

# LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SINAV KAYGISI İLE BOYUNEĞİCİLİK DÜZEYLERİ VE SOSYAL DESTEK ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Başaran GENÇDOĞAN\*

**Özet :** Bu araştırmada, lise öğrencilerinin sınav kaygısı ile boyuneğicilik düzeyleri ve sosyal destek algısı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmada, Spielberger Sınav Kaygısı Envanteri, Boyun Eğicilik Ölçeği ve Sosyal Destek Envanteri kullanılmıştır. Araştırmada iki farklı örneklem grubu üzerinde çalışılmıştır. Sınav kaygısı ve boyuneğicilik arasındaki ilişkiler için örneklem grubu olarak, Sivas il merkezinde 2001-2002 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören toplam 53 öğrenciden veriler toplanmış olup sınav kaygısı ile sosyal destek algısı için Sivas ili Divriği ve Gemerek ilçelerinde 2001-2002 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören toplam 77 öğrenciden veri elde edilmiştir. Araştırma bulguları sınav kaygısının duyuşsal, kuruntu alt boyutları ve toplam puanı ile boyun eğicilik arasında ( $p<0.05$ ) anlamlı ilişkiler olduğunu ve sınav kaygısı arttıkça boyun eğici davranışların da arttığını göstermiştir. Sınav kaygısı düzeylerine göre, sınav kaygısı yüksek olanlar ile sınav kaygısı hafif olanlar arasında boyuneğicilik puanları açısından ( $p<0.05$ ) anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Cinsiyet, sınıf düzeyi, babanın işi, kaç kardeş ve kaçınıcı kardeş olduğuna ilişkin değişkenler açısından sınav kaygısı ve boyuneğicilik puanları yönünden ( $p>0.05$ ) farklar anlamsız bulunmuştur. Sınav kaygısı ile sosyal destek algısı arasında da ( $p<0.05$ ) anlamlı ilişkiler bulunmuş olup, sosyal destek algısı düşükçe sınav kaygısının arttığı saptanmıştır.

**Anahtar Kelime:** Lise öğrencileri, sınav kaygısı, boyuneğicilik, sosyal destek

## I. Giriş

Kaygı insan yaşamının değişmez bir melodisi gibidir. Yaşamın her sürecinde, bizi kaygılandıran durumlarla karşı karşıya geliriz. Bu kaygı durumları gelişimsel olarak, doğum anından başlayarak, yaşamın sonlanmasına kadar ki süreç içinde devam eder. Kaygıyı oluşturan durumlardan kaçınmak mümkün değildir. Çünkü, ilerleme, gelişme ve değişme doğanın diyalektiğinde olduğu gibi insanın da diyalektik özelliğidir.

Eğitim-öğretim süreci de bir gelişim basamağıdır ve bu süreç içinde de bireyi kaygılandıran en önemli unsur sınavlardır. Sınav kaygısı bireyin sonradan kazandığı ve öğrencilik yaşantısı boyunca değişmez bir unsurdur. İnsan yaşamının önemli dönemeçlerinden biri olan meslek seçimi, özellikle, ülkemizde üniversite sınavı gibi yüksek bir kaygı kaynağı ile karşı karşıya kalınmasına neden olmaktadır.

Sınav kaygısı, akademik başarıyı olumsuz yönde etkileyen, bilişsel ve fizyolojik belirtilerle görülen ve bireyin çalışma kalitesini bozan bir durum olarak tanımlanmıştır (Güneri, 1997; Man, 1991; Lazarus, 1966; Kirkland ve

---

\* Y.Doç.Dr., Atatürk Üniversitesi, K.Karabekir Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri ABD.

