylie (Eds.) *Handbook of research on student engagement* (pp. 315-342). Springer

Berestova, A., Kolosov, S., Tsvetkova, M., & Grib, E. (2022). Academic motivation as a predictor of the development of critical thinking in students. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 14(3), 1041-1054. <https://doi.org/10.1108/JARHE-02-2021-0081>

Bowyer, K. (2012). A model of student workload. *Journal of Higher Education Policy and Management*, 34(3), 239–258. <https://doi.org/10.1080/1360080X.2012.678729>

Bozanoğlu, İ. (2004). Akademik güdülenme ölçeği: Geliştirmesi, geçerliği, güvenilirliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37(2), 83-98.  
[https://doi.org/10.1501/Egifak\\_0000000094](https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000094)

Cengiz, S., & Peker, A. (2022). Adaptation of the Academic Resilience Scale (ARS-30): Turkish version validity and reliability study. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 12(65), 215-228. <https://www.doi.org/10.17066/tpdrd.1138267>

Çam, Z., & Öğülmüş, S. (2017). Okul tükenmişlik envanterinin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik nitelikleri. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 14-29.

Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499-512.

Eccles, J. S., & Roeser, R. W. (2011). Schools as developmental contexts during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 225-241. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00725.x>

El-Adl, A., & Alkharusi, H. (2020). Relationships between self-regulated learning strategies, learning motivation and mathematics achievement. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 15(1), 104-111. <https://doi.org/10.18844/cjes.v15i1.4461>

Farr Wharton, B., Charles, M. B., Keast, R., Woolcott, G., & Chamberlain, D. (2018). Why lecturers still matter: The impact of lecturer-student exchange on student engagement and intention to leave university prematurely. *Higher Education*, 75(1), 167–185. <https://doi.org/10.1007/s10734-017-0190-5>

Fiorilli, C., Galimberti, V., De Stasio, S., Di Chiacchio, C., & Albanese, O. (2014). School burnout inventory with Italian students of high school. *Psicol. Clin. Dello. Sviluppo*, 18, 403–424. <https://www.rivisteweb.it/doi/10.1449/78365>

Fiorilli, C., De Stasio, S., Di Chiacchio, C., Pepe, A., & Salmela Aro, K. (2017). School burnout, depressive symptoms and engagement: Their combined effect on student achievement. *International Journal of Educational Research*, 84, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2017.04.001>

Firouznia, S., Yousefi, A., & Ghassemi, G. (2009). The relationship between academic motivation and academic achievement in medical students of Isfahan University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*, 9(1), 79–84.

Freire, S. N. B., Jacome, O. H., & Yandun, P. F. (2019). The relationship between academic performance and attendance as factors of student promotion. *Cátedra*, 2(1), 44-59. <https://doi.org/10.29166/catedra.v2i1.1552>

**Cengiz, S., Yağan, F., Kara, F. & Dörtyol, Z. (2023). Ergenlerde akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mavi Atlas*, 11(1), 63-75.**

Gabola, P., Meylan, N., Hascoët, M., De Stasio, S., & Fiorilli, C. (2021). Adolescents' school burnout: A comparative study between Italy and Switzerland. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 11(3), 849-859. <https://doi.org/10.3390/ejihpe11030062>

Günaydın, H. D. (2022). The impact of social problem skills on academic motivation by means of covid-19 fear. *Current Psychology*, (41), 427–436. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01665-z>

Hair, J. F., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2013). Partial least squares structural equation modeling: Rigorous applications, better results and higher acceptance. *Long Range Planning*, 46(1-2), 1-12. <http://dx.doi.org/10.1016/j.lrp.2013.01.001>

Hoferichter, F., Raufelder, D., Schweder, S., & Salmela Aro, K. (2022). Validation and reliability of the German version of the school burnout inventory. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 54(1), 1-50. <https://doi.org/10.1026/0049-8637/a000248>

Ishii, T., Tachikawa, H., Shiratori, Y., Hori, T., Aiba, M., Kuga, K., & Arai, T. (2018). What kinds of factors affect the academic outcomes of university students with mental disorders? A retrospective study based on medical records. *Asian Journal of Psychiatry*, 32, 67-72. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2017.11.017>

