

T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ERGENLERDE ANNE BABA TUTUMLARI İLE SINAV KAYGISI ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ: ORTAOKUL ÖRNEĞİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan  
Ece ZENGİN

Tez Danışmanı  
Dr. Öğr. Üyesi Kemal ER

İSTANBUL-2019

## TEZ TANITIM FORMU

- YAZAR ADI SOYADI** : Ece ZENGİN
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Ergenlerde Anne Baba Tutumları İle Sınav Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Ortaokul Örneği
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** : 16.07.2019
- SAYFA SAYISI** : 83
- TEZ DANIŞMANLARI** : Dr. Öğr. Üyesi Kemal ER
- DİZİN TERİMLERİ** : Sınav Kaygısı, Anne Baba Tutumu, Ergenlik Dönemi
- TÜRKÇE ÖZET** : Bu çalışmada ergenlerde olan anne baba tutumları ile sınav kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bununla beraber sosyo-demografik bazı özelliklerde anne baba tutumları ve sınav kaygısı ile ilişkili olup olmadığının araştırılması da amaçlanmıştır.
- Sınav kaygısı ile Demokratik Tutum arasında ters bir ilişki tespit edilmiştir. Anne babaların çocuklarına karşı demokratik tutum sergilemeleri ile çocukların kendine güveni artabilir ve bu durumda algılayacakları kaygısında azalmasına sebep olabileceğini düşünebiliriz. Sınav kaygısı ile Otoriter Tutum arasında ise pozitif bir ilişki bulunmaktadır.
- DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne  
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Ece ZENGİN

T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ERGENLERDE ANNE BABA TUTUMLARI İLE SINAV KAYGISI ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ: ORTAOKUL ÖRNEĞİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Ece ZENGİN

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Kemal ER

İSTANBUL-2019

## BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Ece ZENGİN

.../.../.....



T.C  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Ece Zengin' nin “**Ergenlerde Anne Baba Tutumları İle Sınav Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Ortaokul Örneği**” adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji bilim dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

\_\_\_\_\_  
*Dr. Öğr. Üyesi Kemal ER*  
(Danışman)

Üye

\_\_\_\_\_  
*Dr. Öğr. Üyesi Fatih BAL*

Üye

\_\_\_\_\_  
*Dr. Öğr. Üyesi Hasan SEZEROĞLU*

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

.... / .... / 2019

*Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ*  
Enstitü Müdürü

## ÖZET

**Giriş:** Ergenlik dönemleri 9-11 yaşlarından başlayarak 17-18 yaşlarına kadar devam eder ve bu süreç içerisinde her ergende farklı fiziksel, zihinsel ve sosyal-duygusal değişimlere rastlanır. Bu değişimlerin yanı sıra yaşanan kaygı ve stres kız ve erkek ergenlerde farklı tepkilere yol açmaktadır. Ergenlik; fiziksel olarak büyümenin görüldüğü cinsel gelişme ve psikososyal olgunlaşmanın gerçekleştiği, çocukluktan yetişkinliğe bir geçiş dönemi olarak adlandırılabilir. Bu sürecin ne zaman ve nasıl gerçekleşeceği ergenden ergene değişim gösterir. Anne baba tutumlarının en belirgin iki özelliği “duygusal ilişki boyutu” ile “denetim boyutu”dur. Duygusal ilişki boyutunu incelemek istediğimizde, çocuklardaki kabul edici tutumdan başlayarak reddedici tutuma kadar devam eden bir süreçtir ve bu süreçte farklılıklar görülmekte. Bunun yanı sıra denetim boyutuna baktığımızda, kısıtlayıcı tutumdan başlayarak hoşgörülü tutumu da içine alarak devam eden bir süreç olarak adlandırılmaktadır. Sınav kaygısı, sınav öncesinde kişinin öğrendiği bilgiyi sınav sırasında aktaramaması sonucunda öğrenilen bu bilginin unutulması ile öğrencinin başarısını etkili bir şekilde kullanamadığı yoğun kaygı durumudur. Sınav kaygısı kişinin olaya yüklediği anlama bağlıdır. Sınav kaygısı yaşayan öğrencinin sınavda dikkatinin dağılmasına, motivasyonunun düşmesine ve olumsuz düşüncelerin oluşmasına sebep olur.

**Amaç:** Yapılan araştırmanın amacı ergenlerde anne baba tutumları ile sınav kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

**Yöntem:** Bu araştırma, “ilişkisel tarama modeli” ile bağdaştırılarak bu modele uygun hazırlanmıştır. İki veya daha çok değişken arasında olan değişim varlığını ve/veya bu değişkenler arasında olan derecenin belirlenmesini amaçlar. Ayrıca araştırma desenlerini “ilişkisel tarama modeli” olarak ifade edebiliriz.

**Sonuç:** Araştırmalar sonucunda, sınav kaygısı ile demokratik tutumun uyuşmadığı ve aralarında ters bir ilişki olduğu kanısına varılmıştır. Anne babaların çocuklarına karşı demokratik yaklaşımları ile çocukların kendilerine güveni artabilir ve bu durumda algılayacakları kaygısında azalmasına sebep olabileceğini düşünebiliriz. Sınav kaygısı ile Otoriter Tutum arasında ise pozitif bir ilişki bulunmaktadır. Katılımcıların cinsiyetlerine göre anne baba tutumlarına göre farklılaşmadığı görülmektedir. Cinsiyetlerine göre sınav kaygısı ile arasında anlamlı fark vardır. Kadınlarda bu oran diğerlerine göre pozitif yönde farklı olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Sınav Kaygısı, Anne Baba Tutumu, Ergenlik Dönemi

## ABSTRACT

**Introduction:** The rapid physical, mental and social-emotional changes that may occur in adolescence from the age of 9-11 to the age of 17-18 years and their anxiety and stress cause different reactions in girls and boys adolescents. Puberty; It is a period of transition from childhood to adulthood, where physical growth, sexual development and psychosocial maturation take place. The word *tedir* adolescent *değil* is used in Latin to grow and mature. This word is not a situation but a process. The two most distinctive characteristics of parental attitudes are " emotional relationship size " and *en en* audit dimension. When the emotional relationship dimension is examined, it is seen that this dimension differentiates from the center-accepting attitude to the rejecting attitude. In the same way, the size of the audit covers a large area from the restrictive attitude to the tolerant attitude. Exam anxiety is the state of intense anxiety which prevents the students from learning during the examination and cannot use the success of the exam effectively. Exam anxiety depends on the person's understanding of the event. Exam anxiety causes students to lose their attention in the examination, decrease their motivation and create negative thoughts.

**Aim:** The aim of this study is to investigate the relationship between parental attitudes and test anxiety in adolescents.

**Method:** This research has been prepared in accordance with the *uygun* relational screening model. Together, it aims to determine the presence and / or degree of interchange between two or more variables. In addition, all of the research designs are defined as *modell* relational screening models.

**Conclusion:** An inverse relationship was found between exam anxiety and Democratic Attitude. With parents' democratic attitudes towards their children, children's self-confidence may increase and we can think that this may lead to a decrease in their perceived anxiety. There is a positive relationship between exam anxiety and authoritarian attitude. It was observed that the participants did not differ according to their gender. There is a significant difference between test anxiety and gender. This rate was found to be different in females compared to others.

**Key Words:** Exam Anxiety, Parents Attitude, Adolescence Period

## İÇİNDEKİLER

|  | SAYFA     |
|--|-----------|
| ÖZET.....  | i         |
| ABSTRACT.....  | ii        |
| İÇİNDEKİLER.....   | iii       |
| TABLolar LİSTESİ .....   | v         |
| EKLER LİSTESİ.....   | vii       |
| ÖNSÖZ.....   | viii      |
| GİRİŞ.....   | 1         |
| <b>BİRİNCİ BÖLÜM: ERGENLİK VE ANNE BABA TUTUMLARI</b> .....              | <b>3</b>  |
| 1.1.ERGENLİK .....   | 3         |
| 1.1.1.Ergenlik Dönemleri .....   | 5         |
| 1.1.1.1. Erken Ergenlik Dönemi .....                                     | 5         |
| 1.1.1.2. Orta Ergenlik Dönemi.....                                       | 6         |
| 1.1.1.3. Geç Ergenlik Dönemi .....                                       | 6         |
| 1.1.2. Ergenlikte Gelişim ve Özellikleri .....                           | 7         |
| 1.2. ANNE BABA TUTUMLARI .....   | 8         |
| 1.2.1 Aşırı Baskıcı (otoriter) Aile tutumu .....                         | 10        |
| 1.2.2 Aşırı Koruyucu.....  | 12        |
| 1.2.3 Demokratik Aile .....  | 13        |
| 1.2.4. İzin Verici Anne Baba Tutumu .....                                | 14        |
| 1.2.5. Reddedici Ebeveyn Tutumu.....                                     | 14        |
| 1.2.6. Tutarsız Anne Baba Tutumu.....                                    | 15        |
| 1.3. ANNE BABA TUTUMLARININ ÇOCUK VE ERGENLER ÜZERİNDEKİ<br>ETKİSİ ..... | 15        |
| <b>İKİNCİ BÖLÜM: SINAV KAYGISI</b> .....                                 | <b>18</b> |
| 2.1 KAYGI.....   | 18        |
| 2.1.1. Kaygı İle İlgili Kuramlar.....                                    | 20        |
| 2.1.1.1. Richard Alpert ve Ralph Haber.....                              | 20        |
| 2.1.1.2. Sigmund Freud .....   | 21        |
| 2.1.1.3. Karen Horney.....   | 22        |
| 2.1.1.4. Harry Stack Sullivan.....                                       | 23        |
| 2.1.1.5. Davranışçı Psikoloji.....                                       | 24        |
| 2.1.1.6 Varoluşçu Psikoloji.....   | 25        |
| 2.1.2.Kaygının Belirtileri .....   | 25        |
| 2.1.3. Kaygının Etkileri .....   | 26        |
| 2.1.4 Kaygı İle İlgili Diğer Görüşler .....                              | 27        |



|  |           |
|--|-----------|
| 2.2 SINAV KAYGISI.....   | 28        |
| 2.2.1. Sınav Kaygısını Yaşayan ve Yaşamayan Kişiler Arasındaki Farklar ..... | 30        |
| 2.2.2. Sınav Kaygısının Nedenleri .....                                      | 31        |
| 2.3 GENEL DEĞERLENDİRME.....   | 32        |
| <b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: SINAV KAYGISI VE ANNE BABA TUTUMLARI İLİŞKİSİ .....</b>     | <b>34</b> |
| 3.1 GENEL DEĞERLENDİRME.....   | 34        |
| <b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM VE TEKNİKLER.....</b>                              | <b>36</b> |
| 4.1. ÇALIŞMANIN AMACI.....   | 36        |
| 4.2. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ .....  | 36        |
| 4.3. ARAŞTIRMANIN SORULARI.....  | 37        |
| 4.4. HİPOTEZLER .....  | 37        |
| 4.5. KAPSAM VE SINIRLILIKLAR .....   | 38        |
| 4.6. EVREN VE ÖRNEKLEM.....  | 38        |
| 4.7. VERİ TOPLAMA ARACI .....  | 39        |
| 4.7.1. Kişisel Bilgi Formu.....  | 39        |
| 4.7.2. Anne Baba Tutumunu Değerlendirme Ölçeği .....                         | 39        |
| 4.7.3. Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği .....                                 | 40        |
| 4.8. VERİ ANALİZİ.....   | 41        |
| <b>BEŞİNCİ BÖLÜM: BULGULAR .....</b>   | <b>42</b> |
| <b>ALTINCI BÖLÜM: TARTIŞMA VE YORUM .....</b>                                | <b>55</b> |
| <b>SONUÇ .....</b>   | <b>62</b> |
| <b>ÖNERİLER.....</b>   | <b>64</b> |
| <b>KAYNAKÇA.....</b>   | <b>65</b> |
| <b>EKLER .....</b>   | <b>-</b>  |
| <b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>  | <b>-</b>  |

## TABLolar LİSTESİ

| TABLO  | SAYFA |
|--|-------|
| <b>Tablo 5.1.</b> Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı .....  | 42    |
| <b>Tablo 5.2</b> Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikleri.....   | 43    |
| <b>Tablo 5.3</b> Algılanan Anne Baba Tutumları Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri.....   | 43    |
| <b>Tablo 5.4</b> Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları.....                                     | 44    |
| <b>Tablo 5.5.</b> Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Algılanan Anne Baba Tutumları Ölçeği-Anne Ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları.....      | 45    |
| <b>Tablo 5.6.</b> Örneklem Grubunun Yaş Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları.....                                       | 45    |
| <b>Tablo 5.7</b> Örneklem Grubunun Anne Eğitim Değişkenine Göre Algılanan Anne Baba Tutumları –Anne Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları..... | 46    |
| <b>Tablo 5.8</b> Örneklem Grubunun Baba Eğitim Değişkenine Göre Algılanan Anne Baba Tutumları –Baba Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları..... | 47    |
| <b>Tablo 5.9</b> Örneklem Grubunun Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları .....                              | 48    |
| <b>Tablo 5.10</b> Örneklem Grubunun Anne Eğitim Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları .....                              | 49    |
| <b>Tablo 5.11</b> Örneklem Grubunun Baba Eğitim Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları .....                              | 50    |
| <b>Tablo 5.12.</b> Örneklem Grubunun Yaş Değişkenine Göre Algılanan Anne Baba Tutumları –Anne Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları İle Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan Çoklu Gruplar Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Test Sonuçları.....     | 51    |

|  |    |
|--|----|
| <b>Tablo 5.13.</b> Örneklem Grubundaki Yaş Farklılıklarına Göre Algılanan Anne Baba Tutumları –Baba Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları İle Farkı Test Edebilmek İçin Yapılan Çoklu Gruplar Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Test Sonuçları ..... | 52 |
| <b>Tablo 5.14.</b> Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği ile Ergenlerde Algılanan Anne-Baba Tutumları Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları.....           | 53 |
| <b>Tablo 5.15.</b> Algılanan Anne-Baba Tutumlarının Çocuklarda Sınav Kaygısına Etkisi .....  | 54 |



## EKLER LİSTESİ

**EK-A:** Kişisel Bilgi Formu

**EK-B:** Anne Baba Tutumları Değerlendirme Ölçeği

**EK-C:** Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği



## ÖNSÖZ

Bu çalışmanın amacı ergenlerde anne baba tutumları ile sınav kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bununla beraber ergenin yaşı, kardeş sayısı, ailenin eğitim düzeyi ve ailenin ekonomik durumu sınav kaygısı ile ilişkili olup olmadığının araştırılması da amaçlanmaktadır.

Bu tezde birinci bölümde ergenlik ve anne baba tutumları, ikinci bölümde sınav kaygısı, üçüncü bölümde sınav kaygısının anne baba tutumları ile ilişkisi, dördüncü bölümde yöntem ve teknikler, beşinci bölümde bulgular ve altıncı bölümde araştırmanın sonucu anlatılmıştır.

Çalışmam sürecinde benden desteğini esirgemeyen, güler yüzünü ve samimiyetini her zaman yansıtan ve kıymetli vaktini bana ayıran sevgili hocam Dr. Öğr. Üyesi Kemal ER'e teşekkür ederim. Bugüne kadar benden desteğini maddi ve manevi anlamda esirgemeyen sevgili aileme ve eşime teşekkür ederim. Ayrıca çalışmam sürecinde hiçbir karşılık beklemeden araştırmama destek olan bütün katılımcılara teşekkür ederim.