Hallondsworth, 1980, Erkan, 1991). Sınav kaygısının iki farklı boyutu olduğu birçok araştırmada belirtilmektedir (Liebert ve Morris, 1967, Doctor ve Altman, 1969). Sınav kaygısı yüksek olan bireylerin yoğun olarak bilişsel boyuta ilişkin belirtiler gösterdikleri belirtilmektedir (Deffenbacher, 1986). Aşırı düzeyde bir kaygı, öğrenmeyi olumsuz yönde etkilediği, çok düşük düzeydeki kaygının da öğrenmeyi güçleştirdiği, yapılan araştırmalarla belirlenmiştir. Orta düzeyde bir kaygı ise öğrenmeyi olumlu yönde etkilemektedir. Genelde yüksek kaygılı öğrenciler, düşük düzeyde kaygılı öğrencilere göre daha fazla başarısız olurlar. Akademik yeteneği çok yüksek yada çok düşük olan öğrenciler için kaygının düzeyi başarı durumunu etkilememektedir. Akademik yeteneği orta düzeyde olan öğrenciler için kaygı önemli bir etkidir (Morgan, 1981. s.114).

Kaygının destekleyici aile ve sosyal ilişkiler aracılığıyla üstesinden gelinebilir (Uzman, 2004). Yaşam stresinden kaçınmanın mümkün olmadığı ancak sosyal desteğin güçlendirilmesi sayesinde hastalıkların önlenilebileceği ileri sürülmüştür (Cassel,1976, Sorias, 2000). Sosyal destek algısının aile ve çevreden kaynaklanan kabul duygusunu içeren kişisel niteliklere sahip olduğu ve bu kabul duygusunun göreceli olarak durağan olduğu ve bir insanın sosyal dünyasına ilişkin düşünce biçimi ve davranışlarında süregelen bir etki gösterdiği belirtilmektedir (Güçray, 1996).

Boyuneğicilik, özellikle kaygı karşısında bireylerin göstermiş olduğu bir davranıştır. Kaygı ve depresyonla boyuneğici davranış arasındaki ilişki birçok araştırma ile saptanmıştır (Gilbert, 1992; Gilbert; 2000; Trop, Allan, Treasure ve Katzman, 2003). Ayrıca boyuneğici davranış ile otoriteryanizm arasındaki ilişki birçok araştırmada belirtilmiş olup (Ray, Jones, 1983; Ray, 1990) sınav kaygısı ile ilişkisini inceleyen bir araştırmaya rastlanılmamıştır.

Eğitim alanındaki çalışmalarda, öğrencilerin kaygı düzeyleri, birçok araştırma ile ve değişik boyutlarıyla incelenmiştir. Bu araştırmalarda, sınav kaygısı ile boyuneğicilik ve sosyal destek düzeylerini inceleyen herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır.

#### ***A. Araştırmanın Amacı***

Bu araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin sınav kaygısı, sosyal destek ve boyuneğicilik düzeylerinin incelenmesidir.

##### ***1. Alt Problemler***

1. Sınav kaygısı ile boyuneğicilik ve sosyal destek arasında ilişki var mıdır?

2. Farklı düzeylerde sınav kaygısı (düşük, hafif, orta ve yüksek) olan öğrencilerin boyuneğicilik durumları arasında fark var mıdır?

3. Kız ve erkek öğrencilerin, sınav kaygısı ve sosyal destekleri arasında fark var mıdır?

#### ***B. Yöntem***

### 1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2001-2002 eğitim-öğretim yılında Sivas il merkezi ile Divriği ve Gemerek ilçelerinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur.

Araştırmada iki farklı örneklem grubu üzerinde çalışılmıştır. Sınav kaygısı ve boyuneğicilik arasındaki ilişkiler için örneklem grubu olarak, Sivas il merkezinde 2001-2002 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören toplam 54 öğrenciden veriler toplanmış olup sınav kaygısı ile sosyal destek algısı için Sivas ili Divriği ve Gemerek ilçelerinde 2001-2002 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören toplam 77 öğrenciden veri elde edilmiştir.

### 2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, demografik bilgiler, hazırlanan bir anket formu ile toplanmıştır. Sınav kaygısına ilişkin veriler, Spielberg (1980) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlanması ve geçerlik ve güvenilirlik çalışması Albayrak (1985) ve Öner (1990) tarafından yapılan Sınav Kaygısı Envanteri ile toplanmıştır.

