

## Ortaokul Öğrencilerinin Spor Yapma Durumlarına Göre Sınav Kaygılarının İncelenmesi

Özlem EKİZOĞLU<sup>1</sup>, Mehmet ACET<sup>2</sup>

### ÖZET

**Amaç:** Bu araştırma, ortaokul öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre sınav kaygılarını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

**Yöntem:** Araştırmanın örneklemini, Afyonkarahisar ili Dinar ilçesine bağlı 5 ortaokulda eğitim göre gönüllü 363 ortaokul öğrencisi oluşturmaktadır. Öner (1990)'in Türkçeye uyarladığı sınav kaygısı ölçeği ile araştırmanın verileri toplanmıştır. Bulgular için SPSS 21.0 programı kullanılmış ve veriler normal dağılım sergilediğinden analizde, Independent T-Testi ve One Way Anova kullanılmıştır.

**Bulgular:** Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin cinsiyetlerine, sınıflarına ve spor yapma durumlarına göre sınav kaygılarının da anlamlı farklılıklar görülmüştür ( $p < 0.05$ ).

**Sonuç:** Sonuç olarak erkek öğrencilerin kız öğrencilerine göre, 8. sınıf öğrencilerinin diğerlerine göre ve spor yapmayanların spor yapanlara göre sınav kaygıları yüksek bulunmuştur. Kısaca spor yapmanın, öğrencilerin sınav kaygısını azaltmaya etkisinin olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Öğrenci, Sınav kaygısı, Spor

### ABSTRACT

#### Investigation of Secondary School Students' Exam Anxiety According To Their Sports Status

**Purpose:** This research was conducted to examine the exam anxiety of secondary school students according to their sports activities.

**Method:** The sample of the research consists of 363 volunteer secondary school students studying in 5 secondary schools in Dinar district of Afyonkarahisar province. The data of the study were collected with the test anxiety scale adapted into Turkish by Öner (1990). SPSS 21.0 program was used for the findings and since the data exhibited normal distribution, Independent T-Test and One Way Anova were used in the analysis.

**Results:** Significant differences were observed in the test anxiety of the secondary school students participating in the research depending on their gender, grade and sports activities.

**Conclusion:** As a result, exam anxiety was found to be higher among male students than female students, among 8th grade students compared to others, and among those who did not do sports compared to those who did sports. In short, it can be said that doing sports has the effect of reducing students' exam anxiety.

**Keywords:** Student, test Anxiety, Sports.

### GİRİŞ

Günümüzde sınavlar öğrenci başarısını değerlendirmek için en önemli kriter haline gelmiştir. Bu durum öğrencilerde sınav kaygısının oluşmasına neden olmaktadır (Yıldız, 2007). Genel olarak birçok öğrenci gireceği sınav sonuçlarıyla öz varlığının da değerlendirildiğini düşünür. Bu düşünceye bağlı olarak vücutta meydana gelen kimyasal

<sup>1</sup> Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzincan/TÜRKİYE  
ORCID: 0000-0002-5705-7134

<sup>2</sup> Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kütahya/TÜRKİYE  
ORCID: 0000-0003-3601-1601

değişiklikler, zihinsel aktivitenin işlevinde yarattığı olumsuzluklarla öğrenmeye engel olarak güçlü sınav kaygısı öğrenciyi başarısızlığına yol açabilir. Kaygılı kişi, basit öğrenmede daha başarılı olurken öğrenme daha karmaşık hale geldiğinde artan kaygı öğrenmeyi zorlaştırabilir. Öğrenme sırasında artan stresli durumlarda kaygısı yüksek olan kişilerin başarı oranları daha da düşüktür. Çünkü bu noktada beyinde artan katekolamin miktarları, öğrenme için gerekli proteinlerin sentezini azaltabilir (Demirci, 2006)