## GİRİŞ

Atalay Yörükoğlu'na göre; "Ergenlik; fiziksel büyüme, cinsel gelişme ve psikososyal olgunlaşmanın gerçekleştiği, çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir." Ergenin duygu, düşünce ve davranışlarının temeli benlik saygısı ile oluşur. Bu süreçte çevrenin tutumu da ergeni etkiler. Ergenlik hassas ve duygu durumunun değişkenlik gösterdiği bir dönem olduğu için arkadaş çevresi ve sosyal ortam benlik oluşumuna etki eder. Özellikle ergende karşı tarafa anlaşılama düşüncesi ön plandadır. Anne baba çocuğu dinlemeli eleştirmeden ve kıyaslamadan anlamaya çalışmalıdır. Aile ergenin psikolojik destekçisi ve onu davranışları konusunda yönlendiren kişidir. Anne babanın çocuklarına olan sevgisini göstermesi ergenlerde güven oluşmasını sağlar. Sağlıklı bir iletişim sağlıklı bireyin yetişmesi demektir. Çocuğun kişilik özelliklerinin geliştirilmesi, iyi bir eğitim alması için ailenin çocuğa karşı sergilediği tutum çok önemlidir.<sup>1</sup>Eğer anne babanın tutumları sağlıklı değil ise bu tutumlar çocuğa da yansımaktadır. Anne baba tutumu bulunduğu toplum şartlarından da etkilenmektedir.

İnsanın günlük yaşamını etkileyen duygulardan biri de kaygıdır. Kaygının sebeplerinden biri olan sınav, öğrencileri değerlendirme olarak görülmektedir.<sup>2</sup> Bireyin kendisini yetersiz hissetmesiyle ve başarısız olma korkusuyla sınav kaygısı oluşur. Günümüzde sınav sistemi ile birlikte öğrencilerde sınav kaygısı da artmaktadır. Sınav kaygısı yaşayan öğrenci 'başaramayacağım' gibi olumsuz düşüncelere kapıldıklarında performanslarının düşmesine sebep olur. Sınav sisteminde yetişen çocuklar erken yaşlarda sınav kaygısı ile karşılaşır dolayısıyla sınav kaygısı azaltılması hatta önlenmesi gerekir. Kaygı oluşumunda anne babaların çocuklarına karşı uyguladıkları tutumlar en önemli etkenlerden biridir. Ergende var olan sınav anksiyetesini çocuğun ebeveynleri ile arasındaki iletişimi, ebeveynlerin kendi arasındaki iletişimlerini, mevcut çocuk sayısı, ailenin gelir düzeyi, birlikte yaşadığı aile ortamı, çocuğun kendilerine göre bir çocuk olup olmaması, çocuğun yaşı, cinsiyeti ve tipik özellikleri ve ailenin kültürel özellikleri gibi birçok etmen belirler.<sup>3</sup> Ebeveyn tutumlarını üç etmen olarak inceleyebiliriz: Demokratik aile, aşırı baskıcı aile ve aşırı koruyucu aile.

<sup>1</sup> Atalay Yörükoğlu, **Çocuk Ruh Sağlığı**, Özgür Yayınları, Ankara, 2002, s.7-152.

<sup>2</sup> Feride Bacanlı ve Mustafa Sürücü, **İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygıları ve Karar Verme Stilleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi**, Educational Administration: Theory and Practice Winter 2006, s.7-35.

<sup>3</sup> Can Kağan Aydoğmuş, **Çocuklarda Uyum ve Davranış Bozuklukları**, 9. Baskı, Remzi Kitap Yayıncılık, İstanbul, 2001.s.141-155.

Ebeveynlerin çocuklarına karşı olan davranışları 6 başlık altında şu şekilde ele alınabilir: demokratik ebeveyn tutumu, otoriter ebeveyn tutumu, onaylayıcı olmayan, izin verici, tutarsız ebeveyn tutumu ve koruyucu ya da istekçi ebeveyn tutumu.

Kaygı kavramı hem hayatımızda sürekli karşılaştığımız duygularımızdan birisi olması hem de psikolojik bozukluklara sebep olması yönünden önemli bir özelliğe sahiptir. Aslıhan Yapıcı'ya göre; "Kaygı kelimesi, sıkışma ve yokluk anlamı taşıyan Hint-German dilindeki "angh" kökeninden meydana gelmiştir."<sup>4</sup> Anksiyete (Kaygı), belirli bir objeye, mekana, bir zorlamaya veya sabit fikre odaklanmamış, yani herhangi bir devinimsel veya fikirsel bir içeriğe sahip olmayan, organizmada sıklıkla görülen fizyolojik ve psikolojik bunaltı gibi semptomlarla birlikte görülen bir bozukluktur.<sup>5</sup> Kaygı Bozukluğu sıklıkla diğer psikiyatrik koşullarla birlikte bulunur ve bu durum tek başına oluştuğunda ciddi işlevsel bozukluğa neden olur. Bununla birlikte, Kaygı Bozukluğu diğer psikiyatrik bozuklukların neden olduğu psikososyal bozulmayla da oluşabilir. Kaygı Bozukluğu olan kişiler aşırı endişe duygularını tanımlayamamış olsalar da bu hissin devamlılığının kendilerine sıkıntı yaratmalarını, kontrol etmelerinin zor olduğunu (ve endişelerinin nesnelere bağlı olarak yaşamlarını etkilediğini) bildirirler.

Öğrencilerin çoğunun, sınavı kişiliklerini ölçen bir test olarak algıladığı fakat okullarda yapılan birçok sınav gibi üniversite sınavının da kesinlikle kişilik testi değil, bilgi sınavı olduğu ifade edilmektedir. Ama nedense, öğrencilerin sınavda başarısız olma düşüncesinin bunu bir tehdit olarak algılanmasının, kaygı düzeyini arttırdığı da belirtilmektedir.<sup>6</sup>

Yapılan bu araştırmada ergenlerde anne baba tutumları ile sınav kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu bölümde anne baba tutumları, sınav kaygısı ve arasındaki ilişkiyi içeren bilgilere yer verilmiştir. Sonraki bölümde ergenlik ve anne baba tutumlarından bahsedilecektir.

---

<sup>4</sup>Aslıhan Yapıcı, *Alkol bağımlılığında depresyon ve anksiyetenin yetiyitimi ve yaşam kalitesine etkisi*, Sağlık Bakanlığı Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, İstanbul, 2006, s.34-45 (Uzmanlık Tezi).

<sup>5</sup> Orhan Öztürk ve Aylin Uluşahin, *Ruhsal bozukluklarda ilaç sağaltımı*, Ruh Sağlığı ve Bozuklukları II, Ankara 891, 2011, s.452.

<sup>6</sup> İhsan Kurt, *Sorularla Kaygı ve Sınav Kaygısı*, Asil Yayın Dağıtım, 2. Baskı, Ankara, 2006, s.141-165.

## BİRİNCİ BÖLÜM

### ERGENLİK VE ANNE BABA TUTUMLARI

#### 1.1.ERGENLİK

Ergenlik döneminde 9-11 yaşları itibariyle başlayan ve 17-18 yaşlarına kadar devam eden zihinsel, fiziksel, sosyal ve duygusal farklılıklar ve bunların meydana getirdiği stres ve anksiyete ile birlikte erkek ve kız ergenlerde değişik reaksiyonlar meydana getirir.<sup>7</sup> Çubukcu ve Sivaslıgil'in yapmış oldukları çalışmada bahsedildiği gibi "Ülkemizde ergenlik dönemi yaş aralığı erkeklerde 14-15 iken kızlarda 13-14'tür." Ergenlik döneminde en çok dikkat çeken değişiklikler ergenlik başlarken ortaya çıkar. Erken veya geç herkes bu dönemden geçer. Bu değişimi herkes yaşar. Ergenlikle beraber bedensel değişiklikler de meydana gelir. Bir bireyin yüzünün görünüşünü ve sesini değiştirmenin haricinde başka cinsiyet özelliklerini de meydana çıkarır (örneğin gözle görülebilen fiziksel değişimler). Kızlarda bu değişimler kalçaların genişlemesi ve göğüslerin gelişimi ile gerçekleşirken erkekler için sakal çıkmaya başlaması, daha kaslı bir vücuda sahip olma ve omuzların genişlemesi ile değişim gerçekleşmektedir. İki cinste de meydana gelen fiziksel değişiklikler ile alakalı şeyler, ergenlerde bir takım ruhsal ve fiziksel sorunlara sebep olabilmektedir. Bu bedensel değişimlerin meydana çıkması ile ergenlerin çevrelerindeki diğer insanlarla ne şekilde iletişime geçtiği önem taşımaktadır. Bazı çocuklar olgun davranarak farklı gözükmeye uğraşırken, bazıları ise bedensel açıdan kendilerini olduklarından daha olgun göstermeye uğraşırlar. Bu davranış çocuğun karakterine ve ailenin tutumuna göre değişmektedir.<sup>8</sup>

Ergenlikte; fiziksel büyüme, cinsel gelişme ve psikososyal olgunlaşmanın gerçekleşir ve bu süreç çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir. 'Ergen' kelimesi Latince büyüme, olgunlaşma anlamında kullanılır. Bu kelime aslında bir durumu değil, bir süreci belirtmektedir. Ergenlik değişimlerin olduğu bir süreçtir.<sup>9</sup> Ergenlik fiziksel değişimlerle başlayıp psikososyal değişimlerle devam eder. Bu dönemde hem üzüntü hem de mutluluk gibi zıt duygular bir arada yaşanabilir.<sup>10</sup> Çocuk hızlı ve sürekli bir değişim gerçekleştirir. Hayatımızdaki geçiş dönemlerini çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık olarak ayırabiliriz. Ergenlik; döneme, sosyal çevre ve kişilere göre farklı özellikler göstermektedir. Kızlarda büyüme ve gelişim erkeklerden

<sup>7</sup> Melike Sayıl vd., *Ergenliğe Geçişte Bilgilendirmenin Ergenin Bilgi Düzeyi ve Benlik Algısına Etkisi*, Türk Psikoloji Dergisi, 17(50), 2002, s.47-58.

<sup>8</sup> Hatice Çubukçu ve Pınar Sivaslıgil, *İngilizce Ders Kitaplarında Cinsiyetçilik*, s.27-30.

<sup>9</sup> Haluk Yavuzer, *Çocuk Psikolojisi*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2007, s.262.

<sup>10</sup> Yavuzer, a.g.e., s.262.



daha önce başlamaktadır. Ancak günümüzde sosyoekonomik koşullar, sağlık, ergenlerin beslenme şekilleri ve bulunulan iklim koşulları ergenliğe giriş yaşının daha erken yaşlara doğru indirgenilmesine neden olmaktadır.<sup>11</sup>

Ergenlikte benlik saygısının gelişimi çok önemlidir. Ergen bu dönemde kendini keşfetmeye çalışır. Ergenin duygu, düşünce ve davranışlarının temeli benlik saygısı ile oluşur. Bu süreçte çevrenin tutumu da ergeni etkiler. Ergenlik hassas ve duygu durumunun değişkenlik gösterdiği bir dönem olduğu için arkadaş çevresi ve sosyal ortam benlik oluşumuna etki eder. Özellikle ergende karşı tarafa anlaşılama düşüncesi hakimdir. Anne baba çocuğu dinlemeli eleştirmeden ve kıyaslamadan anlamaya çalışmalı. Aile ergenin psikolojik destekçisi ve onu davranışları konusunda yönlendiren kişidir. Anne babanın çocuklarına olan sevgisini göstermesi ergenlerde güven oluşmasını sağlar. Fakat sevgiden mahrum kalan ergenlerde uyumsuz davranışlar, içe kapanıklık ve bastırılmış duygular gözlemlenmektedir. Bu çocuklar benlik değerlerinin farkında olmazlar, kendilerini değersiz hissederler.<sup>12</sup> Ergen, aileden gördükleri ile toplumun ve ailenin bir bireyi olduğunun bilincine varır. Ayrıca sosyal deneyimler kazanarak kendi kararlarını verebilmeyi öğrenirken anne ve babayı rol model alır.<sup>13</sup> Ergenlik dönemindeki bir çocuğa yaklaşıma dikkat edilerek ve empati kurularak demokratik davranışlar sergilenmelidir.

Ergenlere zihinsel olarak baktığımızda değişik bir yapıya sahiptirler. Çünkü artık daha komplike sorunları çözümlerler. Diğer insanların bakış açılarını anlamlandırarak, soyut kavramları düşünerek farklı bir bakış açısı ile yorumlarlar ve önceki hallerine göre etik ve ahlaki açıdan daha güçlü bir sağduyu sahibi olurlar. Son zamanlarda yürütülen çalışmalara göre beyinde olan gelişimler ergenlik dönemi boyunca sürer ve bu gelişim gençlik evresine kadar devam eder.<sup>14</sup> Ergenler, kimliklerini keşfetme ve özgür olma yolunda zorlu evrelerden geçerler. Nereye gitmeyi arzuladıklarına karar vermek ve yaşamın bazı zorluklarına adapte olmak istedikleri için bir savaş halinde olurlar. Yani kendi kimliklerini bulma arayışı içerisinde olduklarıdır.

---

<sup>11</sup>[http://mebk12.meb.gov.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/34/39/742362/dosyalar/2015\\_03/27120121\\_07012120\\_ergenlik.pdf](http://mebk12.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/34/39/742362/dosyalar/2015_03/27120121_07012120_ergenlik.pdf)(Erişim tarihi: 02/09/2018)

<sup>12</sup> Adnan Kulaksızoğlu, *Ergenlik psikolojisi*, 6. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2004, s.69-70

<sup>13</sup> Nilüfer Erbil vd., *Ergenlerin Benlik Saygısına Ailelerinin Tutum ve Davranışlarının Etkisi*, *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 10(3), 2006, s.7-16

<sup>14</sup> Daniel Flannery, *Violence and Mental Health in Everyday Life*, Lanham, MD, USA: Alta Mira Press, 2006, s.99.

Ergenlikte zihinsel gelişim ergeni oldukça zorlayıcı bir sürece sokmaktadır. Yeni çalışmalar, ergenlerde beynin beyin hücresi üretmeyi sürdürdüğünü ve pasif ilişkileri sonlandırdıklarını göstermiştir. Manyetik titreşim görüntüleme araştırmaları bize ergen beyinlerinin çeşitli bölümlerinin etraftan gelen ikazlarla ne şekilde etkili duruma geldiklerini ve değişik türdeki zihinsel sorumluluklar üstlenildiğinde hangi bölümlerin harekete geçtiğini göstermiştir. Bu gelişmelerden ergenlerin beyninin değişik çalışmakta olduğunu anlayabiliriz. Zihinsel gelişimin ve olgunlaşmanın en yüksek düzeyde yaşandığı ve pek çok kişinin soyut düşünme özelliğine sahip olduğu bilinmektedir. Diğer insanların fikirlerini çözümleyebildiği, toplumsal kabiliyet gelişimi, empati, eleştirel birtakım özellikler ve sorun çözme, dürtü denetleme ve ahlaki yargılamanın geliştiği ergenliğin son evresinde ortaya çıktığı ön görülmektedir.<sup>15</sup>

### 1.1.1.Ergenlik Dönemleri

Hayat döngüsünün ikinci on senesi ergenlik olarak tanımlanmaktadır. Bir dönem ergenlik kavramı, yeni yetme (teenager) kavramıyla (yaş aralığı 13-19 olan) benzer anlamda kullanılmış olsa bile ergenlik bu zamana kadar genç insanların fiziksel açıdan daha erken dönemde olgunlaşmaları ve sosyal değişimler sebebiyle ergenliğin başlama yaşının on olması ön görülebilir. Ayrıca yirmili yaşların başında sonlandığını düşünmek daha mantıklı olarak ifade edilebilir.<sup>16</sup> Ergenliğin dönemleri 3'e ayrılır: Erken, orta ve geç ergenlik.<sup>17</sup>

#### 1.1.1.1. Erken Ergenlik Dönemi

Erken ergenlik dönemi 12 ile 14 yaş aralığını kapsamaktadır. Bu evrede hızlı bir şekilde bedensel ve davranışsal değişimler gözlenir.<sup>18</sup> Erken ergenlik dönemi yaşamın yaklaşık ortaokul yıllarına denk gelmektedir.<sup>19</sup> Bu dönemde ergenlerin en çok uğraştıkları şey kendi bedenleridir.<sup>20</sup> Bedenin kontrol dışı olarak hızla gelişip değişmesi bu dönemde ergenlerde kontrolü kaybetme duygusuna yol açabilir. Ayna karşısında fazla zaman geçirmekte ve kendilerini gösterme çabalarına girmektedirler.