### 3. Sınav Kaygısı Envanteri (STE)

Sınav ve sınamayla ilgili olumsuz duygu ve düşünceleri ölçen bir kağıt-kalem testi olup ilkokulun 4. sınıftan başlayarak tüm öğrenci ve diğer bireylere uygulanabilen, yaklaşık olarak 10 dakikada yanıtlanabilen toplam 20 maddeden oluşmuştur. Sekiz maddeden oluşan, Kuruntu (Worry) ve 12 maddeden oluşan Duyuşsallık (Emotionality) olmak üzere iki alt boyutu içerir. Her madde için "hemen hiçbir zaman", "bazen", "sık sık" ve "hemen her zaman" olmak üzere dört seçeneğe bir likert tipi ölçeği vardır. Üç türlü puan çıkarılır: Kuruntu, duyuşsallık ve tüm test puanı. Envanterden alınabilecek en yüksek tüm test puanı 80'dir. Kuruntu alt test puanları 8-32; Duyuşsallık alt test puanları 12-48 arasında değişebilir. Envanterden elde edilen puanların yüksekliği; kuruntunun, duyuşsallığın ve sınav kaygısının yüksekliğini gösterir.

Test-tekrar test güvenirligi, Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayıları 0.70 ile 0.90 arasında, Kuder-Richardson güvenirligi, KR-20 değeri, 0.70 ile 0.90 arasında, madde-toplam test puanı korelasyonları ile hesaplanan içtutarlılık katsayıları tüm test için 0.46, alt testler için 0.43 ve ölçmenin standart hatası, örneklemin eğitim düzeyine göre 3.49 ile 4.63 puan arasında değiştiği bulunmuştur.

Ölçüt-bağımlı geçerliği, Sürekli Kaygı Ölçeği ve sınav koşulunda Durumluluk Kaygı Ölçeği puanları ile korelasyonları .39 ile 0.70 arasında değişmiştir. Yapı geçerliği, Öz Kavram Ölçeği ile orta düzeyde ve olumsuz (-0.31 ile -0.56); uyum güçlüklerinin yansıtıldığı Minnesota Danışma Envanteri alttest puanları ile sınav kaygısı puanları arasında orta düzeyde ve olumlu (0.60 ile 0.22) ilişki saptanmıştır (Öner,1997).

### 4. Boyuneğicilik Ölçeği

Boyuneğicilik ile ilgili veriler, Gilbert ve Allan (1984) tarafından geliştirilen ve Türkçeye çevirisi, geçerlik ve güvenilirliği Şahin ve Şahin (1992) tarafından yapılan ölçek, 5 dereceli likert tipi 16 maddeden oluşmaktadır. Depresyonla ilgili boyuneğici sosyal davranışları ölçek ve yüksek puan boyuneğici davranışı gösterir.

#### 5. Sosyal Destek Ölçeği

Zimet, Dahlen, Zimet ve Farley (1988) tarafından geliştirilmiş olan Çok boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Türkçeye çevirisi, geçerlik ve güvenilirliği Eker ve Arkar (1995) tarafından yapılmıştır. Ölçek 7 dereceli likert tipi toplam 12 sorudan oluşmuştur. Ölçeğin, aile, arkadaşlar ve özel bir insandan algılanan sosyal destek olmak üzere üç boyutu bulunmaktadır. Ölçekten alınan puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu gösterir.

Verilerin analizinde, korelasyon analizi,  $\chi^2$  analizi, t Testi ve varyans analizi kullanılmış olup bu analizler bilgisayarda Windows for SPSS Release 10.00 paket programı ile yapılmıştır.

### C. Bulgular

1. Sınav kaygısı ile boyuneğicilik ve sosyal destek arasındaki ilişki ile ilgili bulgular:

Sınav kaygısı ile boyuneğicilik ve sosyal destek arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ile test edilmiş ve bulgular Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Sınav Kaygısı, Boyuneğicilik ve Sosyal Destek Puanları Arasındaki İlişkiler ile İlgili Korelasyon Analizi Bulguları

	1	2	3	4	5
1. Duyuşsal	-				
2. Kuruntu	0.675*	-			
3. Sınav Kaygısı Toplam puanı	0.945*	0.880*	-		
4. Özel birinden algılanan sosyal destek	-0.052	-0.135	-0.093	-	
5. Aileden algılanan sosyal destek	-0.102	-0.128	-0.123	0.071	-
6. Arkadaşlardan algılanan sosyal destek	-0.092	-0.163	-0.132	0.334*	0.339*
7. Boyuneğicilik	0.306*	0.334*	0.349*	-	-