Sınav kaygısının, bilişsel olarak kuruntu ve duyusallık olarak iki yönü vardır (Öner, 1997). Kuruntuluk durumu, kişinin kendi hakkında olumsuz düşüncelere sahip olması ve daha önce yaşamış olduğu başarısızlıklarına odaklanarak kendini her anlamda yetersiz hissetmesidir. Bireyin sınav sırasında yaşadığı kuruntu durumu, başarılı olamayacağına veya karşılaştığı sorunları çözemeyeceğine inanmasına sebep olur. Duyusallık ise sınav kaygısının, duygusal ve fizyolojik yönüdür. Sinir sisteminin uyarılmasıyla aşırı duyarlılık, hızlı kalp atışı, terleme, ani sıcak basması, mide bulantısı, sinirlilik ve sonrasında titreme gibi fiziksel bir reaksiyon içeren bir süreçtir (Dinç, Uluöz ve Sevimli, 2010; Doğan, 2005). Kaygının sebep olduğu kontrol edilemeyen duygular, olumsuz durumlarla iş birliği yapabilir ve sınav esnasında bilgileri hatırlamakta güçlük çekme, panik olma, soruları algılayamama, hatalar yapmaya sebep olabilir. Sonuç olarak sınav kaygısının yarattığı yoğun duygu, öğrencilerin, zihinsel yaşamına ciddi anlamda zarar verebilmektedir.

Modern toplumlarda spor, çoğunlukla kolektiftir ve ilgileri diğerlerine göre daha sosyal ilişkiler kurar. Spor dallarından herhangi biriyle uğraşanlar, kendi dar dünyasından sıyrılarak başka çevreleri ve insanları tanır; onlarla çeşitli diyaloglara girer ve farklı alanlarda kültürlenir. Sporun başka iyi bir yönü ise arkadaşlık kurmayı güçlendirmeyi, sosyal uyumu destekler, özgüvenini artırır, fiziksel ve mental sağlığı olumlu etkiler, vücut enerjisinin artmasını sağlar ve insanı zinde tutar (Mollaoğulları ve Uluç, 2018; Çavuşoğlu, 1993; Dalkıran, 2012).

Fiziksel aktivite, kas stresine neden olan gerginliği azaltmanın harika bir yoludur. Stres hormonu; korktuğumuz, endişelendiğimiz veya hayal kırıklığına uğradığımız zaman vücudumuzda daha fazla salgılanmaya başlar. Egzersiz bu hormonu azaltır ve stresi önler. Egzersiz sırasında vücut endorfin, norepinefrin ve serotonin salgılar. Endorfinler, doğal ağrı kesicilerdir ve vücutta antidepresanlar gibi davranarak insanların kendilerini daha iyi ve mutlu hissetmelerini sağlar. Araştırmalar düzenli olarak egzersiz yapan kişilerin yapmayanlara göre depresyon, kaygı ve öfke kontrolü ile ilgili sorunları daha az yaşadıklarını göstermiştir (Yiyit,

2017; Başarır, 1990). Bu araştırma da spor yapan çocukların yapmayanlara göre sınav kaygı düzeylerini incelemeyi amaçlamaktadır.

## **YÖNTEM**

---

### **Araştırmanın Modeli**

Nicel araştırma yöntemlerinden genel tarama modelinden ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Genel tarama modelleri; evren hakkında bilgiye varmak, genellemeye ulaşmak için örnek veya örnekleme yoluyla yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 2017).

### **Araştırmanın Grubu**

Araştırmanın örneklemini, 2022-2023 eğitim öğretim yılında Afyonkarahisar ili Dinar ilçesinde 5 ortaokulda öğrenim gören gönüllü (5. 6. 7. ve 8. Sınıf) 363 öğrenci oluşturmaktadır.

### **Araştırmanın Etik Yönü**

Kütahya Dumlupınar Üniversitesi 14.04.2023 tarihli ve 194326 sayılı yazısı gereğince etik uygunluğuna karar verilmiştir.