Arkadaşlarının düşünceleri onun için önemlidir ve bu durum ergenin giyim tarzını da arkadaşlarının düşüncelerine göre şekillenir.<sup>21</sup> Eğer ergen bu dönemde kendisini çekici bulmaz ve cinsel yönden akranları kadar iyi durumda değilse öz

<sup>15</sup>Flannery, a.g.e., s.103.

<sup>16</sup>Laurance Steinberg, *Ergenlik*, Çev: Figen Çok, İmge Kitabevi, Ankara, 2007, s.21-22.

<sup>17</sup> Ayşe Arman Radopmanvd., *Kim Korkar Ergenlikten*, Egmont Yayıncılık, İstanbul, 2011, s.14.

<sup>18</sup> Orhan Derman, *Ergenlerde Psikososyal Gelişim*, İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, 2008, s.19-21.

<sup>19</sup> John Santrock, *Yaşam Boyu Gelişim*, Nobel Akademik Yayıncılık, İstanbul, 2011, s.245.

<sup>20</sup> Derman, a.g.e., s.19-21.

<sup>21</sup> Derman, a.g.e., s.19-21.

güven düşüklüğü yaşar.<sup>22</sup> Erken ergenlik evresinde bilişsel gelişimde de önemli değişimler olmaktadır.<sup>23</sup>

### 1.1.1.2. Orta Ergenlik Dönemi

Orta ergenlik dönemi 14-17 yaş aralığına denk gelmektedir. Bu dönemde ergen entelektüel şeylerle uğraşır, rol modellerini seçer, ebeveynlerinden sürekli yakınır ve onların kendisinin bağımsızlaşmasını engellediğini düşünür ve çatışma içerisine girerler.<sup>24</sup> Bedenine ve dış görünüşüne karşı ilgisi daha da artmıştır ve arkadaş grupları onun için artık daha da önemlidir. Cinsel olarak çekici görünmeme kaygıları olur. Bu dönem kısaca ergenin özdeşim dönemidir.<sup>25</sup> Ergenlerin arkadaş çevresi tarafından dış görünüş ve giyim tarzının onaylanmaması benlik saygılarını olumsuz yönde etkileyebilir.<sup>26</sup>

### 1.1.1.3. Geç Ergenlik Dönemi

Geç ergenlik dönemi 18 yaş civarında başlar ve kimlik kazanımı ile sona erer.<sup>27</sup> Bu dönem yaklaşık 18-22 yaş aralığını kapsamaktadır. Geç ergenlik döneminde, erken ergenliğe göre ergen daha çok kariyer, flört ve kimlik arayışını dile getirmektedir. Bu dönem akademik uğraşların yoğun olduğu, ergenin kendini daha iyi ifade etmesinde ve bir topluluk tarafından kabul görmesinde sosyal bağların önemli olduğu bir evredir.<sup>28</sup> Bu dönemde ergen artık meslek sahibi olmak ve maddi problemlerle uğraşmak düşüncelere geçiş yapar. Duygusal sağlamlık, hazzı erteleyebilme, duyguları daha net ifade edebilme, iç görü gelişimi ve kendine olan saygınlıkta artış bu dönemde görülen değişimlerdir.<sup>29</sup> Geç ergenlik dönemi ergenin benlik saygısının da geliştiği dönem olarak adlandırılır.<sup>30</sup> Gelecekle ilgili düşünceler, ciddi ilişki yürütmekle alakalı kaygılar bu dönemde olmaktadır.<sup>31</sup> Ergen tarafından bu döneme kadar kazandığı özdeşimler, beceriler, duygular benimsenir ve bunlardan çıkarılan sonuç ergenin kimliğini kazanma hissini oluşturur.<sup>32</sup>

---

<sup>22</sup>Jerry Burger, *Kişilik*, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2006, s.32.

<sup>23</sup> Derman, a.g.e., s.19-21.

<sup>24</sup> Arman vd.,a.g.e., s.78-95.

<sup>25</sup> Arman vd.,a.g.e., s.78-95.

<sup>26</sup> Derman a.g.e., s.19-21.

<sup>27</sup> Derman a.g.e., s.19-21.

<sup>28</sup> Derman a.g.e., s.19-21.

<sup>29</sup> Arman vd., s.245-274.

<sup>30</sup>İshak Özkan, *Benlik saygısını etkileyen etkenler*, *Düşünen Adam* 7(3), 1994, s.4-9.

<sup>31</sup> Arman a.g.e., s.245-274.

<sup>32</sup> Derman a.g.e., s.19-21

### 1.1.2. Ergenlikte Gelişim ve Özellikleri

Buluğ evresi fizyolojik olarak değişimler dönemi olarak görülmektedir. Genelde tek bir hadise gibi düşünülen erinlik dönemi aslında üreme kabiliyeti elde etmeyle zirveye varılan bir süreçten meydana gelmektedir. Bu süreçte gelişim gösteren ve cinsellik hormonlarının seviyesinin artış göstermesi bedende önemli iki değişikliğe neden olur. Bunlardan birincisi cinsellik uzuvlarının yani bedensel gelişim göstermesi iken diğeri ise zihinsel, beyin, kas ve kemiklerde ortaya çıkan daha kapsamlı değişikliklerin varlığıdır.<sup>33</sup> Ergenlikte en çok belli olan değişim cinsel açıdan olgunlaşmasıdır. Kızlarda vajina, rahim ve yumurtalığın; erkeklerde ise penisin ve testislerin gelişmesi gibi cinsel uzuvlardaki değişimler önem taşıyan değişikliklerdir. Erkeklerde sesteki kalınlığın değişmesi ve sakalların çıkmaya başlaması, kızlarda göğüslerin gelişmesi gözlemlenir. Ayrıca hem kızlarda hem de erkeklerde ortak olarak bedende tüylenmelerin olması gibi vücut yapısındaki değişiklikleri meydana getirir.<sup>34</sup>

Ergenlik sürecindeki vücuttaki değişikliklerin yanı sıra zihinsel gelişim açısından yetişkin gibi düşünebilme onlar gibi fikir yürütebilmesi zihinsel yetileri elde etmesi yönünden oldukça önemli bir yere sahiptir. J. Piaget çocuklarda ve ergenlerde araştırmalar yapmış ve bilişsel gelişimi sistematik olarak inceleyerek bunu dört periyoda ayırmıştır. Soyut işlemler dönemi bilişsel gelişimin dördüncü periyodunda yer almaktadır. Bu dönemin başlangıç yaşı 11-12 gibidir ve 14-15 yaşlarında kararlılık elde eder. Somut işlem fikrine sahip olan bir çocuk gerçek problemlerle uğraşırken, soyut işlem fikri içerisinde olan bir ergen ise gelecek veya geçmişle alakalı olabilecek muhtemel problemlerle zihni meşgul edebilir.<sup>35</sup>

Ergenlik çağında, vücutta fizyolojik değişikliklerin var olması ve birtakım hormonların faaliyetlerinin artış göstermesiyle, cinsellik dürtüsü başta olmak suretiyle farklı dürtüler meydana çıkar. Yaşanılan koşullara göre ergenin yaşadığı ahlaki gelişimi sırasında ahlaki açıdan ikilemlerin olması, aynı zamanda dürtülerinin meydana çıkmasından kaynaklanabilir. Ruhsal ve zihinsel değişiklikler ile ergenden, akılcı ve eğitime dair birtakım kararlar vermesi gerektiğinden hem aile hem de toplum tarafından birtakım yeni roller üstlenmesi beklenir. Ergenlik çağında yetişkin kadın veya erkek bedensel özellikler elde etmenin yanı sıra ergenin

<sup>33</sup>Helen Bee ve Denise Boyd, **Çocuk Gelişim Psikolojisi**, 1.baskı, Çev. O. Gündü, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2009, s.264-289.

<sup>34</sup> Haluk Özbay ve Emine Öztürk, **Gençlik**, İletişim Yayıncılık, İstanbul, 1992, s.304.

<sup>35</sup>Marry Gander ve Harry Gardiner, **Çocuk ve Ergen Gelişimi**, 6.baskı, B. Onur, İmge Kitabevi, İstanbul, 2007, s.514.

sorumluluklarından biri de toplumun kendisinden beklediği kadın veya erkek rolünü üstlenmek ve bunu benimsemektir.<sup>36</sup>

## 1.2. ANNE BABA TUTUMLARI

Anne ve babanın gösterdiği tutumlar belirgin iki özellikten oluşmaktadır: Duygusal ilişki boyutu ve kontrol boyutu. Duygusal ilişki boyutu ele alındığında, bu durumun çocuğu odak noktası olan onaylayıcı davranımdan, kabul edici olmayan davranıma kadar uzanan bir kapsam içerisinde değişiklik gösterdiği görülmektedir. Benzer şekilde kontrol boyutu da, sınırlayıcı davranımdan hoşgörölü davranışa kadar değişimlerden oluşmaktadır.<sup>37</sup>

Aile içinde bulunduğu toplumu yansıtır. Bireyin hayata bakış açısı ilk olarak ailede şekillenir. Daha sonra çevreden etkilenecek devam eder.<sup>38</sup> Evliliklerinde mutlu olamayan kişilerin çocuklarına karşı yaklaşımlarında da sıkıntı yaşar. Anne baba ilişkileri olumlu ise çocukta kendi hayatında olumlu ilişkiler kurar. Kişilik gelişiminde aile önemli rol oynar. Çocukluk sürecinde ebeveyn ile iletişimin iyi olması ergenlik sürecini de etkilemektedir. Bu sebeple çocuk ergenlik döneminde ailenin desteğine ihtiyaç duyar. Sağlıklı bir iletişim sağlıklı bireyin yetişmesi demektir. Çocuğun kişilik özelliklerinin geliştirilmesi, iyi bir eğitim alması için ailenin çocuğa karşı sergilediği tutum çok önemlidir.<sup>39</sup> Eğer anne babanın tutumları sağlıklı değil ise bu tutumlar çocuğa da yansımaktadır. Anne baba tutumu bulunduğu toplum şartlarından da etkilenmektedir. Baskıcı ve anlayışsız bir toplumda yetişen bireyler bu davranışları çocuklarına da yansıtmaktadır. Anne baba çocuk odaklı tutumlar sergilemelidir. Çocuğun sağlıklı bir ortamda yetişmesi gerekir. Bizler sınav sistemi ile yetişen bir toplumda yaşamaktayız. Bu da ailenin öğrenci iyi bir yer kazanabilmesi başarılı olabilmesi için özveride bulunmasına sebep olmakta. Fakat aile bu özveride bulunurken çocuğun bazı ihtiyaçlarının farkında olamamaktadır. Bu ihtiyaçlar duygusal, psikolojik, fiziksel olarak çocuğa göre değişkenlik göstermekte.<sup>40</sup> Ailenin desteği, ilgi ve sevgisi varsa ergen sıkıntısız normal bir gelişim sergiler. Ebeveyn-

<sup>36</sup> Engin Geçtan, *Psikanaliz ve Sonrası*, 11.baskı, Metis Yayınları, İstanbul, 2005, s.124.

<sup>37</sup>Yasemin Yılmaz, *Anne-baba tutumları ile ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin okul başarısı ve özerkliklerinin gelişimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı, 2007, s.7 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>38</sup> Aysun Aktaş Özkafacı, *Annenin çocuk yetiştirme tutumu ile sosyal beceri düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Arel Üniversitesi, İstanbul. 2012 aktaran; Arzu Özyürek, *Okul Öncesi Çocuğa Sahip Anne-Babalara Yönelik Çocuk Yetiştirmeye İlişkin Anne-Baba Görüşleri Ölçeği ve Anne-Baba Tutum Ölçeği” Geliştirme Çalışması*, Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi/International Journal Of Early Childhood Educaiton Studies, 2(1), 2017, s.26

<sup>39</sup> Atalay Yörükoğlu, *Çocuk Ruh Sağlığı*, Özgür Yayınları, Ankara, 2002, s.7-152.

<sup>40</sup> İbrahim Yıldırım, *Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Yordalayıcısı Olarak Sınav Kaygısı, Boyun Eğici Davranışlar ve Sosyal Destek*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 25(1), 2003, s.224

çocuk ilişkisini inceleyen çalışmalarda, 11 ve 15 yaşlarındaki ergenlere gelecek hakkındaki düşünceleri ve planları sorulup ebeveyn ve çocuk ilişkisinin ergenin gelecekteki planlarını etkileyip yön verdiği gözlemlenmiştir.<sup>41</sup> Bu durum anne-babanın çocuk üzerinde ne kadar etkili olduğunu açıkça ortaya koymaktadır. Ergenlik döneminde mükemmeliyetçilik önemli olduğu için ebeveynin olumsuz tutumları, kıyaslamaları, kendilerince çocuğa hedef belirlemesi çocuğun daha fazla strese girmesine, kaygılanmasına ve daha fazla hata yapmasına sebep olur.<sup>42</sup> Bu noktada anne babanın ergen ile iletişimini güçlendirerek demokratik tutumlar sergilemesi beklenmektedir. Anne baba çocuğu eğitirken tutarlı, dengeli, kararlı davranışlar sergilemeli. Böylece çocuk ne yapıp ne yapmaması gerektiğini öğrenerek anlamaktadır.<sup>43</sup>

Çocuk ergenlik dönemine girdiğinde öncelikleri ve kişisel becerileri de değişime uğramaktadır. Ebeveyn bu sürecin hızlı olduğunu fark edemeyebilir ve bu sürece hazırlıksız yakalanabilir. Bu değişim ile ebeveyn kendi ebeveyn rolünde zorluk çeker. Karar alma kısmında ebeveyn ve ergen arasında çatışmalar olabilir. Ebeveyn kendi duygularına hakim olarak bu süreçte kararlı olup duygusal dalgalanmalar yaşamamalı. Ergenlik sürecinde ebeveyn ve ergen arasında 'güven' çok önemlidir. Bu dengeyi asıl olarak anne baba sağlar. Ergene onun alabileceği sorumluluklar vererek bu denge sağlanabilir. Ancak bu zaman içerisinde anne babanın aşırı kısıtlayıcı ya da fazla rahat davranması aralarındaki güveni sarsar.<sup>44</sup>

Ülkemizde geleneksel ve kültürel olmak üzere ebeveynlerin çocuk yetiştirme davranışları üzerine birtakım görüşler yer almaktadır. Bu gelenek ve göreneklere göre annenin görevi çocuğuna bakımını sağlamakla yükümlü olarak görülürken, babanın sorumluluğu ise evin maddi ihtiyaçlarını karşılamak olarak görülmektedir.<sup>45</sup> Aslında hayat şartlarının değişmesi, çalışma şartlarının ve aile yapısının da değişim göstermesiyle çocuk bakım gereksinimini beraberinde değişimlerin olmasını sağlamaktadır. Değişen şartlarla birlikte çocuklara bakmakla yükümlü insanın sadece anne olmadığı anlaşılmaktadır. Böylece çoğu annenin çalışırken ev dışında

---

<sup>41</sup>Jari Erik Nurmi ve H. Pullianiaen, *Thechanging parent-childrelationship, self-esteemand intelligence as determinants of Orient ationto the future during early adolescence*, Journal of Adolescence, 14,1991, s. 35-51.

<sup>42</sup> Atılgan Erözkan, *İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinde Depresyonun Yordayıcıları*, İlköğretim Online, 8(2), 2009, s.342

<sup>43</sup> Derman ve Başal, a.g.e.,s.121

<sup>44</sup> Koray Karabekiroğlu, *Aman Dikkat! : Dikkat ve Öğrenme Sorunları*, Say Yayınları, Samsun, 2011, s.323.