Sosyal destek için N= 77

(\*) p<0.05 anlamlı

Boyuneğicilik için N=53

Tablo 1 incelendiğinde, sınav kaygısının Duyuşsal, Kuruntu ve toplam puanları ile Sosyal Destek Envanterinin özel birinden, arkadaşlardan ve aileden

algılanan sosyal destek puanları arasında istatistiksel açıdan ( $p>0.05$ ) anlamlı bir ilişki çıkmamıştır. Boyuneğicilik puanları ile sınav kaygısının Duyuşsal, Kuruntu ve toplam puanları arasında  $p<0.05$  önem düzeyinde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Bu bulgu sınav kaygısı ile sosyal destek arasında bir ilişki olmadığını ve sınav kaygısı arttıkça boyuneğiciliğin de arttığını göstermektedir.

2. Farklı düzeylerde sınav kaygısı (düşük, hafif, orta ve yüksek) olan öğrencilerin boyuneğicilik durumları arasındaki farkla ilgili bulgular:

Farklı düzeylerde sınav kaygısı (düşük, hafif, orta ve yüksek) olan öğrencilerin boyuneğicilik puanları arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi uygulanmış ve farklı düzeylerde sınav kaygısına sahip öğrencilerin, boyuneğicilik puanlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2 ve varyans analizi ile ilgili bulgular Tablo 3’de verilmiştir.

Tablo 2. Farklı Sınav Kaygısı Düzeylerine Sahip Öğrencilerin Boyuneğicilik Puanlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Sınav Kaygısı Düzeyleri	N	$\bar{X}$	S.S.
Duyuşsal	Hafif	8	19.25	2.12
	Orta	14	24.36	5.11
	Yüksek	31	29.45	5.16
	Toplam	53	26.57	6.08
Kuruntu	Hafif	8	11.75	1.39
	Orta	14	14.57	0.65
	Yüksek	31	20.19	3.02
	Toplam	53	17.43	4.16
Toplam	Hafif	8	31.00	2.14
	Orta	14	38.93	5.15
	Yüksek	31	49.65	6.91
	Toplam	53	44.00	9.31

Tablo 3. Farklı Sınav Kaygısı Düzeylerine Sahip Öğrencilerin Boyuneğicilik Puanları İle İlgili Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	S.D.	Ortalama Kare	F

Duyuşsal	Gruplar arası	754.627	2	377.314	16.119*
	Gruplar içi	1170.392	50	23.408	
	Toplam	1925.019	52		
Kuruntu	Gruplar arası	609.252	2	304.626	52.204*
	Gruplar içi	291.767	50	5.835	
	Toplam	901.019	52		
Sınav kaygısı toplam puanları	Gruplar arası	2699.975	2	1349.987	37.292*
	Gruplar içi	1810.025	50	36.201	
	Toplam	4510.00	52		

(\*)  $p < 0.05$  anlamlı

Tablo 3 incelendiğinde, farklı düzeylerde sınav kaygısına sahip öğrencilerin, boyuneğicilik puanları arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi uygulanmış ve duyuşsal, kuruntu ve sınav kaygısı toplam puanlarına ilişkin varyans değerleri  $p < 0.05$  önem düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Bu bulgu, farklı düzeylerde sınav kaygısına sahip öğrencilerin, boyuneğicilik puanları arasında istatistiksel açıdan ( $p < 0.05$ ) anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir. Bu farkın hangi sınav kaygısı düzeylerindeki öğrenciler arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD (Least Significant Difference / En Küçük Önemli Fark) testi uygulanmış ve bulgular Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4. Farklı Sınav Kaygısı Düzeylerine Sahip Öğrencilerin Boyuneğicilik Puan Ortalamaları Arasındaki Farkla İlgili LSD Testi Bulguları