### **Veri Toplama Araçları**

Bu çalışmada iki bölümden oluşan bir çevrimiçi form aracılığı ile çalışmaya katılan öğrencilerden veri toplanmıştır. Formun ilk kısmında katılımcılara ait demografik bilgileri elde etmeye ve sportif faaliyetlere katılım durumlarını tespit etmeye yönelik soruları içeren kişisel bilgiler anketi ve sınav kaygı düzeylerini saptamak amacı *Sınav Kaygısı Envanteri* uygulanmıştır.

### ***Sınav Kaygısı Envanteri***

Bu çalışmada 5. 6. 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin sınav kaygı düzeylerini ölçmek için Schwarzer, Van Der Ploeg ve Spielberg (1987) tarafından geliştirilen ve Öner (1990) tarafından Türkçe' ye uyarlanan Sınav Kaygısı Envanteri kullanılmıştır. Sınav Kaygısı Envanteri her biri 4 puan Likert tipi olan 20 maddeden oluşmaktadır. Envanterde “Kuruntu” (8 madde) ve “Duyuşsallık” (12 madde) olmak üzere iki boyut yer almaktadır. Öner (1990) tarafından sınav kaygısı envanteri Cronbach Alpha katsayısı. 87 ve test-tekrar test ilişkisi. 80 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada yer alan katılımcılardan elde edilen verilere göre Cronbach Alpha katsayısı. 91'dir.

## Verilerin Toplanması

Bu araştırmada veri toplanırken iki bölümden oluşan bir çevrimiçi form kullanılmıştır. Araştırma kapsamında Afyonkarahisar İl Milli Eğitim Müdürlüğünden “Araştırma İzin Onayı” alınarak Afyonkarahisar ili Dinar ilçesi sınırları içerisinde Millî Eğitim Bakanlığına bağlı 5 ortaokulda veri toplanmıştır. Öğrencilerden veriler sınavdan önce okul rehberleri eşliğinde anketler dağıtılarak gönüllü öğrencilerden veriler toplanmıştır.

## Verilerin Analizi

Verilerin analizi yapılırken SPSS paket programı kullanılmıştır. Yüzde frekans normallik testleri ve araştırma alt problemlerine açıklık getirmek için ikili gruplarda t-testi, ikiden fazla gruplar için tek yönlü ANOVA kullanılmıştır.

Kişisel bilgiler anketinden elde edilen verilere yüzde ve frekans analizleri uygulanmıştır. Daha sonra Sınav Kaygısı Envanteri ve alt boyutları güvenilirliklerini belirlemek için Cronbach’s Alpha değerleri hesaplanmıştır. Daha sonra ölçek ve alt boyutları toplam puanlarına normallik testi uygulanarak çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Ölçek ve alt boyutları çarpıklık ve basıklık değerleri +1 ve -1 aralığında yer almaktadır. Çarpıklık ve Basıklık değerlerinin +1 ve -1 aralığında bulunması Hair, Black, Babin ve Anderson’a (2013) göre değişkenlere ilişkin verilerin büyük oranda normal dağılım gösterdiği anlamına gelmektedir. Bu nedenle alt problemleri açıklamak için analizlerde parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

**Tablo 1.** Sınav kaygısı envanteri alt boyutlarında güvenilirlik analizi sonuçları

Sınav Kaygısı Envanteri Alt Boyutları	İfade Sayısı	Cronbach’s Alpha ( $\alpha$ )
Kuruntu	8	,863
Duygusallık	12	,826
Sınav Kaygısı Envanteri Toplamı	20	,913

Tablo 1’e göre, ölçeğin tüm alt boyutlarında ve tamamında verilerin güvenilirliğini ölçmek için kullanılan Cronbach Alfa katsayısı ,913> 0,7’den büyük olduğu için “Sınav Kaygısı Envanteri” % 91 güvenilir bulunmuştur.