<sup>45</sup>Cressida Evans, *Düşük sosyo-ekonomik örneklemde Türk babaların rollerine yönelik tutumları ve katılımları*, Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 1997, s.35-75 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans).

bulunma mecburiyeti, çocuk bakımının anne ve baba arasında paylaşılması gerektiğini göstermektedir.<sup>46</sup>

Evdeki aile baskısı, kısıtlayıcı ve kıyaslayıcı ebeveyn tutumları, okuldaki otoriter eğitim, öğretmenlerin öğrenciye olumsuz yaklaşımı ve davranışları, cezalar, puan kırma ve sınıf geçme şartlarının zor olması sınav kaygısının küçük yaşlara kadar düşmesine sebep olmaktadır. Okuldaki başarısızlıkları, anne baba ve öğretmenlerin olumsuz bir bakış açısı ile değerlendirmesi ve bunun gibi durumların çocukta çağrıştırdığı güvensizlik ve yetersizlik duygusu sınav kaygısının daha da artmasına sebep olur.<sup>47</sup> Kasatura'nın yaptığı araştırmada başarısız olan öğrencilerin çoğu başarısızlık sebebi olarak aileyi söylemişlerdir. Anne babanın evdeki sinirlilik durumu evde huzursuzluk öğrencide başarısızlık sebebi gösterilmiştir.<sup>48</sup> Anne ve baba çocukluğunda kendi anne babalarından hangi tutumları görmüş ise çocuklarına da bu yaşantılarını yansıtarak aynı tutumları sergilerler.<sup>49</sup> Aile çocuklarını okula göndererek onlardan başarı beklemektedir. Fakat başarıyı arttırabilmek için aile de üzerine düşen sorumlulukları almalı.<sup>50</sup> Ailede baskı hisseden öğrenciler daha kaygılı olurlar. Çevreye göre değerlendirilmek sınav başarısını etkiler ve kendilerine olan güvenleri azalarak gelecek ile ilgili endişe duymaya başlarlar.

Ebeveynlerin çocuklarına karşı olan davranışlarını inceleyecek olursak bu davranışlar 6 başlık şeklinde toplanabilir: Otoriter ebeveyn davranışı, koruyucu/istekçi ebeveyn davranışı ve demokratik ebeveyn davranışı, reddedici, izin verici ve tutarsız ebeveyn davranışı.

### 1.2.1 Aşırı Baskıcı (otoriter) Aile tutumu

Otoriter anne ve babalar belirledikleri sınırlamalara çocukların itiraz etmeden uyum sağlamasını isterler. Bu tip ailelerde çocuklar koyulan sınırlamalara itiraz ettiklerinde ve uymadıklarında ceza verilir. Anne ve babalar ile çocuklar arasında

---

<sup>46</sup> Robert Myers, *Hayatta Kalan Oniki, Erken Çocukluk Eğitimi Programlarının Güçlendirilmesi*, Çev.R .Ağış Bakay, E.Ünlü, AÇEV, İstanbul, 1996, s.5-18.

<sup>47</sup> Necla Öner, *Sınav Kaygısı Envanteri El Kitabı*, Yükseköğretimde Rehberliği Yayma Vakfı Yayını No:1, İstanbul, 1990, s.74-92.

<sup>48</sup> İlkay Kasatura, *Okul Başarısından Hayat Başarısına*, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1991, s.125

<sup>49</sup>Şebnem Yücedağ, *Ergenlik Dönemi Problemleri İle Anne – Baba Tutumları Arasındaki İlişki*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 1994, s.17 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>50</sup> Hasan Dam, *Öğrencinin Okul Başarısında Aile Faktörü*, Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 7(14), 2008, s.82

fikir alışverişi oldukça azdır. Ayrıca ebeveynlerin beklediği çocuklarına söyledikleri her şeyi sorgulamadan koydukları kurallara uyum sağlamasını isterler.<sup>51</sup>

Otoriter anne baba tutumları, katı kurallardan oluşur. Çocuğun duygu ve düşünceleri bastırılır. Bu anne baba katı kuralları çocuklarına uygulayarak onları sevgiden mahrum eder ve disiplinli bir tavır takınırlar. Anne baba çocuğu karşı baskıcı ve benmerkezci tutumlar sergiler. Otoriter aile tipinde çocuklar kurallara uymalı, gerektiğinde ceza verilmeli ve çocukları adına kararlar verilerek çocuğa söz hakkı tanınmaz.<sup>52</sup> Bu tutum sonucunda çocuk kendisine güvenemez. Otoriter anne babalar çocuğa aşırı disiplin uygularlar ve kurallara uyulmak zorundadır. Anne baba fiziksel olarak ceza uygulayarak çocukların öfke duygusunun bastırılması ile çocukta pasif saldırganlık yaratmaktadır. Bu durumda ergen kendisinden daha pasif kişilere öfke ve saldırganlık duygusunu yansıtır. Böyle ailelerde iletişim çok fazla yoktur. Anne babanın kendi içlerindeki anlaşmazlık çocuğa da yansımaktadır. Bunlar çocuğun da anne babayı rol model alması ile çocuğun davranışlarına yansımaya sebep olmaktadır. Türk toplumu genelde çocukluktan itibaren baskıcı ve bağımlı bir ortamda yetişmektedir. Böylece kendini ifade edemeyen bireyler yetişmiş olur. Çocuk bastırılmış duygular içerisinde büyür ve iletişimde zorluk çeker. Çocukta öfke, saldırganlık, çekingenlik, söz geçirme ve korku gibi duygular ağır basmaktadır.<sup>53</sup>

Otoriter anne babalar çocukları kendi isteklerine göre yönlendirir ve kendi istediklerini yaptırırlar. Çocuğun kişilik özelliklerini ve isteklerini dikkate almadan davranış sergilerler. Böylece çocuk kendindeki benlik saygısını kaybeder.<sup>54</sup> Bu tutumu sergileyen anne babanın çocuklarında sürekli eleştiri ve ilgisizlikten tırnak yeme, saldırganlık, korku kaygı, aşağılık duygusunun gelişmesine neden olur.<sup>55</sup>

Otoriter olan anne baba çocuğun kendisine uyum sağlamasını ister, çocuğun kendince hareket etmesine izin vermez. Bu durumda çocuk hiçbir zaman bağımsız bir birey gibi davranamaz.<sup>56</sup> Bu çocuklar tedirgin olurlar, karar alma becerisi gelişmez

---

<sup>51</sup> Yilmazer a.g.e., s.5.

<sup>52</sup> Gül Keziban Duman, **İlköğretim 8.Sınıf Öğrencilerinin Durumluk Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Sınav Kaygısı Düzeyleri ve Ana Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı, İzmir, 2008, s.11-105 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>53</sup> Kulaksızoğlu, a.g.e., s.122

<sup>54</sup> Eleanor Maccoby ve J.A. Martin, **Socialization in the Context of Family: Parent Child Interaction**, Handbook of Child Psychology: Socialization, Personality and Social Development, New York: Wiley, 1983, s.1-101.

<sup>55</sup> Meral Taner Derman ve Handan Asude Başal, **Okulöncesi Çocuklarında Gözlenen Davranış Problemleri ile Ailelerinin Anne-Baba Tutumları Arasındaki İlişki**, Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2(1), 2003, s.120

<sup>56</sup> Duman, a.g.e., s.11-105.



ve çocuklar doğruyu yanlış ayırt edemezler. Başkalarına göre hareket ederler. Otoriter tutumda çocuğun kendisi gibi davranmasını engellediği için o çocuklarda şiddete başvurma, öfke patlamaları ve duygu durum bozuklukları görülmektedir.<sup>57</sup>

### 1.2.2 Aşırı Koruyucu

Aşırı koruyucu tutumda, ebeveyn çocuklarını aşırı korur ve denetim içerisinde tutarlar. Çocuklar yapması gereken şeyleri bilmezler çünkü anne baba tarafından her şey yapılır. Böylece ebeveyn çocuklarının bir şeyleri yaşayıp, tecrübe edinmelerinin önüne geçilmiş olurlar. Anne baba sürekli bir müdahale içerisine girer. Anne baba her türlü fedakarlığı yaptığı için çocuk sorumluluk almak istemez. Çocuk kendi görevini yerine getirmeyi bilmediği için aileye bağımlı hareket ederler. Kendi başlarına hareket edemezler. Kendilerine güven eksikliği yaşarlar. Anne baba olmadan hareket edemez ve kaygıya kapılırlar.<sup>58</sup>

Koruyucu ailede aşırıya kaçılır, çocuğun her şeyine anne baba karar verir. Söz hakkı anne babanıdır. Çocuğu manevi değerler ve sevgiden mahrum ederek cezalandırırlar. Bu çocuklar onlara söz hakkı tanınmadığı için çekingen davranışlarda bulunurlar. Kolay arkadaş edinemez, arkadaş seçimi aile onayından geçmesi gerekir. Çocuk ailenin istediklerini yaparak kendi istediği düşünce ve davranışları bastırarak kendi karakterinden uzaklaşır.<sup>59</sup>Aşırı koruyucu ailede yetişen çocuklar daha pasif tutumlar sergilemektedir. Koruma her anne babanın sergilediği davranıştır. Fakat bu çocuğun kendi olmasını engelliyorsa anne babanın aşırı koruyucu tutum sergilediği anlamına gelmektedir. Anne babanın bu tutumu çocukluktan başlar ve çocuğun özgüveni zayıf, sorumluluk almaktan çekinen, korkak ve silik bireyler yetişmesine sebep olur. Ergenlik döneminde çocuk aileden uzaklaşarak arkadaşlara yönelir. Anne baba bu dönemde çocuğun bireyselleşmesi ve kendisini keşfetmesi için uygun davranışlar sergilemeli. Ancak koruyucu aile buna izin vermeyerek çocuğun bağımsız bir birey olmasını engeller.<sup>60</sup>

Aşırı korucuyu tutum çocukta bağımlılığa sebep olur. Bu davranış çocukta sorumluluk almasını engeller ve kendilerine güven duymazlar. İleride kendi çocuklarına da aynı davranışları sergilerler.

---

<sup>57</sup>Maccoby & Martin, a.g.e,s.1-101.

<sup>58</sup> Leyla Navaro, **Aşırı Koruyuculuğun Çocuk Eğitimine Etkileri**, 6.Ya-pa Okulöncesi Eğitimi ve Yaygınlaştırılması Semineri, Ya-Pa Yayınları, İstanbul, 1989, s.124-126.

<sup>59</sup> Duman, a.g.e,s.11-105.

<sup>60</sup> Kulaksızoğlu a.g.e., s.121

### 1.2.3 Demokratik Aile

Demokratik aile çocukların kişilik gelişimi için en olması gereken davranış tutumdur. Demokratik aile çocuklarını sevgi ve saygı ile yetiştirirler. Anne baba çocuğu ayrı bir birey olarak görürler ve çocuklarının kişiliklerinin sağlıklı gelişmesinde katkıda bulunurlar. Anne baba da kendi arasında birbirine değer veren, saygı ve sevgi gösteren bireylerdir. Anne babanın çocuklara karşı olan tutumları aynıdır. Hoşgörü ve sevgi odaklıdır. Çocuklarının özgür ve tek olduğunun farkına varmasını sağlar. Anne baba, çocuğun 'kendisi' olmasında destekleyici davranışta bulunurlar. Çocuk temel ihtiyaçlarımızdan biri olan sevginin gerçekleştiği bir ortamda büyür. Anne baba çocuğa karşı paylaşımcı ve destekleyici olarak ergenin cesaretlenmesini sağlar. Böyle bir ailede büyüyen çocuk değerli olduğunu ve kendisi gibi olduğunu hisseder. Başarısızlıklar cezalandırmak yerine çocuğun başarı göstermesi teşvik edilir ve bu başarılar ödüllendirilir.<sup>61</sup> Demokratik aile tutumunu ilk araştıran kişi Alfred Baldwin diyebiliriz. Alfred'e göre demokratik aile tutumu kontrol ve demokrasiden oluşur. Ebeveyn ve çocuk arasında bir eşitlik söz konusudur.<sup>62</sup> Anne ve babanın davranışları tutarlı ve çocuğa karşı güven vericidir. Çocuğa bazı sorumluluklar vererek hem davranışlarını kontrol ederler hem de çocuğun kendine güvenmesine yardımcı olurlar. Çocuğun yetenek ve kapasitesine göre yönlendirmede bulunurlar.<sup>63</sup> Bu ailede sorunlar konuşularak çözümlenir. Anne baba çocuklarına söz hakkı tanır, iletişim kurar. Demokratik ortamda aile çocuğa saygı gösterilir ve yardımcı olunur. Çocuk çevresinde daha sosyaldir. Ancak yerine göre anne baba sınırları da çizilir. Bu sınırlar çocuğa açıklandığında çocuk için uygun olduğu kabul edilir. Bu tip aile de konuşmalar demokratik karşılıklı ve saygı duyularak yürütülür.<sup>64</sup> Aşırı demokratik ebeveyn tutumları ebeveyn ve ergen arasında iletişim kopukluklarına sebep olduğu için anne babanın aşırı demokratik yaklaşımı yapılan en önemli yanlışlardan biridir. Anne baba demokratik tutum içerisinde olması gerekir. Fakat ebeveynin bu durumu karıştırarak 'çocuğumuzla iletişimimiz arkadaş gibi' söylemi de demokratik ve disiplinsiz aile kavramını birbirine karıştırır. Bu çocuk ve ebeveyn ilişkisini zedeler.<sup>65</sup> Demokratik aile ortamında yetişen çocuklar, iletişimi kuvvetli, empati kurabilen,

---

<sup>61</sup>Kulaksızoğlu, a.g.e., s.119

<sup>62</sup> Dacey vd., a.g.e., s.180

<sup>63</sup>Diana Baumrind, *The effects of authoritative parental control on childbehaviors*, Child Development, 37,1966, s. 887- 907.

<sup>64</sup> Duman, a.g.e.s.11-105

<sup>65</sup> Karabekiroğlu, a.g.e., s.323

saygılı, kendine güvenen, kendini geliştiren ve girişkendirler.<sup>66</sup> Demokratik ailede her birey sorumluluklarının farkındadır ve üstüne düşen görevi yapar.

#### 1.2.4. İzin Verici Anne Baba Tutumu

Ebeveynlerin çocuklarına hoşgörüyü yaklaşması, çocukların birtakım sınırlamalar haricinde, istediklerini diledikleri şekilde gerçekleştirmelerini kabul etmesi anlamına gelmektedir. Ebeveynin hoşgörü düzeyinin olağan bir seviyede gerçekleşmesi, çocuğun özgüvenli, yaratıcı ve sosyal bir insan olmasında yardımda bulunur.<sup>67</sup> Bu ebeveynler düşünce yapısı ve davranışlarında rahat davranan kişilerdir.

İzin verici anne ve babaların çocuklarına tanıdıkları özgürlük hakkı oldukça fazladır ve çocuklarını hiçbir şekilde denetlemezler, kontrol altında tutmazlar. Ancak bazen de hoşgörü seviyeleri ihmal derecesinde olabilir. Bunun yanında çocuklarına karşı sevecen ve oldukça sıcak bir tutum sergilerler. Çocukları karar verirken bütün sorumluluğu onlara bırakırlar.<sup>68</sup> Ev içerisinde yaşanan rahat tutumlar çocukların davranışlarında tutarsızlıklara sebep olur. Otorite rolünde bir ebeveyn olmadığı için de kendilerini kontrol etmekte zorluk çekebilirler.