	(I)	(J)	Ortalamalar arası fark (I-J)	Önem düzeyi
Duyuşsal	Hafif	Orta	- 5.1071	$p > 0.05$
		Yüksek	- 10.2016	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>
	Orta	Hafif	5.1071	$p > 0.05$
		Yüksek	- 5.0945	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>
Kuruntu	Hafif	Orta	- 2.8214	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>
		Yüksek	- 8.4435	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>
	Orta	Hafif	2.8214	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>
		Yüksek	- 5.6221	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>
Toplam Puan	Hafif	Orta	- 7.9286	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>
		Yüksek	- 18.6452	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>
	Orta	Hafif	7.9286	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>
		Yüksek	- 10.7166	<b><math>p &lt; 0.05</math></b>

Tablo 4 incelendiğinde, boyuneğicilik açısından hangi sınav kaygısına sahip öğrenciler arasında farklılık olduğunu belirlemek amacıyla LSD (Least Significant Difference / En Küçük Önemli Fark) testi uygulanmış ve hafif düzeyde sınav kaygısına sahip öğrencilerin boyuneğicilik puan ortalamasının,

orta ve yüksek düzeyde sınav kaygısına sahip öğrencilerin puan ortalamasından daha düşük olduğu görülmektedir.

Bu bulgu, düşük sınav kaygısına sahip öğrencilerin diğerleriyle boyuneğme davranışı dışında daha sağlıklı bir ilişki içinde olduklarını göstermektedir.

3. Kız ve erkek öğrencilerin, sınav kaygısı ve sosyal destekleri arasındaki farkla ilgili bulgular:

Kız ve erkek öğrencilerin, sınav kaygısı ve sosyal destek puanları arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla, t testi uygulanmış ve bulgular Tablo 5'de verilmiştir.

Tablo 5. Kız ve Erkek Öğrencilerin Sınav Kaygısı ve Sosyal Destek Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Testi Bulguları

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S.S.	t	Önem düzeyi
Duyuşsal	Erkek	23	24,4783	5,8920	3,862	<b>P&lt;0.05</b> <b>anlamlı</b>
	Kız	54	30,9444	7,0401		
Kuruntu	Erkek	23	16,0870	4,2844	1,832	p>0.05 anlamsız
	Kız	54	18,3519	5,2203		
Sınav kaygısı toplam puanı	Erkek	23	40,5652	9,3411	3,284	<b>P&lt;0.05</b> <b>anlamlı</b>
	Kız	54	49,2963	11,1839		
Özel birinden algılanan sosyal destek	Erkek	23	15,3478	7,6907	0,759	p>0.05 anlamsız
	Kız	54	16,8333	7,9283		
Aileden algılanan sosyal destek	Erkek	23	20,5652	7,3288	0,492	p>0.05 anlamsız
	Kız	54	21,3889	6,4615		
Arkadaşlardan algılanan sosyal destek	Erkek	23	18,2609	7,3868	2,631	<b>P&lt;0.05</b> <b>anlamlı</b>
	Kız	54	22,4815	6,0086		

S.D.= 75

Tablo 5 incelendiğinde, kız ve erkek öğrencilerin, sınav kaygısı ve sosyal destek puan ortalamaları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla t Testi uygulanmıştır.

Duyuşsal boyut, sınav kaygısı toplam puanları ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek puanları açısından, istatistiksel olarak p<0.05 önem düzeyinde anlamlı farklar bulunmuş olup kuruntu alt boyutu, özel birinden ve aileden algılanan sosyal destek puanları açısından farklar, istatistiksel olarak p>0.05 önem düzeyinde anlamsız bulunmuştur.

Tablo incelenmeye devam edildiğinde, erkek öğrencilerin duyuşsal boyut puan ortalamaları 24,4783 olup, kız öğrencilerin duyuşsal boyut puan ortalaması olan 30.9444'den küçük olduğu görölmektedir.

Tablodan, erkek öğrencilerin sınav kaygısı toplam puan ortalamaları 40,5652 olup, kız öğrencilerin sınav kaygısı toplam boyut puan ortalaması olan 49.2963'den küçük olduğu görölmektedir.

Tablo incelenmeye devam edildiğinde, erkek öğrencilerin arkadaşlardan algılanan sosyal destek puan ortalamaları 18.2609 olup, kız öğrencilerin duyuşsal boyut puan ortalaması olan 22.4518'den küçük olduğu görölmektedir.