## BULGULAR

Katılımcılar çoğunlukla; 187'si (% 51,5) erkek ve 176'sı (% 48,5) kadın; 91'i (% 25,1) 5. sınıf, 73'ü (%20,1) 6. sınıf, 88'i (%24,2) 7. sınıf ve 111'i (% 30,6) 8. sınıfa devam eden ve 238'i (%65,6) spor yapan ve 125'i (%34,4) spor yapmayan öğrencilerden oluşmaktadır.

**Tablo 2.** Katılımcıların demografik bilgilerinin dağılımları

Cinsiyet	N	%
Erkek	187	51,5
Kadın	176	48,5
Sınıf		
5. sınıf	91	25,1
6. sınıf	73	20,1
7. sınıf	88	24,2
8. sınıf	111	30,6
Spor Yapma Durumu		
Hayır	125	34,4
Evet	238	65,6
<b>Toplam</b>	<b>363</b>	<b>100</b>

Katılımcılardan elde edilen verilere göre Kuruntu alt boyutu ortalaması 1,09, Duyuşsallık alt boyutu ortalaması 1,30 ve toplam ölçek ortalaması 1,22 olarak saptanmıştır.

**Tablo 3.** Katılımcıların ölçeğe ilişkin betimsel istatistikler

Ölçek	N	Minimum	Maksimum	$\bar{X}$	Ss
Kuruntu	363	0	3	1,09	0,71
Duyuşsallık	363	0	3	1,30	0,62
Ölçek Ortalama	363	0	3	1,22	0,62

Cinsiyetlerine göre katılımcıların sınav kaygıları incelendiğinde anlamlı farklılıklar görülmektedir ( $p<0,05$ ). Erkeklerin sınav kaygılarının (kuruntuluk ve duyuşsallık), kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

**Tablo 4.** Katılımcıların sınav kaygısı puanlarının cinsiyetlerine göre T-testi sonuçları

Ölçek	Grup	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Kuruntu	Erkek	176	1,23	,69	3,72	<b>0,00</b>
	Kadın	187	,96	,69		
Duyuşsallık	Erkek	176	1,49	,59	6,06	<b>0,00</b>
	Kadın	187	1,11	,60		

Katılımcıların sınıf değişkenlerine göre sınav kaygıları arasında anlamlı farklılık görülmektedir. Kuruntuluk alt boyutunda [ $F(3-359)=5,80$ ;  $p=,01$ ] görülen farklılıkta 5. sınıf öğrencilerinin en düşük kuruntuluk puanını aldığı ve en yüksek puanı ise 8. sınıf öğrencilerinin aldığı görülmektedir. Duyuşsallık alt boyutunda ise [ $F(3-359)=6,34$ ;  $p=,00$ ] görülen farklılıkta 6. sınıf öğrencilerinin en düşük duyuşsallık puanını aldığı ve en yüksek puanı ise 8. sınıf öğrencilerinin aldığı görülmektedir.

**Tablo 4.** Katılımcıların sınav kaygısı puanlarının sınıf değişkenlerine göre Anova sonuçları

Ölçek	Grup	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	Anamlı Fark
Kuruntu	A-5. sınıf	91	0,87	0,56	5,80	<b>0,01</b>	A-C
	B- 6. sınıf	73	1,03	0,70			A-D
	C- 7. sınıf	88	1,20	0,73			
	D- 8. sınıf	11	1,24	0,75			
	<b>Toplam</b>	363	1,09	0,71			
Duyuşsallık	A-5. sınıf	91	1,15	0,51	6,34	<b>0,00</b>	A-C
	B- 6. sınıf	73	1,14	0,60			A-D
	C- 7. sınıf	88	1,41	0,67			
	D- 8. sınıf	11	1,43	0,63			
	<b>Toplam</b>	363	1,30	0,61			

Katılımcıların spor yapma durumuna göre sınav kaygıları arasında anlamlı farklılıklar görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Spor yapmayanların sınav kaygılarının spor yapanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