Ismail, S. M., Rahul, D. R., Patra, I., & Rezvani, E. (2022). Formative vs. summative assessment: Impacts on academic motivation, attitude toward learning, test anxiety, and self-regulation skill. *Language Testing in Asia*, 12(1), 1-23. <https://doi.org/10.1186/s40468-022-00191-4>

Isoard Gauthier, S., Trouilloud, D., Gustafsson, H., & Guillet-Descas, E. (2016). Associations between the perceived quality of the coach–athlete relationship and athlete burnout: An examination of the mediating role of achievement goals. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 210–217. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.08.003>

Jagodics, B., & Szabo, E. (2022). Student burnout in higher education: A demand-resource model approach. *Trends in Psychology*, 1-20. <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00137-4>

Jiang, S., Ren, Q., Jiang, C., & Wang, L. (2021). Academic stress and depression of Chinese adolescents in junior high schools: Moderated mediation model of school burnout and self-esteem. *Journal of Affective Disorders*, 295, 384-389. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.08.085>

Karasar, N. (2022). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler & teknikler*. Nobel Yayıncılık.

Kelecioğlu, H., & Bilge, F. (2009). Akademik beklentilere ilişkin stres envanterinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36, 148-157.

Korpershoek, H., Canrinus, E. T., Fokkens-Bruinsma, M., & de Boer, H. (2020). The relationships between school belonging and students' motivational, social-emotional, behavioural, and academic outcomes in secondary education: A meta-analytic review. *Research Papers in Education*, 35(6), 641-680. <https://doi.org/10.1080/02671522.2019.1615116>

Lee, S. J., Choi, Y. J., & Chae, H. (2017). The effects of personality traits on academic burnout in Korean medical students. *Integrative Medicine Research*, 6(2), 207-213. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2017.03.005>

Lee, M. Y., Lee, M. K., Lee, M. J., & Lee, S. M. (2020). Academic burnout profiles and motivation styles among Korean high school students. *Japanese Psychological Research*, 62(3), 184-195. <https://doi.org/10.1111/jpr.12251>

Lin, S. H., & Huang, Y. C. (2014). Life stress and academic burnout. *Active Learning in Higher Education*, 15(1), 77-90. <https://doi.org/10.1177/1469787413514651>

Lindfors, P., Minkkinen, J., Rimpelä, A., & Hotulainen, R. (2018). Family and school social capital, school burnout and academic achievement: A multilevel longitudinal analysis among Finnish pupils. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(3), 368-381. <https://doi.org/10.1080/02673843.2017.1389758>

Lyndon, M. P., Henning, M. A., Alyami, H., Krishna, S., Yu, T. C., & Hill, A. G. (2017). The impact of a revised curriculum on academic motivation, burnout, and quality of life among medical students. *Journal of Medical Education and Curricular Development*, (4), 1-8. <https://doi.org/10.1177/2382120517721901>

May, R. W., Bauer, K. N., & Fincham, F. D. (2015). School burnout: Diminished academic and cognitive performance. *Learning and Individual Differences*, 42, 126-131. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.07.015>

Meylan, N., Meylan, J., Rodriguez, M., Bonvin, P., & Tardif, E. (2020). What types of educational practices impact school burnout levels in adolescents?. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4), 1152. <https://doi.org/10.3390/ijerph17041152>

Pisarik, C. T. (2009). Motivational orientation and burnout among undergraduate college students. *College Student Journal*, 43(4), 1238-1253.

Pokhrel, N.B., Khadayat, R., & Tulachan, P. (2020). Depression, anxiety, and burnout among medical students and residents of a medical school in Nepal: A cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 20(1), 1-18. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02645-6>

Polat, S. (2018). Examination of the relationship between alienation from school and school burnout in secondary school students. *Journal of Uludag University Faculty of Education*, 31(1), 257-277. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/517850>

Polman, R., Borkoles, E., & Nicholls, A. R. (2010). Type D personality, stress, and symptoms of burnout: The influence of avoidance coping and social support. *British Journal of Health Psychology*, 15(3), 681-696.