Bu bulgular, kızların sınav kaygısının duyuşsal boyutu ve sınav kaygısı toplam puanları açısından erkeklere göre daha kaygılı olduğunu göstermektedir. Kızların arkadaşlardan algılanan sosyal destek düzeyleri, erkeklere göre yüksek bulunması, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre, arkadaşlarından daha yüksek düzeyde sosyal destek algıladıklarını göstermektedir. Bu bulgu yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırma bulgularıyla da tutarlıdır (Güçray, 1996; Procidano ve Heler, 1983; Sarason ve diğ. 1987; Erkan, 1991; Eskin, 1995; Soylu ve Güçray, 2000).

Sınav kaygısı envanterinden alınan ham puanlar, T puanına dönüştürölür ve 50 T puanı üstündeki puanlar yüksek kaygı düzeyini gösterir. Bu bağlamda, sınav kaygısı envanterinin tüm testinden, 50 T puanı üstünde puan alanların, sayısı ve yüzdeler oranları ile ilgili bulgular Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Sınav Kaygısı Envanterinden 50 T Puanı Üstünde Puan Alanların Sayısı

	Sınav Kaygısı				TOPLAM	
	Yok		Var		N	%
	n	%	n	%		
Sivas il merkezi*	18	34	35	66	53	100
Divriğı ve Gemerek**	26	34	51	66	77	100
TOPLAM	44	34	86	66	130	100

(\*) N=53

(\*\*) N= 77

Tablo 2'incelendiğinde, gerek Sivas il merkezindeki, gerekse Divriğı ve Gemerek kasabalarındaki öğrencilerin, % 66'sı, 50'nin üstünde T puanları almışlardır. 50 T üstü puanlar, yüksek sınav kaygı düzeylerini göstermektedir. Bu bulgu, Gündoğdu'nun (1997) yaptığı araştırmada sonuçlarıyla benzerdir. Gündoğdu, öğrencilerin % 69'unun sınav kaygısının yüksek olduğunu bulmuştur.

Bu bulgu, lise öğrencilerinin 2/3'ünün yüksek düzeyde sınav kaygısı ile yaşadıklarını göstermektedir.



## II. Sonuç ve Öneriler

Sınav kaygısının özellikle başarı üzerindeki olumsuz etkisi göz önüne alındığında, bu kadar yüksek olması düşündürücüdür. Sınav kaygısının akademik başarıyı olumsuz yönde etkilediği birçok araştırma ile saptanmıştır (Culler ve Hollahan, 1980; Morgan, 1981; Başarır, 1990; Erkan, 1991; Gündoğdu, 1994;). Sınav kaygısı yükseldikçe boyuneğiciliğin artması yönündeki bulgular, öğrencilerin sınavlara yönelik olarak bilgilerine güvenmelerinden çok, otoriter bir güç karşısında kaderlerine razı olma yönünde bir davranış sergilediklerini göstermektedir. Sınav kaygısı ile boyuneğicilik arasındaki ilişki çıkması da sosyal desteğin sınav kaygısına çare olucu etkisini göstermesi açısından önemlidir.

Bu bağlamda, öğrenci velilerinin çocuklarına destek vermelerinin sınav kaygısını azalttığı yönünde bilgilendirilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir. Bu desteği ne yönde ve nasıl vereceklerine ilişkin somut açıklamalar yapılmalıdır. Velilerin çocuklarının başarı ve başarısızlıkları karşısından aşırı tepkilerde bulunmamaları önerilebilir.

Ayrıca öğretmenlerin öğrencileri sınavla disipline etme girişimlerinde bulunmamaları yönünde bilgilendirilmeli. Öğrencilerin başarıya da başarısızlığa da aynı düzeyde tepki vermelerini sağlamak amacıyla grupla psikolojik danışma uygulanabilir. Sınavların birer geri bildirim aracı olduğu konusunda da öğrencilerin ve öğretmenlerin bilinçlendirilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir.