#### 1.2.5. Reddedici Ebeveyn Tutumu

Reddedici bir aileye sahip olan çocuklar yardım duygusuna oldukça uzaktır. Öfkeli ve saldırgan bir yapıya sahiptirler. Çoğu zaman hisleri konusunda kırgınlık yaşarlar. Kendilerinden yaşça küçük kişilere karşı düşmanca bir tavır sergilerler. Hayvanları sevmez onlara kötü davranabilirler. Sevgiye en fazla gereksinim duydukları zamanlarda dışlandıkları ve onaylanmadıkları için çocuğun duyguları zedelenir. Bu tip ailelerde büyüyen çocuklar farklı psikolojik sorunlar yaşar hatta intihara meyilleri vardır. Çocuk kötü davranışla karşı karşıya gelmemek için ebeveyne karşı erdemli, uyumlu ve sakin bir tavır sergilemektedir. Ancak kendi içlerinde ebeveynlere karşı düşmanlık beslemektedir. Çocuk korkak bir yapıya sahiptir. Hayal kırıklığına maruz kalmıştır. Kendisine ait bir güven hissini hiçbir zaman oluşturamayacaktır. Çünkü güven hissini oluşturabilecek çoğu ortamdan uzak kalmıştır. En yakınındaki kişiler bile kendine ilgi göstermemiştir.<sup>69</sup>

---

<sup>66</sup> Arthur Jersild, *Çocuk Psikolojisi*, Ankara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Yayınları; Ankara, 1979.s.256.

<sup>67</sup> Haluk Yavuzer vd., *Çocuk ve Ergen Eğitiminde Anne Baba Tutumları*, 4.basım, Timaş Yayınları, İstanbul, 2013, s.34.

<sup>68</sup> Yilmazer, a.g.e., s.5

<sup>69</sup> Yilmazer, a.g.e., s.15

### 1.2.6. Tutarsız Anne Baba Tutumu

Tutarsız bir davranışa sahip ebeveynlerin çocuk büyütürken belirli tutumları yoktur. Çocuğa karşı bazen gereksiz şekilde fazla hoşgörölü olabilirken bazen de fazlasıyla otoriter olabilirler. Davranışlarını önceden tahmin etmek pek olası değildir. Bazı durumlardaki tepkileri aşırı olabilir. Tutarsız davranış ebeveynler arasındaki uyumsuzluklardan da kaynaklanabilir. Anne ve babanın disiplin konusundaki tavırları farklılık gösterebilir. Bu ebeveynler çocuk ile alakalı çoğu konuda benzer görüşe sahip değildirler. Bundan dolayı çocuk nasıl davranacağını tahmin edemez ve davranışları dengesiz olabilir.

Anne ve babanın " kararsız ve dengeli olmayan" davranımı, çocuğun gelişimini ve eğitimini olumsuz yönde etkiler. Burada bulunan tutarsızlık ve dengesizlik, anne ve baba arasında olan fikir uyuşmazlığında olabildiği gibi, anne ya da babanın sergiledikleri farklı davranım şeklinde de görülebilir.<sup>70</sup>

Anne babanın davranışı bir cezalandırma ile yoğun hoşgörü arasında değişiklik göstermektedir. Çocuk nerde nasıl davranması gerektiğini veya hangi davranımın istenmediğini önceden tahmin edemez. Davranışını ebeveynin sinirli veya mutlu olmasına göre ayarlamaya uğraşır. Bir başka söylemle, çocuk davranışının yanlış veya doğru olmasına değil de " Bu davranışı ne zaman sergilersem ceza almam?" sorusuyla uğraşır.<sup>71</sup>

Aile içinde var olan dengesiz tutumlar çocukta kafa karışıklığına sebep olmaktadır. Bu davranışlarla sürekli karşı karşıya gelen çocuk şaşkınlığa uğrar; anksiyete ve korku yaşayabilir. Ebeveynlerden gereken seviyede ilgiyi göremediğinden veya davranışlarını bir düzen içerisine oturtamadığından ilgiyi kendi üzerine çekmeye uğraşır. Ceza veren, hor gören veya hem sevip hem de soğuk tutum sergileyen ebeveynlerin çocuklarında bağımlı kişilik yapısı oluşmaktadır.<sup>72</sup>

### 1.3. ANNE BABA TUTUMLARININ ÇOCUK VE ERGENLER ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Çocuklarına yönelik baskıcı, otoriter, kendine itaati bekleyen anne baba tutumunda iletişime geçmekten oldukça uzak, kendi beklentilerinin ve isteklerinin tartışmaya kapalı, sorgulanmaksızın yerine getirilmesini bekler. Ayrıca çocuklarının kendileriyle ilgili kararlar almasında yetersiz gören ebeveyn tutumudur. Ebeveynin

<sup>70</sup> Yavuzer vd., a.g.e., s.31.

<sup>71</sup> Yılmaz, a.g.e., s.18.

<sup>72</sup> Yasemin Yılmaz, *Anne Baba Tutumları ile İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Okul Başarısı ve Özerkliklerinin Gelişimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı, 2007, s.35 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

bu tutumu sonucu çocukların sakin, uysal, dikkatli olmasına rağmen bu çocuklar başkalarının kolayca etkisi altına girebilen, çekingen, oldukça duyarlı, çabucak küsen çocuklara dönüşmesi oldukça olağandır.<sup>73</sup> Anne babanın, çocukları ve kendi yaşadıkları zaman ile kıyas içerisinde girmesi ergenlik dönemindeki bir çocuğu en çok etkileyen şeylerden biridir. Unutmamalıyız ki iki kuşak arasında yaşantı ve kültür farklılıkları görülmektedir. Bu süreçte anne baba söylediklerine ve tavırlarına dikkat etmeli, kendileri ile kıyaslama içerisinde girmemeli.<sup>74</sup> Aile yapısı, tavırları, tutumları ve iletişimi ergenlerin ilerideki hayatlarına yön vermektedir.

Aşırı koruyucu ebeveyn tutumunda ise çocuğun bütün sorumluluklarını üstlenmeyi amaç edinmiş, hemen her şeyi ile ilgilenen, çocuğun yaptığı her şeyi bilme isteği hatta çocuğun tek başına bir şeyler yapmada mahrum bırakan anne baba tutum ve davranışlarıdır. Bu tutumu sergileyen anne babaların çocuklarında öz güven problemleri, zayıf, bağımlı kişilik yapıları görmek mümkün.<sup>75</sup>

İlgisiz anne baba tutumunu ele alırsak çocuğunu her yönden ihmal eden, hatta psikolojik yönden reddeden, çocuğun ilgi, sevgi, şefkat ihtiyaçlarını karşılamayan, çocuğunun nerede olduğunu, ne yaptığını bilmeyen ebeveynlerdir. İlgisiz anne baba çocuklarını önemsemez, çocuğunu kendisinden ve çevresinden uzak tutmak ister, tutumlarını kontrol etmeye çalışmayan anne baba tutum ve davranışları barındırır. Bu ebeveynlerin tutumuna maruz kalan çocukların sorumsuz, okula gitmeyen, derslere ilgisiz, zamanını kontrol edemeyen veya boşa geçiren, alkol ve sigara kullanmaya yatkınlıkları vardır. Ayrıca bu çocuklar yanlış arkadaşlar edinen çocuklar olarak gözlemlenmişlerdir.<sup>76</sup>

Demokratik tutum sergileyen anne babalara bakacak olursak çocuklarına olumlu, samimi, içten duygulara sahip, çocuklarının isteklerine karşı duyarlı, çocuğun yaşıyla paralel kendiyile ilgili kararlar vermesini destekleyen, çocuğu önemseyen, değer veren, fikirlerine saygı duyan ve hissettirebilen, iletişim kurmak için gerekli koşulları sağlayan anne baba tutumlarıdır. Bu tutumla yetiştirilen bireyler; kendilerine güvenen, birine bağımlı olmadan hayatını sürdürebilen daha iyi

---

<sup>73</sup> Betül Yaprak, *İlköğretim Öğrencilerinin Algıladıkları Anne-Baba Tutumunun Diskriminant Analiziyle Belirlenmesi ve Benlik Saygısı ile Olan İlişkinin Değerlendirilmesi Üzerine Bir Uygulama*, Osmangazi Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstatistik Anabilim Dalı, Eskişehir, 2007, s.37-46 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>74</sup> Doğan Cüceloğlu, *Başarıya Götüren Aile*, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2006,s.97.

<sup>75</sup> Yaprak, a.g.e., s.37-46.

<sup>76</sup> Yaprak, a.g.e., s.37-46.

bir kişilik sahibi bireyler olurlar. Kendi haklarına sahip çıkma konusunda yeterli, işbirliğine ve dayanışmaya açık bireylerdir.<sup>77</sup>



---

<sup>77</sup> Yaprak, a.g.e., s.37-46.

## İKİNCİ BÖLÜM

### SINAV KAYGISI

Kaygı kişilik yapısında olduğu kadar çevresel faktörlerle öğrenilen bir kavram olduğunu düşünebiliriz. Özellikle ergenlik çağındaki bireylerde ailesinden göreceklere tutum ile kaygının tetikleneceği söylenebilir. Bu bölümde öğrencilerde ki sınav kaygısından bahsedilecektir. Kaygının kavramı, temelinde nelerin yattığı, kaygı ile kuramlar açıklanacaktır.

#### 2.1 KAYGI

Kaygı kelimesi Yunanca'da "anxietas" demektir ve endişeler, korkularımız ve merak anlamına gelir.<sup>78</sup> Kaygı stres yaratan bir uyarı ile karşılaştığımızda fiziksel, zihinsel ve duygusal uyarılmışlık durumudur.<sup>79</sup> Kaygıya olumsuz bir duygu gibi bakılsa da aslında yaşadığımız normal bir duygudur. Herkes kaygılanabilir, önemli olan bizim kaygıya yüklediğimiz anlamdır. Kaygı düzeyi ise kişiden kişiye değişebilir. Son yıllarda yapılan araştırmalarda kaygının oluşmasında 3 etken olduğu sonucuna varılmıştır. Bunlar; biyolojik, psikolojik ve sosyal etkilere sahiptir. Çocuğun gergin olması ya da düzensiz uykulara sahip olması biyolojik etkenlerden kaynaklanabilir. Psikolojik etmenler kişinin olayı nasıl algıladığı ve ne derece tehdit olarak gördüğüne bağlıdır. Kuramcılara göre annenin hamilelikte kaygı yaşamaması ve doğum süresince bu stresi üzerinde taşıması çocuğunda gelecekte kaygı yaşamamasına sebep olduğu düşünülmektedir. Sosyal etkileri incelediğimizde, çocuğun çevresindeki insanlara bakış açısına göre değişmektedir. Çevresindeki kişileri tehdit olarak görüyorsa kaygı düzeyi de yüksektir.<sup>80</sup> Kaygının sürekli olması kaygı bozukluğu ya da yoğun olması panik atak gibi bazı psikolojik rahatsızlıklara sebep olabilir. Kaygı ve korku birbirinden farklıdır. Korku bir somut sebebe bağlıdır, hissedilir, kısa sürelidir ve kişi neden korktuğunu bilir fakat kaygının kaynağı belli değildir ve uzun sürer. Bilinçli olarak tehlike durumunda gösterdiğimiz duygu korku, bilinç dışı ve herhangi bir nesneye bağlı olmayarak gösterdiğimiz tepkiler kaygıdır. Kaygı gelecekle ilgili kötü bir şey olacakmış düşüncesine kapılmaktır. Bu düşünceler fiziksel ve ruhsal olarak kişiye yansır. Ruhsal olarak bir şey olacakmış endişesi, gerginlik, korku, panik, huzursuzluk, şaşkınlık yaşar. Fiziksel olarak ise baş

<sup>78</sup> Özcan Köknel, *Zorlanan İnsan - Kaygı Çağında Stres*, Altın Kitaplar, İstanbul, 1988, s.138

<sup>79</sup> Ahmet Canan Karakaş, *Paylaşma Tutumlarının Sınav Kaygısı-Gelecek Kaygısı İle İlişkisi (Sakarya örneği)*, İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 2(1), 2013, s.139

<sup>80</sup> John S. Dacey, Marta D. Mack ve Lisa B. Fiore, *Çocuklarda Aşırı Kaygı ve Kaygı Azaltma Yöntemleri*, Kültür Yayınları, İstanbul, 2018, s.8-11

dönmesi, çarpıntı, bulantı, terleme, titreme yaşayabilir.<sup>81</sup>Kendisini güvende hissetmeyen, çevreyi tehlikeli bulan kişilerde kaygı oluşur. Kaygının ortaya çıkmasında olumsuz sonuçlar, kişinin inancı ve davranışı arasındaki çelişkiler, gelecekteki belirsizlik ve çevre desteğinin olmaması sayılabilir. Ayrıca genetik etkenlerde kaygının sebeplerindedir.<sup>82</sup> Araştırmalarda aile tutumları ile kaygı düzeyi birbiriyle ilişkili olduğu gözlemlenmektedir. Ailenin ilgisiz, aşırı koruyucu ya da aşırı baskıcı tutumları kaygı düzeyini yükseltir.<sup>83</sup> İnsanların yaşadığı kaygı süreçlerini ikiye ayırabiliriz. Bunlar sürekli ve durumluk kaygıdır. Durumluk kaygı; kişinin benliğini tehdit eden, istenmeyen durumlarda ortaya çıkan kaygı çeşididir. Her insanın tehlikeli durumlarda yaşadığı kaygıdır ve normaldir. Stres yoğun olarak yaşandığında kaygı yükselir, bu durum ortadan kalktığında ise azalır. Sürekli kaygı ise ortada bir sebep yokken kişinin normal durumu tehlike olarak görmesidir. Aslında sürekli kaygı kişinin kişiliğiyle alakalıdır. Sürekli kaygıda kişi kendisini sürekli stres içerisinde hisseder. Kaygı düzeyi yoğun ve sıktır bu yüzden gelecek endişesi taşırlar.<sup>84</sup>Ergenlerde daha çok gelecekte hangi okullara gideceği ve başarısızlık düşüncelerinin kaygıya sebep olduğu gözlemlenmektedir. Ergenlik durumunda iki kaygı çeşidi ile de karşılaşılabilir. Gelişim döneminde görülen fiziksel belirtilerin olması ergende durumluk kaygı oluşmasına sebep olabilir. Sınav öncesi yaşanan endişe, başaramama düşüncesi, heyecan, rekabet duygusu, anne baba tutumu, öğretmen davranışları, alacakları notlar ve sınav sonucu öğrencide süreklilik kaygıda artma olduğu gözlemlenmektedir. Bunların dışında duygusal değişimler, tutarsızlıklar, kişiliğin bu dönemde oturması özellikle kızlarda sorunların ortaya çıkmasına sebep olur. Yani ergenlik döneminde fiziksel, duygusal, ruhsal, sosyal değişimler kaygının oluşmasında etkilidir.<sup>85</sup>Kaygı, stres ve panik birbiri ile bağlantılıdır diyebiliriz. Örneğin; Ergenin yanında ebeveynlerden biri 'bizi mahcup etme, aklını başına al, komşu oğlu yapmış sen mi yapamayacaksın..' gibi cümlelerin kullanılması ergende kaygının oluşmasına sebep olur. Bu kişiler kendilerine olan güvenlerini de kaybeder. Kaygı da kişideki fiziksel etkilerin ortaya çıkması ile stresin

---

<sup>81</sup>Mevlüt Kaya ve Kübra Varol, *İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği)*, Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 17; 2004, s.32-33

<sup>82</sup> Kaya ve Varol, a.g.e.s.37-38

<sup>83</sup> Gülsen Kozacıoğlu, *Çocukların Anksiyete Düzeyleri ile Annelerin Tutumları Arasındaki İlişki*, İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayını, İstanbul, 1986, s.67 aktaran; Ramazan Abacı, Demokratik, İlgisiz ve Otoriter Olarak Algılanan Ana-Baba Tutumlarının Çocuğun Kaygı Düzeyine Etkisi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 1986, s.57 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>84</sup> Ruhi Yiğit vd., *Sürekli Ve Durumluk Kaygılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi, 2(4), 2011, s.37-44

<sup>85</sup> Kulaksızoğlu a.g.e.,s.72



oluşmasını sağlar. Yaşanılan kaygı ve stres ile ortaya çıkan sınav anındaki unutkanlıklar paniğin görülmesine sebeptir.<sup>86</sup> Kaygılı kişilerde depresyona girme riski de yüksektir. Ayrıca kaygı yaşayan bir ergenin intihara teşebbüs ve madde kullanımına yatkınlığı fazladır.