**Tablo 5.** Katılımcıların sınav kaygısı puanlarının spor yapma durumlarına göre T-testi sonuçları

Ölçek	Grup	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Kuruntu	Hayır	125	1,24	0,70	-2,82	<b>0,00</b>
	Evet	238	1,02	0,70		
Duyuşsallık	Hayır	133	1,40	0,63	-2,55	<b>0,01</b>
	Evet	230	1,24	0,61		

\* $p > 0,05$

## TARTIŞMA

Sınav kaygısı sınav zorluğu ile değil sınava yüklediği anlamla ilgi olduğu yapılan bir deneysel araştırmayla bulgulanmıştır (Koruklu, Öner ve Oktaylar, 2006). Fakat sınav kaygısını arttıran veya azaltan etkenleri tespit etmek öğrencilerin akademik başarısı için oldukça önem arz etmektedir. Bu araştırmada sporun, sınav kaygısı üzerinde bir etkisinin olup olmadığını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Sonuç olarak öğrencilerinin cinsiyetlerine, sınıf değişkenine ve spor yapma durumlarına göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Erkeklerin kadınlara göre, 8. sınıfların diğerlerine ve spor yapmayanların spor yapanlara göre sınav kaygı puanları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Spor yapmanın sınav kaygısını azaltma konusunda olumlu bir etkisi olduğu söylenebilir.

Genç (2013) çalışmasında sınav kaygısının cinsiyete göre değişmediği sonucuna ulaşmıştır. Çalışma sonuçlarımızı destekleyerek erkek öğrencilerin kaygılarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşan bazı çalışmalar mevcuttur (Erözkan, 2004). Kız öğrencilerin, sınav kaygı düzeylerinin erkeklere göre daha fazla olduğu sonucuna

ulan çalışmalarda mevcuttur (Kayapınar, 2006; Aral ve Başar, 1996; Kavakçı, Güler ve Çetinkaya, 2011; Guida ve Ludlow, 1989; McLean ve Anderson, 2009). Ancak Musch ve Bröder (1999) tarafından yapılmış, bu çalışmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla duyusallık; kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla daha fazla kuruntulu tutumlar ortaya koydukları görülmüştür.

Erözkan (2004), Genç (2013) ve Şahin, Günay ve Batı (2006), çalışmalarında sınıf düzeyine göre öğrencilerin sınav kaygılarında anlamlı farklılıklar tespit ederek çalışmamızı desteklemektedir. Onuk (2017) çalışmasında ergenlerin cinsiyetlerinin, aile gelir durumlarının, kiminle yaşadıklarının ve kardeş sıralarının sınav kaygısı üzerinde anlamlı bir fark yarattığını bulgulamıştır.

Yapılan bir araştırma da öğrencilerin yaptıkları spor türü, sahip oldukları sportif tecrübe ve haftalık spor yapma sıklığı değişkenlerinin spor yapma durumuna göre sınav kaygısı üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığını (Mollaoğlu ve Uluç, 2019) bulgularken; Dalkıran (2012), Erdoğan (2012), Canan ve Ataoğlu (2010) ve Öznur (2014) çalışmasında fiziksel aktivitenin sınav kaygısını azalttığı sonucuna ulaşarak çalışmamızı desteklemektedir.

## **KAYNAKLAR**

---

- Aral, N. ve Başar, F. (1996). Anadolu liseleri sınavına hazırlanan ve hazırlanmayan çocukların kaygı düzeylerinin incelenmesi. IX. Ulusal Psikoloji Kongresi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Başarır, D. (1990). Ortaokul son sınıf öğrencilerinde sınav kaygısı, durumluk kaygı, akademik başarı ve sınav başarısı arasındaki ilişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Canan, F ve Ataoğlu, A. (2010). Anksiyete, depresyon ve problem çözme becerisi algısı üzerine düzenli sporun etkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 11, 38-43.
- Çavuşoğlu, S. (1993). Anadolu Lisesi giriş sınavına katılan öğrencilerin sınav öncesi durumluk kaygı düzeylerinin sınav başarıları üzerindeki etkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Dalkıran, O. (2012). Dershane öğrencilerinin fiziksel aktivitede bulunma değişkenine göre sürekli kaygı, sınav kaygısı ve sosyal beceri düzeyleri ile sınav performanslarının değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.