Bu araştırmada kız ve erkek öğrencilerin sınav kaygıları arasında bir fark çıkmamıştır. Bu bulgu sınavların, her iki cinsiyetten öğrenci üzerinde de aynı etkiye neden olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Okullardaki psikolojik danışmanların, sınav kaygısını azaltmaya yönelik grupla psikolojik danışma ve sistematik duyarsızlaştırma uygulamaları yapmaları ve sınav kaygısını azaltmada etkisi birçok araştırma ile belirlenmiş olan gevşeme egzersizlerini (Altmaier ve Woodwards, 1981; Brown ve Nelson, 1983; Dendato ve Diener, 1986; Spielberger ve Vagg, 1987; Erkan, 1997) sınav kaygısı yüksek olan öğrencilere öğretmeleri önerilebilir.

**Abstract:** In this research investigation relationship among anxiety of examination, social support and submission of college students. Data were collected to Spileberger Test Anxiety Inventory, Submit Scale, Social Support Inventory. In this research two different sample groups were applied. One of them consisted of 53 students and the other consisted of 77 students in Sivas province. A significant relationship ( $p<0.05$ ) were found between sub-dimensions

of affective and neurotic test anxieties and submit. According to test anxiety levels, significant differences were found between the subjects who had higher test anxieties and who had lower test anxieties. A difference were not found between test anxiety and submit ( $p>0.05$ ) in terms of gender, classroom level, father's profession, number of siblings (and order). Also, significant differences were found between the test anxiety and social support perception ( $p<0.05$ ) and it was concluded that when the social support perception decreased, test anxiety increased.

**Key Words:** College students, anxiety of examination, submission, social support

### Kaynakça

- Altmaier, E.M. ve Woodward, M. (1981) Group vicarions desensitization of test anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 28, 467-469.
- Başarır, D. (1990) Ortaokul son sınıf öğrencilerinde sınav kaygısı, durumluluk kaygı, akademik başarı ve sınav başarısı arasındaki ilişkiler. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). HTÜ, Ankara.
- Brown, S.D. ve Nelson, T.L. (1983 ) Beyond the uniformity myth: A comparison of academically successful and unsuccessful test anxious students. *Journal of Counseling Psychology*, 30, 367-375.
- Cassel, J. (1976) The contribution of the social environment to host resistance. *American Journal of Epidemiology*.
- Culler, R.E. ve Hollahan, C.J. (1980) Test anxiety and academic performance: The effect of study related behaviors. *Journal of Educational Psychology*, 72, 16-20.
- Deffenbacher, J.L. (1986) "Cognitive and Psychological Components of Test Anxiety on Real Life Exams". *Cognitive Therapy and Research*. Vol:10, (6), p.p.635-647.
- Dendato, K. ve Diener, D. (1986) Effectiveness of cognitive relaxation therapy and study, skill training in reducing self reported anxiety and improving the academic performance of test anxious students. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 131-135.
- Doctor, R.M. and Altman, F. (1969) Worry and Emotional as Components of Test Anxiety: Replication and Further Data". *Psy. Reports*. Vol:24, p.p.563-568.
- Eker, D. ve Arkar, H. (1995) "Çok Boyutlu Sosyal Destek Ölçeği'nin faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği". *Türk Psikoloji Dergisi*, Cilt:10, Sayı:34, Haziran, 45-55, Ankara.
- Erkan, Serdar (1991) Sınav kaygısının öğrenci seçme sınavı başarısı ile ilişkisi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). A.Ü, Ankara.
- Erkan, Zülal (1997) Grup rehberliğinin yüksek sınav kaygısı üzerindeki etkisine yönelik bir çalışma. III. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Adana, 89-96.