Türk Dil Kurumu'na göre kaygı “Üzüntü, endişe duyulan düşünce, tasa olarak açıklanmakta, genellikle kötü bir şey olacakmış düşüncesiyle kendini gösteren ve sebebi bilinmeyen gerginlik duygusu” olarak tanımlanmaktadır. Kaygı kavramını incelediğimizde yaşamın temel duygularından birisi olmasından dolayı ruh halimizi etkilediği için hayatımızda önemli bir yere sahiptir.<sup>87</sup> Kaygı Bozukluğu sıklıkla diğer psikiyatrik koşullarla birlikte bulunur ve bu durum tek başına oluştuğunda ciddi işlevsel bozukluğa neden olur. Bununla birlikte, Kaygı Bozukluğu diğer psikiyatrik bozuklukların neden olduğu psikososyal bozulmayla da oluşabilir. Kaygı Bozukluğu olan kişiler aşırı endişe duygularını tanımlayamamış olsalar da bu hissin devamlılığının kendilerine sıkıntı yaratmalarını, kontrol etmelerinin zor olduğunu ve endişelerinin nesnelere bağlı olarak yaşamlarını etkilediğini bildirirler.

### 2.1.1. Kaygı İle İlgili Kuramlar

Kişiliğin yapılanmasında ve davranışlarımızda kaygının da rolü etkilidir. Araştırmacı ve kuramcılar da bu konu üzerinde çalışmış ve incelemeler yapmıştır.<sup>88</sup> Bu araştırmacı ve yaklaşımlardan bazıları aşağıda verilmiştir.

#### 2.1.1.1. Richard Alpert ve Ralph Haber

Richard Alpert ve arkadaşı Ralph Haber girdikleri sınavlarda Alpert'in sınavlardaki baskıdan dolayı başarısının düşmesi, Haber'in ise bu baskı ile daha iyi sonuçlar almasına sebep olmuştur. Böylece 2 çeşit kaygıdan etkilenen öğrenci tipi ortaya çıkmıştır. Sınav kaygısı ile başarılı olan ve sınav kaygısından olumsuz etkilenerek başarısız olan öğrenci tipi.<sup>89</sup>

1960'lı yıllarda Richard Alpert ilk defa yapmış olduğu bilimsel nitelikli çalışmasında sınav anksiyetesini ele alıp çözümlenmiştir. Albert sınavlarda üzerinde var olan baskının başarısını düşürmesine neden olduğunu ifade etmesine rağmen meslektaşı Ralph Haber ise tam tersine sınavdan önce var olan baskının sınavlarda

<sup>86</sup> Cüceloğlu a.g.e., s.64

<sup>87</sup> Aslıhan Yapıcı, *Alkol bağımlılığında depresyon ve anksiyetenin yetiyitimi ve yaşam kalitesine etkisi*, Sağlık Bakanlığı Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, İstanbul, 2006, s.34-45

<sup>88</sup> Arda Öztürk, *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğretmenli Programı Öğrencilerinin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişki*, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli, 2008, s.4 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>89</sup> İbrahim Habacı, *Ortaöğretim 10,11 ve 12. Sınıf Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sınav Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi*, Elektronik Eğitim Bilimleri Dergisi, 4(2), 2013, s.2-3

daha başarılı olmasına ve sınavlardan iyi sonuçlar almasına sebep olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmaların ve farkındalıkların neticesinde Albert ve Haber iki farklı kaygının var olduğundan bahsetmiştir. İlki, kaygı nedeniyle başarı seviyesinde düşüş yaşayanlar, diğeri ise başarı elde etmek için kaygıyı motivasyon kaynağı olarak kullanan başarı elde edebilmiş kişilerdir.<sup>90</sup>

Albert ve Haber yaptıkları araştırmaların neticesinde sınav ile ilgili kaygı seviyesi yüksek olan öğrencilerin sınav kaygı seviyesi az olan öğrencilere göre başarı seviyelerinin daha düşük olduğu neticesine ulaşmışlardır. Ailede ilk kişiliğe dair esasların kişinin çocukluk evresinde olduğu ancak bununla yetinmeyip ebeveynlerin eğitim yaşamı, iş yaşamı ve meslek konusundaki seçimleri gibi pek çok meselede tesirinin olduğuna ulaşılmıştır. Ebeveyn davranımının çocuk üzerindeki etkisinin ne derece önemli olduğunu ortaya çıkarmaktadır.<sup>91</sup>

### 2.1.1.2. Sigmund Freud

Freud, üç değişik kaygı biçimi tanımlar: Alt benliğin sezilerindeki tehlikenin fark edilmesiyle meydana gelen nörotik kaygı, korku ile yakın manada olduğunu düşündüğü hakiki kaygı ve üst benlikten gelen tehlikenin fark edilmesiyle ortaya çıkan moral kaygı. Freud, hakiki kaygının fark edilen dış etkenlerle oluşan tehlikeye karşı acı hissi veren hissi bir reaksiyon olduğunu ifade etmiştir. Freud'un düşüncesine göre moral en başlarda ebeveyn korkusudur fakat sonrasında anne ve babanın standartlarının kabullenilmesiyle ve üst benliğin ilerlemesiyle moral kaygıda temel olarak psikolojik yapının içerisindedir. Nörotik kaygıyı incelediğimizde ise kişi benlik defansının incelik, içgüdüsel arzuların göz önüne çıkmasından çekinir.<sup>92</sup>

Freud'a göre üç farklı kaygı vardır. Bunlar; korku ile benzerlik taşıyan gerçek kaygı, süper ego ile başlayan tehlikenin algılanmasıyla ortaya çıkan moral kaygı ve id'in içgüdülerindeki tehlikenin algılanmasıyla ortaya çıkan nörotik kaygıdır. Freud'a göre yaşanan kaygıda dışarıdan gelen herhangi bir tehlikeye karşı acı çekilmesini duygusal bir tepki olarak belirtmiştir. Freud'a göre moral kaygı ilk önce önyargısız olan anne ve babanın korkusudur; ancak daha sonrasında bu şartların değişmesi, anne babanın standartlarını özümsemesi ve süper egonun gelişmesiyle moral kaygı

---

<sup>90</sup> Banu Keskin, *Endüstri Meslek Liselerinde Sınava Giren Öğrencilerin Sınav Kaygısıyla Baş Etmelerini Sağlamak Üzere Yapılan Bir Çalışma*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2001, s.34 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>91</sup> Atalay Yörükoğlu, *Çocuk Ruh Sağlığı*, Özgür Yayınları, Ankara, 2002, s.67.

<sup>92</sup> Duman, a.g.e, s.13

yerini ruhsal yapıya bırakır. Nörotik kaygıya baktığımızda ise birey ego savunmasının zayıflayıp, içgüdüsel isteklerinin ortaya çıkmasından korkar.<sup>93</sup>

Freud'un düşüncesine göre kaygıyı ele aldığımızda gerçek olan kaygının sadece derinlik yönünden değil, nitelik olarak incelediğimizde de nörotik kaygıdan farklı bir yapıya sahiptir. Günlük hayatımıza bakacak olursak herkes zaman zaman bu gerçek olan kaygıya yaşar. Bu kaygının mantıklı ve gerçekçi yapıya sahip olması nedeniyle nörotik kaygıdan farklıdır. Geçekten bu kaygıyı yaşayan bir insan beklenen veya yakınlaşan bir tehlikenin fark edilmesi ile oluşan bir reaksiyon gerçekleştirir. Bunun sonucu hayatı devam ettirme, korunma gibi içgüdülerin belirtisi niteliğindedir. Nörotik kaygının sebebi tam belli değildir ve çoğu zaman akıl dışıdır. Nörotik kaygının temelinde yatan şey genellikle bebeklik ve çocukluğa dair dönemlerde yaşananlar oluşur.<sup>94</sup>

### 2.1.1.3. Karen Horney

Horney kaygıyı çocuklukta yeterince önemsenmemekten ve kişinin içinde bulunduğu duruma göre nasıl algıladığı olarak yorumlamıştır. Horney korku ve kaygı arasındaki farkı, korku bir olay karşısında duyulan duygu, kaygı ise kişiye göre tehlikeli olan her duygu olarak tanımlamıştır. Bu durumda çocuk önemsenmediği için etrafındaki her şeyi tehlike olarak görebilir. Kaygının yoğunluğu da önemlidir. Yoğunluğun fazla olması kişinin günlük hayatındaki aksamalara sebep olabilir ya da yoğunluğun az olması ile kişi hayatında tecrübeler edinir. Kişinin çocukluğundaki kaygılar geleceğindeki kaygılara sebep olur. Ancak Horney ölüm ve doğal olayların bizde doğuştan gelen bir kaygı yarattığını savunmaktadır.<sup>95</sup>

Karen Horney kaygıyı farklı açıdan ele alarak kaygının korkuyla olan yakınlığına vurgu yapmaktadır. Buna rağmen kaygıyı farklı bir duygu olduğunu, korkunun herhangi bir tehlikeyle orantılı bir şekilde ortaya çıkmasına karşın kaygıda ise gerçek bir tehlikeden ziyade zihinsel bir tehlikeye karşı bir tepkinin varlığından söz etmektedir.<sup>96</sup>

Karen Horney kaygının anlaşılabilmesi için önemli düzeyde katkılarda bulunmuştur. Horney'in düşüncesine göre anksiyete, tehlikeli bir durum olduğunda adlandırılan olay karşısında duyulan histir. Horney, anksiyetenin Freud'un tatminsizlikten oluştuğu düşüncesinin tersine çocukluk dönemlerinde onaylanmamış

<sup>93</sup> Sigmund Freud, *Nevrozlar*, Çev: Kamuran Şipal, Say Yayınları, 3. Baskı, İstanbul, 2018, s.120.

<sup>94</sup> Freud, a.g.e., s.127.

<sup>95</sup> Duman, a.g.e, s.14-15

<sup>96</sup> Faruk Manav, *Kaygı Kavramı*, Toplum Bilgisi Dergisi, 5(9), 2011, s.201-211.

olmaktan oluştuğunu ve anksiyetenin yoğunluk seviyesinin içerisinde bulunulan halin birey için ifade ettiği önemden etkilendiğini ifade etmiştir. Horney, anksiyeteyi bir kişinin deneyimleyebileceği katlanılması pek mümkün olmayan hislerden biri olarak görmektedir. Horney bu kişilerin kaygıdan uzaklaşmak için birçok yol denediklerini düşünerek bunun yanı sıra kaygı nöbetleri yaşamak yerine ölmeyi göze aldıklarını ifade etmektedir.<sup>97</sup>

Horney, anksiyetenin yoğunluğunun da önemli bir yere sahip olduğunu ifade etmiştir. Kaygı yoğun olduğu zaman bunu yaşayan birey savunma mekanizmalarının faaliyet oranına ve tehlikenin önemine göre değişiklikler göstermektedir. Fakat yoğunluk seviyesindeki artış olması ihtiyaçların giderilmesini etkileyebilir. Kaygı seviyesindeki yoğunluğun düşük olması insanların hayatı üzerinde eğitici bir görev üstlenir. Böylece bireyin etrafını analiz etmesine katkıda bulunur ve hayatında yapması mecburi değişimler konusunda onun için bili sağlar.<sup>98</sup>

#### 2.1.1.4. Harry Stack Sullivan

Sullivan kişiler arası ilişkilerin kaygıyı etkilediğini savunmaktadır. Kaygıyı oluşturan en önemli etken anne baba tutumları ve davranışlarıdır.<sup>99</sup> Kişi içinde bulunduğu kaygı durumunu değiştirmeye ve kaçmaya çalıştıkça farklı tepkiler gösterir. Kaygı yoğunluğu arttıkça dikkat bozukluğu ortaya çıkar.<sup>100</sup>

Sullivan'ın düşüncesine göre, "kaygıda kişiler arasındaki etkileşimler ve bağlantılar kişilikten daha önemli bir yere sahiptir. Sullivan, bireyin büyümesinde etkili olan bağlantılar, ebeveynin yanlış davranışları, çocuğa karşı olan tutarsız davranımlar, anne ile sahip olduğu empati bağlantısı, çocuğun sosyalleşme tecrübeleri ve itici ebeveyn davranışlarına eğitimde var olan ceza sisteminin eşlik etmesinin kaygı sebepleri olduğundan söz etmiştir." Sullivan'ın bu düşüncesinde kaygının yanı sıra sebep olduğu tutumlarda çok önemlidir. Kaygı aldığımız tutumlara bir sınırlama getirir, uygun reaksiyonların geliştirilmesine mani olur, kaygı seviyesi fazla olursa davranımlar sekteye uğrar ve dikkat ve algılamada sorunlara sebep olur.<sup>101</sup>

---

<sup>97</sup> Sevda Gökçedağ, *Lise Öğrencilerinin Okul Başarısı ve Kaygı Düzeyi Üzerinde Anne – Baba Tutumlarının Etkilerinin Belirlenip Karşılaştırılması*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, İzmir, 2001, s.19 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>98</sup> Gökçedağ, a.g.e., s.19

<sup>99</sup> Öztürk, a.g.e, s.4

<sup>100</sup> Duman, a.g.e, s.16

<sup>101</sup> Gökçedağ, a.g.e., s.20

Sullivan'a göre ergenlik dönemini tanımlamak gerekirse endişeden uzak olan kişi kendisini güvende hisseder. Bebekler ebeveynlerine muhtaç olan canlılardır. Ebeveyn bir şeye üzüldüğünde bebekte bunu ebeveynin tavırlarından hisseder. Bu durum bebek için iyi duygular barındırmaz. Çünkü ebeveyn tepkisine bakar. Bu süreçte çocuk etkilenecek ergenlikte cinsellik ile ilgili çatışmaya girer. Anne babanın karşı cins ile ilgili duydukları endişeyi ergene yaptıkları baskıcı tutum ile dışa vurur. Yapılan davranışlar sonrası ergen gergin ve endişeli tavırlar sergiler. Sonuç olarak Sullivan'a göre her ne olursa olsun ergenlik dönemi ergen için bir eziyettir.<sup>102</sup>

#### 2.1.1.5. Davranışçı Psikoloji

Kaynaklarda başarı ve akademik olarak güdülenme arasındaki bağlantıları tanımlayan pek çok değişik teori ve çalışmalar vardır. Bilişsel olarak bulunan kuramlarda, güdülenmenin temelini dışarıda aramak yerine, kişinin sahip olduğu bilişlerde aramaktadır. Bu noktada birey için önemli olan şey olan kişinin kendine ve çevreye karşı olan bilişleridir. Bu tespite dair güdülenme konusunda yapılmış olan pek çok deneysel ve ilişkisel çalışmalara rastlanmaktadır. Bireyin güdülenme seviyesinin, sahip olduğu bilişler tarafından belirlendiği fikrinin deneysel açıdan değerlendirilmesinde bilişsel davranışçı terapi oldukça önemlidir. Bilişsel davranışçı terapiye benzeyen bir çok terapi modelini barındıran genel nitelikli bir tanımlamadır. Bu benzerliklere baktığımızda akılcı duygusal davranış terapisi ve bilişsel terapi en fazla kullanılan modellerdendir. Belirtilen bu iki modelin son senelerde klinik araştırmaların çerçevesinden çıkıp, psikolojik danışma ve rehberlikte herhangi bir ruhsal problemi olmayan çocuk, genç ve erişkinlere dair sürekli kullanılmakta olduğu gözlenmektedir.<sup>103</sup>

Akılcı Duygusal Davranış terapisi, özellikle son zamanlarda eğitim alanında kullanılması açısından oldukça elverişlidir ve bu terapiye dair eğitim ile ilgili uygulamalar günümüzde Akılcı Duygusal Eğitim olarak tanımlanmaktadır.<sup>104</sup> Bilişsel yaklaşıma baktığımızda ilişkisel olarak veya deneysel olmak üzere güdülenme, akademik başarı, sınav kaygısı ve benlik saygısına dair pek çok çalışma bulunmaktadır. Burada çalışmanın sorununu netleştirmek hedefiyle güdülenme, akademik başarı, sınav kaygısı ve benlik saygısı arasındaki bağlantılar kurulması ve bu bağlantıların bilişsel-davranışçı yaklaşım ile ne şekilde denetlenebileceğine dair bir takım araştırmalara değinilmektedir. Akılcı yaklaşım düşünce odaklıdır ve

<sup>102</sup> Adnan Kulaksızoğlu, *Ergenlik Psikolojisi*, Remzi Kitapevi, 18. Baskı, İstanbul, 2016, s.26.