- Demirci, A. (2006). İlköğretimde beden eğitimi uygulamaları. İstanbul: Değişim Yayınları.
- Dinç, Z. F., Sevimli, D., ve Uluöz, E. (2011). Ailelerin çocuklarını spor ve fiziksel aktiviteye yönlendirmelerine ilişkin görüşleri. *Sport Sciences*, 6(2), 93-102.
- Doğan, O. (2005). Spor Psikolojisi. Ankara: Nobel
- Erdoğan, M. (2012). Boş zaman etkinliği yapan ve yapmayan üniversite sınavına hazırlanan 12. sınıf öğrencilerinin test başarı ve kaygı düzeylerinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi. Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (12), 13-38.
- Genç, M. (2013). İlköğretim öğrencilerinin sınıf ve cinsiyete göre sınav kaygı düzeylerinin belirlenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(01), 85-95.
- Guida, F. & Ludlow, L. (1989). A cross-cultural study of test anxiety. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 20, 178-190.
- Karasar, N. (2017). Scientific research method: concepts, principles, techniques. Ankara: 3A Ara.
- Kavakcı, Ö., Güler, A. S., ve Çetinkaya, S. (2011). Sınav kaygısı ve ilişkili psikiyatrik belirtiler. *Klinik Psikiyatri*, 14(1), 7-16.
- Kayapınar, E. (2006). Ortaöğretim kurumları öğrenci seçme ve yerleştirme sınavı (OKS)'na hazırlanan ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin kaygı düzeylerinin incelenmesi (Afyonkarahisar İli Örneği), Yüksek Lisans Tezi. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Koruklu, N. Ö., Öner, H., ve Oktaylar, H. C. (2006). " Sınav kaygısı ile başa çıkma programının" sınav kaygısına etkisine yönelik deneysel bir çalışma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (19).
- McLean, C.P. & Anderson, E.R. (2009) Brave men and timid women? A review of the gender differences in fear and anxiety. *Clin Psychol Rev*, 29:496-505.
- Mollaoğulları, H., ve Uluç, S. (2019). Spor yapan ve spor yapmayan ortaokul öğrencilerinin sınav kaygı durumlarının incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(3), 78-87.
- Musch, J., & Bröder, A. (1999). Test anxiety versus academic skills: A comparison of two alternative models for predicting performance in a statistics exam. *British Journal of Educational Psychology*, 69(1), 105–116. <https://doi.org/10.1348/000709999157608>



- Onuk, T. (2017). Ergenlerde kişilik özelliklerinin sınav kaygısı ve okula bağlanma stilleri üzerindeki etkisi. Yüksek Lisans. Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Öner, N. (1990). Sınav kaygısı envanteri el kitabı. İstanbul: YÖRET.
- Öner, N. (1997). Türkiye'de kullanılan psikolojik testler: Bir başvuru kaynağı. (3. Baskı). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Öznur, G. (2014). Ayaş ilçesindeki adolesanlarda fiziksel aktivite düzeyinin postür, ağrı ve anksiyete üzerine etkilerinin incelenmesi, Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şahin, H., Günay, T., ve Batı, H. (2006). İzmir ili Bornova ilçesi lise son sınıf öğrencilerinde üniversiteye giriş sınavı kaygısı. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 15 (6).
- Yıldız, Y. H. (2007). Sınav kaygısı-ana-baba tutumları ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yiyit, S. (2017). Spor etkinliklerine katılımın psikolojik faydaları üzerine bir değerlendirme. Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi, 3(1), 17-22.