- Eskin, M. (1995) Reliability of the Turkish version of Perceived Social Support from Friends and Family Scales, Scale for Interpersonal Behavior and Suicide Probability Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 49, 515-523.
- Gilbert, Paul (1992) *Depression: The evolution of powerlessness*. Hove, UK.:LEA.
- ....., (2000) The relationship of shame, social anxiety and depression: The role of the evolution of social rank. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7, 174-189.
- Gilbert, P. ve Allan, S. (1994) "Assertiveness, submissive behavior and social comparison". *British Journal of Clinical Psychology*, 33, 295-306.
- Güçray, Sonay (1996) *Aile ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek bireylerarası ilişkilerde yeterlik ve karar verme ilişkileri*. (Basılmamış Doçentlik Tezi).
- Gündoğdu, Mehmet (1994) *The relationship between helpless explanatory style, test anxiety and academic achievement among sixth grade basic education students*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). ODTÜ, Ankara.
- ....., (1997) *İlköğretim Okulu Altıncı Sınıf Öğrencilerinde Öğrenilmiş Çaresizlik Sınav Kaygısı ve Akademik Başarı İlişkisi*. III. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Adana, 74-84.
- Güneri, O.Y. (1997) "Durumluluk ve Sürekli Kaygı ile Sınav Arasındaki İlişki". III. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları. Ç.Ü. Adana.
- Kirkland, K. and Hallondsworth, J.G. (1980) "Effective Test Taking: Skills Acquisition Versus Anxiety Reduction Techniques". *Journal of Counselling and Clinical Psyc*. Vol: 48, p.p.431-439.
- Lazarus, R.S. (1966) **Psychological Stress and Coping Process**. New York: Mc Graw-Hill.
- Liebert, R.M. and Morris, L.W. (1967) "Cognitive and Emotioanal Compenent Components of Test Anxiety: A Distinction and Some Initial Data". *Psychological Reports*. Vol:20, p.p.975-978.
- Morgan, C.T. (1981) **Psikolojiye Giriş Ders Kitabı**. (Çev. Sirel Karakaş ve diğ.) Meteksan Basımevi, Ankara.
- Öner, Necla (1990) **Sınav Kaygısı Envanteri Elkitabı**. Yüksek Öğretimde Rehberliği Tanıtma ve Rehber Yetiştirme Vakfı Yayını No:1, İstanbul.
- ....., (1997) **Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler: Bir Başvuru Kaynağı**. 3. Baskı, Boğaziçi Üniversitesi Matbaası, İstanbul.
- Procidano, M.E. ve Heler, K. (1983) Measures of percieved social support from friends and from family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology*, 11, 1-24.

- Ray, J.J. ve Jones, Jennifer, M. (1983) Attitude to authority and authoritarianism among schoolchildren. *The Journal of Social Psychology*, 119, 199-203.
- ....., (1990) Authoritarian behavior and Political orientation: A comment of rigby. *Journal of Personality Assessment*, 54, 419-422.
- Sarason, B.R. ve Shearin, E.N. ve diğ. (1987) Interrelations of social support measures: Theoretical and practical implications. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 813-832.
- Sorias, Oya (2000) Yaşam stresine karşı koruyucu olarak sosyal destek. V. Ulusal Psikoloji Kongresi, Psikoloji-Seminer Dergisi Özel Sayısı, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayını, 8, 805-811.
- Soylu, Özlem ve Güçray, Sonay (2000) Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin ailelerinden sosyal destek algılayıp algılamama durumlarına göre psikolojik belirtiler yönünden incelenmesi. VII. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Özet Kitabı, 84-85.
- Spielberger, C.D. ve Vagg, P.R. (1987) The treatment of test anxiety: A transactional process model. *Advances in Test Anxiety Research*, 5, 179-186.
- Spielberger, C.D. (1980) "Preliminary professional manual for the Test Anxiety Inventory" Consulting Psychologist Press: Palo Alto, C.A.
- Şahin, N. ve Şahin, N. (1992) "Adolescent guilt, shame, and depression in relation to sociotropy and autonomy". *The World Congress of Cognitive Therapy*, Toronto, June 17-21.
- Trop, Nicholas, A., Allan, Steven, Treasure, L. Janet, ve Katzman, Melanie (2003) Social comparison and submissive behaviour in eating disorder patients. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 76, 237-249.
- Uzman, Ersin (2004) Sosyal destek düzeyleri farklı üniversite öğrencilerinin kimlik statüleri. *Eğitim Araştırmaları*, 4, 15, 110-121.
- Zimet, G.D., Dahlen, N.W., Zimet, S.G. ve Farley, G.K. (1988) "The Multidimensional Scale of Perceived Social Support". *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41.