<sup>103</sup> İhsan Bozanoğlu, *Bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı grup rehberliğinin güdülenme, benlik saygısı, başarı ve sınav kaygısı düzeylerine etkisi*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 38(1), 2005, s.17-42.

<sup>104</sup> William Knaus, *Rational emotive education*, Theory Into Practice, 16(4), 2001, s.251-255.

sorgulayarak, mantık yürüterek, başa çıkma stratejileri öğretir. Örneğin; kaygı çarpıtılmış düşünceleri yansıttığı için bu düşünceler üzerinde durularak kaygı kontrol edilebilir.

Davranışçı yaklaşım, çevreden etkilenecek deneyimler sonucu öğrenilerek oluşur. Dışarıdan gelen uyarıcılar ile kişinin gösterilen tepki arasında bir bağ vardır.<sup>105</sup> Kişi dışarıdaki tehlikenin farkına varınca uyarıcılar devreye girer ve kaygı duyulur. Miller ve Dollard'a göre doğuştan gelen içgüdülerimiz öğrenme ile gerçekleşmez. Kaygı sonradan öğrenilir ve kişi kendisine acı veren durumda kaçınma davranışını sergiler. Kişiyi acı veren durumlar kaygıyı pekiştirir.<sup>106</sup>

### 2.1.1.6 Varoluşçu Psikoloji

Varoluşçu psikolojiye göre kaygının temelinde insan vardır. Kişi kendisini arayış içerisinde. Bu kendini anlamaya çalışma kişide kaygıya sebep olur. Kişinin kendini ön plana atması ve kendinin farkına varması, diğer varlıklardan ayırması ile insanlar varoluş kaygısı yaşamaktadır.<sup>107</sup>

Kaygı, varoluşçu felsefede de kullanılan önemli terimlerden biridir. Bu kurama göre, kaygının temelinde "hiçlik" kelimesi yatar. Varoluşçu teoriler daha çok kaygının nedenini açıklamaktadır. Buna göre, yaşamın anlamsızlığı kişiyi gerçek ölüm korkusundan bile daha çok rahatsız eder. Bu durum sonucunda varoluşun anlamsızlığına tepki olarak kaygı ortaya çıkmaktadır.<sup>108</sup>

Varoluşçu psikolojide kaygıyı incelediğimizde, kaygı bizim için hayatımızın vazgeçilmez bir parçası olarak görülmekte ve yaşanan bu kaygının ölene kadar bizimle süreceği düşünülmektedir. Ayrıca, nörotik kaygının benliğin dağılmasından ve bu anlamsızlıktan doğduğu görüşü de ele alınmaktadır.<sup>109</sup>

### 2.1.2. Kaygının Belirtileri

Psikolojik Belirtiler:

Yaşanılan aşırı gerginlik, güvensizlik, sinirlilik, çaresizlik, öfke, kontrolünü kaybetme, sersemleme hali, huzursuzluk, konsantrasyon güçlüğü, iştahsızlık,

---

<sup>105</sup> Duman, a.g.e, s.16

<sup>106</sup> Öztürk, a.e.g, s.6

<sup>107</sup> Öztürk, a.e.g, s.4

<sup>108</sup> Recep Koçak ve Rıza Gökler, *Varoluşsal yaklaşımda psikolojik danışma ve gruba uygulanışı*, 2008, Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi, 2(1), 2008, s.91-107.

<sup>109</sup> Engin Geçtan, *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*, Metis Yayınları, 18. Baskı, İstanbul, 2006, s.164.

depresyon, yorgunluk hali, libido azalması, korku, kendini ve başkalarını eleştirme/suçlama eğilimi, çekingenlik, tedirginlik.<sup>110</sup>

#### Fizyolojik Belirtiler:

“Nefes almada güçlük, boğulma hissi, boğazda yumru hissi, kasılma, nefes nefese kalma, titreme, hızlı solunum, kaşıntı, iştah kaybı, göğüste basınç, kaşınma, sık sık idrara çıkma, reflekslerde artış, bulantı, uykusuzluk, kusma, gergin yüz, karın ağrısı, vücudun belirli bölgelerinde terleme, sallanma, nefes yetmezliği, çarpıntı, yerinde duramama, kalp ritminde artış, düşük nabız ya da yüksek kan basıncı gibi çeşitli bedensel belirtiler görülebilir.”<sup>111</sup>

#### Bilişsel Belirtiler:

“Zihin sisli, bulanık olabilir, objeler kişiye bulanık ve oldukça uzak görülebilir, önemli şeyleri unutma, gerçeklikten uzaklaşma hissi, kafa karışıklığı, ilginin hemen dağılması, odaklanma da güçlük, düşünmeyi kontrol edememe, kontrolün yitirileceği korkusu, bilişsel bozulma, nesnelliğin yok olması, üstesinden gelemeyeceği hissine kapılma, fiziksel yaralanma, olumsuz olarak değerlendirileceği düşünceleri veya ölüm korkusu gibi bazı bilişsel belirtiler gözlemlenebilir.”<sup>112</sup>

### 2.1.3. Kaygının Etkileri

Vural'a göre kaygının belirtileri şunlardır:

“Huzursuz ve endişeli yüz ifadesi, korku ve ürkeklik

Gergin ve sert kaslar

Her zaman tetikte ve hareketli olma

Eşyaları ve vücutlarının bazı kısımlarını çiğneyip ısırma

Kısmi konuşma özürlü

Sık kusma, iştahsızlık

Uykudan ve karanlıktan korkma

Saldırganlık

Bağımlılık

<sup>110</sup>Ahmet Saban, *Çoklu zeka kuramı ve Türk eğitim sistemine yansımaları*, Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul, 2010.

<sup>111</sup>Beck ve Emery, a.g.e., s.48

<sup>112</sup>Beck ve Emery, a.g.e., s.68.

Korku dolayısıyla sık ağlama.”<sup>113</sup>

Kaygıyı Etkileyen Etmenler:

Kaygı, insanların bazılarında hızlı olmaksızın yavaş bir seyir izleyerek devam eden uzun bir süre boyunca stres sonrası; bazı bireylerde hayatlarının en büyük hedefini kesin bir şekilde kontrol altında tutamadıklarını hissetmesine sebep olur. Bazı bireylerde ise geçmişteki stresörlerin tekrarlanacağı ve bir kez daha karşı karşıya kalacakları korkusuna kapılmasına sebep olabilir. Ama bazı bireylerde ise; kalıtsal olarak geçmesi sonucu bireyin yatkınlığıyla ilişkili olarak meydana gelir. Bu yüzdendir ki kaygının tek bir kaynağı olduğunu söylemek pek mümkün değildir.<sup>114</sup>

Yaş: Yapılan çalışmalar sonucunda kaygı düzeyinin birden fazla değişkenin etkileşimi sonucu oluştuğu saptanmıştır. Bu sonuçlardan elde edilen bilgiye göre; kaygının oluşumunda yaş önemli bir etkidir. Ergenlik dönemi ve doğum sonrası ilk iki sene kaygının en yoğun yaşandığı dönemlerdir.<sup>115</sup>

Kişilik: Kişiliğin kaygı ile doğrudan bağlantılı olduğunu var sayarsak, yüksek düzeyde kaygılı olan gençlerin, düşük düzeyde kaygılı olan gençlere göre kimlik gelişimlerinde sorunlar yaşamış olabileceği olağandır.<sup>116</sup>

Cinsiyet: Cinsiyetin de kaygı ile bağlantısı olduğunu söylemek yanlış olmaz. Yapılan araştırmalarda erkeklerin kaygı düzeyi kadınlara oranla oldukça düşük olduğu görülmüştür.<sup>117</sup>

#### 2.1.4 Kaygı İle İlgili Diğer Görüşler

Erich Fromm'a göre insan yalnızdır. Bundan kurtulmak için 2 seçeneği vardır. Ya sevgi ile yaşayacak ve anlayışlı olacak ya da toplum kurallarına boyun eğici olacak.<sup>118</sup>

Otto Rank, çocuğun doğumu ve anneden ayrılması ile kaygının oluştuğunu savunmuştur.

Carl Gustav Jung, bilinçaltındaki olaylar korkular ile baskı olduğunu savunur

<sup>113</sup> Vural Birol. *Her Öğretmen Bir Rehberdir*, İstanbul, Hayat Yayıncılık, 2004, s.89-103

<sup>114</sup> Arzu Özyürek ve Kemal Demiray, *Yurtta ve ailesi yanında kalan ortaöğretim öğrencilerinin kaygı düzeylerinin karşılaştırılması*, Doğu Üniversitesi Dergisi, 11(2), 2011, s.247-256.

<sup>115</sup> Özyürek ve Demiray a.g.e., s.247-256.

<sup>116</sup> Özyürek ve Demiray, a.g.e., s.247-256.

<sup>117</sup> Kürşat Yenilmez ve Nüket Özbey, *Özel okul ve devlet okulu öğrencilerinin matematik kaygı düzeyleri üzerine bir araştırma*, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 19 (2), 2006, s.431-448.

<sup>118</sup> Öztürk, a.e.g, s.4



Adler'e göre kaygı kişinin durum karşısında güçsüz kaldığı durumlarda ortaya çıkar.

Cannon'a göre kaygı iç dengemizin bozulması ile oluşur.

Perls'e göre kaygı şimdi ve gelecek arasındaki bağlantının kurulamamasıyla oluşur.

Carl Rogers'a göre kişideki benliğin oturmamasından kaynaklanır.<sup>119</sup>

## 2.2 SINAV KAYGISI

Sınav kaygısı, sınav öncesinde öğrenilen bilginin sınav anında da ortaya çıkmasına sebep olan ve öğrencinin başarısını etkili bir şekilde kullanamadığı yoğun kaygı durumudur. Sınav kaygısını ilk kez ortaya çıkartan kişi Richard Alpert ve arkadaşı Ralph Haber'dir. Alpert girdiği sınavlarda hissettiği baskı ile başarısızlıklar yaşadığını fark ederken Haber bu baskının kendisini olumlu motive ettiğini gözlemlemiştir.<sup>120</sup> Sınav kaygısı kişinin olaya yüklediği anlama bağlıdır. Sınav kaygısı yaşayan öğrencinin sınavda dikkatinin dağılmasına, motivasyonunun düşmesine ve olumsuz düşüncelerin oluşmasına sebep olur. Sınav kaygısı sonucunda duygusal, fiziksel ve davranışsal tepkiler oluşabilir. Başarı sınav kaygısını etkiler. Sınav kaygısını fazla yoğun yaşayan bir öğrenci kendisini bilişsel olarak yeterince ortaya koyamadığı için düşük bir performans sergiler. Yani kaygı arttıkça, başarı azalır.<sup>121</sup> Kaygı duygusal olarak, üzüntü, sıkıntı, korku, gerginlik, endişe ve çaresizlik olarak ortaya çıkar. Fiziksel olarak, hızlı kalp atışı, titreme, terleme, ağız kuruluğu, bayılma görülür. Davranışsal olarak, kaygı başarıda olumsuz etkilere sahiptir. Öfkeli olmak, ders çalışmayı bırakmak, okula gitmeme gibi davranışlar sergilerler.<sup>122</sup> Sınav kaygısı yaşayan kişiler verimsiz ders çalışma alışkanlıklarına sahiptirler. Planlı ve programlı olarak çalışamazlar. Bu davranış biçimi onların başarısız olmalarına sebep olur. Ancak bazı öğrencilerde sınav kaygısı öğrenciyi çalışmaya teşvik eder ve başarısında olumlu artışlar gözlemlenmektedir.

Yapılan araştırmalar sonucunda sınav kaygısını etkileyen birçok sebep bulunmuştur. Bunlardan bazıları; kişinin potansiyelinin üzerinde akademik beklenti, düşük benlik, kişilik özellikleri, kültürel faktörler, plansızlık ve nasıl çalışılacağını bilememe, hedef belirsizliği, aile yapısı, arkadaş çevresi, öğretmen baskısı, ceza, olumsuz ve kırıcı, kıyaslayıcı konuşmalar sınav kaygısının ortaya çıkmasına sebep olur.<sup>123</sup> Ayrıca Mandler ve Sarason' a göre yetersizlik, ceza beklentisi, çaresizlik,

<sup>119</sup> Duman, a.g.e, s.17-18

<sup>120</sup> Hanımoğlu ve İnanç a.g.e., s.352.

<sup>121</sup> Karakaş, a.g.e ,s.140

<sup>122</sup> Duman, a.g.e, s.11-12

<sup>123</sup> Nur Elçin Boyacıoğlu ve Leyla Küçük, *Ergenlikte Mantık Dışı İnançlar Sınav Kaygısını Nasıl Etkiliyor?*, Psikiyatri Hemşireliği Dergisi,2(1), 2011, s.41

benlik saygısında azalma, somatik bazı öğrenilmiş belirtiler oluşur.<sup>124</sup> Kaygı düzeyi arttıkça öğrenilen bilgi bellekten geri getirilmekte zorluk çeker ve hatırlanmaz. Sınav kaygısı günlük yaşamı da etkiler. Kişinin dikkati kolayca dağılır, sinirli ve endişeli olurlar. Kendileriyle ilgili sürekli başarısız olma gibi olumsuz düşüncelere sahiptirler.<sup>125</sup>

Kaygı halindeki birinde duygular kontrolü dışındadır, olumsuz durumlara karşı paralellik eşlik eder. Sınav kaygısı yaşayan öğrenci ders çalışmak ister fakat çalışamaz yada sınav anında bilgileri hatırlamakta zorluk çeker. Bu olumsuz durumların tekrarlanacağı düşüncesi ile tekrar hatalar yapılır ve sınav kaygısı yaşanır.<sup>126</sup> Sınav kaygısını oluşturan düşüncelerimizdir. Bilişsel davranışçı terapiye göre hatalı düşünceler kaygıya sebep olur. Bu yüzden sınav kaygısına sebep olan düşüncelerin yeniden düzenlenmesi gerekir.

Hatalı düşünceleri düzeltme süreci 4 aşamada gerçekleşir. Bunlar: 1- otomatik düşünceleri ortaya çıkartmak: Bireyin düşünmeden ilk olarak aklına gelen ve doğru kabul ettiği şeylerdir. Akla gelen her sözcük ve düşünceler sorularak otomatik düşüncelerin ortaya çıkmasında yardımcı olmaktadır. 2- Altta yatan gerçekçi olmayan inançları saptama: Otomatik düşüncelerin ortaya çıkartılması için altta yatan inançların neler olduğu bilinmeli. Bu inançlar kaygıya, depresyona ve bazı psikolojik rahatsızlıklara sebep olabilir. 3- Gerçekçi olmayan inançları sorgulama: Otomatik düşüncelerin gerçekçi olup olmadığını öğrenebilmek için sorgulamak gerekir. 4-Gerçekçi olmayan inançlar yerine akla uygun alternatif düşünceler üretme: Otomatik düşüncelerin değiştirilmesi için altta yatan düşünceler belirlenir ve bunun yerine oluşturulabilecek alternatif düşünceler oluşturulması sağlanır. Bunların dışında gevşeme egzersizleri de sınav kaygısını azaltmaya yardımcı olur.<sup>127</sup>

Anne babadaki mükemmeliyetçi tavır ve beklentinin fazla olması ergeni psikolojik ve sosyal olarak etkiler. Anne babanın bu tavırları sınav kaygısını tetikleyen önemli faktörlerden biridir. Sınavlardaki en ufak bir başarısızlık hem çocuğun hem de ebeveynin her şeyin sonu gibi algılamasına sebep olur. Bu algı da kaygı seviyesinin yoğun olarak yaşanması anlamına gelmektedir. Ancak her zaman anne baba tutumları çocuklarda sınav kaygısı oluşturacak diye bir şey yok. Sınav

---

<sup>124</sup>Kapıkıran, a.g.e,s.35

<sup>125</sup> Atılğan Erözkan, *Üniversite Öğrencilerinin Sınav Kaygısı Ve Başa çıkma Davranışları*, Muğla Üniversitesi SBE Dergisi, 12(1), 2004,s.16-17

<sup>126</sup>Adil Mavi ve Oğuz Saygın, *Başarı Rehberi*, 10.Basım, Hayat Yayınları, İstanbul, 2004, s.143.