Puklek Levpuscek, M., & Podlesek, A. (2019). Links between academic motivation, psychological need satisfaction in education, and university students' satisfaction with their study. *Psihologijske Teme*, 28(3), 567-587. <https://doi.org/10.31820/pt.28.3.6>

Salmela Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, I.E. and Nurmi, E. (2009). School-burnout inventory: Reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*. 25(1), 48–57. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48>

Salmela Aro, K., Upadyaya, K., Hakkarainen, K., Lonka, K., & Alho, K. (2017). The dark side of internet use: Two longitudinal studies of excessive internet use, depressive symptoms, school burnout and engagement among Finnish early and late adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(2), 343-357. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0494-2>

Salmela Aro, K., Tang, X., & Upadyaya, K. (2022). Study demands-resources model of student engagement and burnout. In A. L. Reschly & S. L. Christenson (Eds.), *Handbook of research on student engagement* (2nd ed.). Springer.

Sorkkila, M., Aunola, K., & Ryba, T. V. (2017). A person-oriented approach to sport and school burnout in adolescent student-athletes: The role of individual and parental expectations. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 58-67. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.10.004>

Teuber, Z., Nussbeck, F. W., & Wild, E. (2021a). School burnout among Chinese high school students: The role of teacher-student relationships and personal resources. *Educational Psychology*, 41(8), 985-1002. <https://doi.org/10.1080/01443410.2021.1917521>

**Cengiz, S., Yağın, F., Kara, F. & Dörtıol, Z. (2023).** Ergenlerde akademik beklentilere ilişkin stres, akademik motivasyon ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mavi Atlas*, *11(1)*, 63-75.

Teuber, Z., Nussbeck, F. W., & Wild, E. (2021b). The bright side of grit in burnout-prevention: Exploring grit in the context of demands-resources model among Chinese high school students. *Child Psychiatry & Human Development*, *52(3)*, 464-476. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01031-3>

Tuominen Soini, H., & Salmela Aro, K. (2014). Schoolwork engagement and burnout among finnish high school students and young adults: Profiles, progressions, and educational outcomes. *Developmental Psychology*, *50(3)*, 649-662. <https://doi.org/10.1037/a0033898>

Ek

Etik Kurul Onay Belgesi

T.C.  
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU  
Eğitim Bilimleri Birim Etik Kurulu Karar Formu

<b>KARAR BİLGİLERİ</b>	<b>Toplantı Sayısı: 12</b> <b>Karar No: 09</b>	<b>Toplantı Tarihi: 04.11.2022</b>
	Aşağıda bilgileri verilen çalışmalar ile ilgili çalışmanın, etik ilkeler açısından değerlendirilmesi isteği ile ilgili husus görüldü.  Yapılan görüşmelerden sonra; söz konusu çalışmayla alakalı yapılacak çalışma için, araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak konuyla ilgili çalışmanın gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel yönden sakınca bulunmadığına, Etik Kurulu oy birliği ile karar vermiştir.	
<b>ÇALIŞMA BİLGİLERİ</b>	<b>Proje Yürütücüsü:</b> Ferdi YAĞAN, Fatih KARA, Zarife DÖRTYOL, Serkan CENGİZ  <b>Çalışma Konusu:</b> Akademik Beklentilere İlişkin Stres, Akademik Motivasyon ve Okul Tükenmişliği Arasındaki İlişkiler (Relationships Between Stress on Academic Expectations, Academic Motivation, and School Burnout)	

EĞTİM BİLİMLERİ BİRİM ETİK KURULU		İMZA
Prof. Dr. Muhsine BÖREKÇİ	Etik Kurul Başkanı	
Prof. Dr. Yavuz TAŞKESENLİGİL	Etik Kurul Başkan Yardımcısı	
Prof. Dr. Betül ASLAN	Etik Kurul Üyesi	
Prof. Dr. Mücahit DİLEKMEK	Etik Kurul Üyesi	
Prof. Dr. Barış DEMİRCİ	Etik Kurul Raportörü	