<sup>127</sup> Nermin Koruklu vd., Sınav Kaygısı ile Başa Çıkma Programının Sınav Kaygısına Etkisine Yönelik Deneysel Bir Çalışma, Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi,16(1), 2006, s.6-7

kaygısı cinsiyete ve yaşa göre de değişim göstermektedir. Kız öğrencilerde sınav kaygısının daha fazla olduğu, yaş ilerledikçe kaygınının daha az olduğu yapılan araştırmalarda gözlemlenmektedir.<sup>128</sup>

Sınav kaygısını etkileyen sebeplerden bir başkası da öğretmendir. Ergenin öğretmenden aldığı destek onun motivasyonunun daha çok artmasını sağlar. Çocuğun öğretmenini sevmesi derse daha aktif katılmasında ve daha başarılı olması bir etken olarak gösterilmektedir. Bunun için öğretmenler etkili iletişim, ergen psikolojisi gibi derslerin eğitimini alarak çocukla doğru iletişime geçebilmeli.<sup>129</sup> Öğretmen, ergene baskı yapmak, umursamamak, kıyaslamak, aşağılayıcı konuşmak ya da tehdit etmek yerine destekleyici olmalı. Öğretmen tarafından değerlendirilirken arkadaşlarının yanında yanlış cevaplarsam ve dalga geçerlerse gibi olumsuz düşüncelere kapılmak ergende kaygının daha çok artmasına sebep olur. Okullarda çalışan rehber öğretmenler rehberlik dersleri yaparak sınav kaygısını azaltmaya yönelik çalışmalarda bulunmalı. Aile ile öğrencinin psikolojik durumu paylaşılmalı ve iş birliği içerisinde olarak çocuğa yardımcı olunmalı. Özellikle ergenlik döneminde çocuk ailesinden ve öğretmenlerinden yeterli desteği görerek sınav kaygısını yenebilmeli.

### **2.2.1. Sınav Kaygısını Yaşayan ve Yaşamayan Kişiler Arasındaki Farklar**

Kaygı düzeyi yüksek olan bireyler sınavların kendi “öz benliğine” yapılan bir tehdit olarak görürken, kaygı düzeyi normal olan bireyler sınavları başarılarını ölçen bir sistem olarak görmektedir. Bu yüzden kaygı düzeyi yüksek olan bireyler kendileriyle olumsuz konuşmalarda bulunurlar. Kendileriyle diyalog kurma ve sınav dışında soru sorma ve cevap verme, toplum içinde okuma, konuşma, tartışmalara girme gibi durumlarda gergin, endişeli, sinirli, heyecanlı ve korkulu olurlar. Bu kişilerin kendilerine dair düşünceleri olumsuz olur ve bu durum dikkatlerinin kolayca dağılmasına sebep olur. Sınav esnasında soruları okumakta ve cevaplandırmada doğru cevabı bulmakta; konuşurken doğru kelimelerle ifade etmekte, düşünlerini doğru sıraya koymakta başarılı olamazlar. Yüksek derecede sınav kaygısı olan kişilerde genellikle diğerlerinin yargılamalarına ve olumsuz eleştirilerine aşırı

---

<sup>128</sup> Egemen Hanımoğlu ve Banu Yazgan İnanç, *Seviye Belirleme Sınavına Girecek Olan İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinde Sınav Kaygısı, Mükemmeliyetçilik Ve Anne Baba Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20(1), 2011, s.352-354.

<sup>129</sup> İbrahim Yıldırım, *Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Yalnızlık, Sınav Kaygısı ve Sosyal Destek*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18(1), 2000, s.174

duyarlıdırlar. Hep öz eleştiri yapma halindedirler. Bu sebeple olumsuz öz kavramları yüksek, özgüven seviyeleri düşüktür. Savunmacı davranışlar sergilerler.<sup>130</sup>

Kaygı düzeyi yüksek kişiler, iş yaptıkları sırada onu izleyen yabancılar fark ederlerse oldukça fazla etkilenirler bu onların gerilmesine sebep olabilir. Etkilenmeleri sonucu iş başarılarının aniden düştüğü görülür. Kaygı düzeyleri normal olan insanlar izlenmekten gocunmazlar ve bu onları etkilemez.<sup>131</sup>

### 2.2.2. Sınav Kaygısının Nedenleri

Öğrencilerin çoğunun, sınavın kendi kişiliklerini ölçeceğine inandıkları bir test olarak algıladığı fakat okullarda yapılan birçok sınav gibi üniversite sınavının da kesinlikle kişilik testi değil, bilgi sınavı olduğu ifade edilmektedir. Ama nedense, sınavda başarısız olma düşüncesinin bir tehdit gibi algılanmasının, kaygı düzeyini artırdığı da belirtilmektedir.<sup>132</sup>

Kurt, sınav kaygısının nedenlerini alt başlıklar altında şu şekilde sıralamıştır:

“Genetik faktörler ya da eğilim

Aile içinde verilen yanlış eğitim

Bireydeki iç çatışmalar

Öğrenilmiş tepki olarak kaygı”<sup>133</sup>

Kaygı oluşturan etkenlerden biri bilinçaltındaki korkulara sebep olan anılardır. İnsanlar kokunun kaynağı olan ilk anıları unutma eğilimindedir. Korkuyu yaratan sebepler çocukluk çağında yaşanan ve hafızada depolanmak üzere bilinçaltında bulunmaktadır. Bazı anılar bastırılmakta bazıları ise reddedilmektedir. Bu hatırlanmayan fakat öğrenilmiş olan korkular huzur bozan kaygılar olarak geri dönmektedir.<sup>134</sup>

Kaygının sebepleri aşağıda sırayla verilmiştir:

---

<sup>130</sup> Necla Öner, *Sınav Kaygısı Envanteri El Kitabı*, Yüksek Öğretimde Rehberliği Tanıtma ve Rehber Yetiştirme Vakfı Yayını, No:1, İstanbul, 1990, s.102-110.

<sup>131</sup> Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, Sekizinci Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1998, s.56.

<sup>132</sup> İhsan Kurt, *Sorularla Kaygı ve Sınav Kaygısı*, Asil Yayın Dağıtım, 2. Baskı, Ankara, 2006, s.141-165.

<sup>133</sup> Kurt a.g.e., s.141-156.

<sup>134</sup> Selin Aktaş, *Eşlerden Birinin Kaygı Düzeyi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 2009, s.4-24 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

1.Desteğin çekilmesi: Bireyler çevrelerindeki alışılmışın dışında bir çevrede buldukları anda desteğin olmamasıyla birlikte kaygılanmaya başlarlar. Hep dışarıdan bir destek beklerler.

2.Olumsuz bir sonucu beklemek: Herhangi bir olumsuzluk sonucuyla karşılaşma olasılığı ve bu düşünce bireylerde kaygıya sebep olabilir.

3.İç çelişki: İnsanların değer verdiği bir fikir veya düşünceyle kendi davranışları arasında bir tutarsızlık söz konusu olmasıdır. Bu durumun devam etmesi bireyin gerginlik yaşanmasına sebep olur ve çelişkiden uzaklaşılana kadar kaygı devam etmektedir.

4.Belirsizlik: Kişi geleceğiyle ilgili yeterince bilgiye sahip değilse bu durum belirsizliğe yol açar ve kaygı meydana gelir. İnsanlar için en fazla kaygı kaynağıdır. İnsanlar olumsuz sonuçlar doğuracak olayları öğrenmektense hiç bilmemeyi tercih etmektedirler.<sup>135</sup>

## **2.3 GENEL DEĞERLENDİRME**

Bu kısımda ergenlerdeki anne baba tutumları ve sınav kaygısı ile aralarındaki ilişkinin genel değerlendirmesi yapılmaktadır. Ergenlik dönemi birçok duygunun bir arada yaşandığı bir dönemdir. Bu evrede kişilik oluşur, büyüme gerçekleşir. Kişilik oluşumunda anne babanın etkileri de önemlidir. Çocuğa karşı sergilediği tutum hayatında önemli rol oynar. Kaygı ise aslında hayatımızda olması gereken bir tepkidir. Ancak kaygının fazla olması hayatımızı olumsuz etkileyerek zora sokabilir. Özellikle ergenlik döneminde sınavlardan dolayı yoğun kaygı duyarız. Bunun en önemli sebeplerinden biri ailenin tutumudur. Değerlendirmemizin son kısmında konu ile ilgili birçok araştırmacının kaygı ile ilgili kuramsal yaklaşımlarına yer vermiştir.

Sınav kaygısı bireyin sınava yüklediği anlamlar sonrasında sınav sırasında bilginin aktarılamaması ve başarının düşmesine sebep olan yoğun olarak yaşanan kaygı durumudur. Kişide dikkat dağınıklığı, odaklanamama, huzursuzluk, endişe ve fiziksel belirtiler ( mide bulantısı, kalp çarpıntısı, terleme, titreme) görülür. Sınav kaygısı kişinin düşüncelerinden oluşur aynı zamanda çevrenin baskısından etkilenen birey olumsuz otomatik düşüncelere kapılır. Bunun için çalışma düzeni oluşturulmalı ve düşünceler kontrol altına alınmalı. Birey aldığı notları özgüveni ile paralel tutar. Düşük not alındığında kendisine olan güven azalır ve kendisini çaresiz hisseder. Çevremizde alınan notlara göre etiketleme ya da kıyaslama yapılır.

---

<sup>135</sup> Aktaş a.g.e., s.4-24.

Çocuğa karşı öğretmen ve ailenin destekleyici tutumu onu akademik ve davranışsal olarak olumlu etkilemektedir. Unutmamamız gereken şey alınan notlar zekanın göstergesi değildir.

Ailenin tutumu özellikle de ergenlik dönemindeki bir bireyi kaygı düzeyini etkilemektedir. Aile için sınav ne anlam ifade ediyor ve sınava yönelik tutum ve yaklaşımları önemlidir. Çünkü aileler kendi kaygılarını çocuklarına yansıtmaktadır. Çocuktan yüksek beklenti içerisine girmeleriyle çocukta kaygının da artmasına sebep olurlar. Özellikle ergenlik döneminde çocuk ailesi arkadaşları öğretmenleri tarafından desteğe ihtiyaç duyar. Onlardan gördükleri destek ile okul hayatında daha motivasyonu yüksek ve başarılı olurlar. Aile tutumlarına dikkat etmeli kıyaslayıcı, otoriter, baskıcı, eleştirici değil empati kurarak demokratik ve anlayışlı aile olunmalı. Aile rol model olarak problemleri çözebilmeli. Çocuk koşulsuz olarak sevildiğini bilmeli. Ailenin çocuktan beklenti düzeyi gerçekçi olmalı, ulaşamayacağı hedefler beklenmemeli. Hedefin gerçekçi ve ulaşılabilir olması çocukta sınav kaygısını kontrol edebilir kılmaktadır.

Okullarda öğretmenler aşağılayıcı, küçük düşürücü, kıyaslayıcı ve not ile tehdit eden değil daha destekleyici ve yardımcı olması gerekmektedir. Anne babada görülen tutumlar öğretmenlerde de görülmektedir. Bu tutumlar: otoriter öğretmen, demokratik öğretmen ve boş vermiş öğretmen tutumlarıdır. Otoriter öğretmen tutumunda öğretmen eleştiriye açık değildir ve sınıfta gergin bir ortam oluşmasına sebep olmaktadır. Öğrenciler korkak ve isteksiz olurlar öğretmenin ise kendi bildikleri doğrudur. Demokratik öğretmen tutumunda öğrenciler derse katılımcı, araştırmacı, düşüncelerini söyleyebilen ve sorumluluk sahibidir. Boş vermiş öğretmen tutumunda ise öğretmen çocuğa karşı ilgisiz ve duyarsızdır. Öğretmen ve çocuk arasında kopukluk olur. Bu sebeple öğretmen çocuğa karşı demokratik, ilgili, anlayışlı tavırlar takınması gerekmektedir. Okullarda çalışan rehber öğretmen ve uzmanlar gerekli eğitimleri alarak okulda öğretmen, veli ve öğrencilere seminerler düzenlemeli, bilgilendirmeler yapmalı. Öğrencilere ergenlik, verimli ders çalışma, motivasyon ve sınav kaygısı ile ilgili programlar düzenlemeli. Ergenlerde oluşan sınav ile ilgili otomatik düşünceler değiştirilmeli. Anne baba, öğretmen ve öğrenci iş birliği ile hareket ederek ergenlerde sınav kaygısı en aza indirilmeli hatta öğrencinin sınav kaygısını yenmesinde yardımcı olunmalı.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### SINAV KAYGISI VE ANNE BABA TUTUMLARI İLİŞKİSİ

Bu bölümde sınav kaygısı ile anne baba tutumları arasındaki ilişkiden bahsedilecektir. Anne baba tutumlarının çocukların üzerinde bıraktığı en büyük etkilerden birisi de kaygıdır. Kaygı kişilerde çocukluğunda gördükleri anne baba tutumlarının etkisini ergenlik döneminden başlayarak yetişkinlik hayatında da görebilir. Kaygı ile büyümüş bir anne baba kendi kaygılarını da ister istemez çocuklarına yansıtırlar. Örneğin; Akademik hayatında başarılı olamayan bir anne çocuğunun başarılı olması için mücadele içerisine girer. Çocuğunu kendi istediği kalıplara sokmaya çalışır. Kendi istediği meslek kendi istediği okullara göndermeye kalkışır. Ya da kaygılı ebeveyn aşırı koruyup kollayıcı tutumlar içerisine girerler. Anne babaya göre kaygı olan durumlardan çocuğu uzak tutamaya çalışırlar. Böylece çocuk kaygı ile başa çıkmak yerine, korku duyar ve kendilerini güvensiz hisseder. Günümüzde ergenlik döneminde kişilerin en sık karşılaştığı etki ise sınav kaygısıdır. Çocukları için beklentisini yüksek tutan anne baba, çocuklarının kaygı yaşamasına ve başarısız olmalarına sebep olurlar. Ayrıca çocuk özellikle ergenlik döneminde daha da hassas oldukları için fiziksel ve psikolojik birçok rahatsızlığın görülmesine neden olabilir. Ebeveyn bu süreçte gerçekçi beklentilerde bulunarak davranışlarını kontrol altına alabilmeli.

#### 3.1 GENEL DEĞERLENDİRME

Bu kısımda ergenlerdeki anne baba tutumları ve sınav kaygısı ile aralarındaki ilişkinin genel değerlendirmesi yapılmaktadır. Ergenlik dönemi birçok duygunun bir arada yaşandığı bir dönemdir. Bu evrede kişilik oluşur, büyüme gerçekleşir. Kişilik oluşumunda anne babanın etkileri de önemlidir. Çocuğa karşı sergilediği tutum hayatında önemli rol oynar. Kaygı ise aslında hayatımızda olması gereken bir tepkidir. Ancak kaygının fazla olması hayatımızı olumsuz etkileyerek zora sokabilir. Özellikle ergenlik döneminde sınavlardan dolayı yoğun kaygı duyarız. Bunun en önemli sebeplerinden biri ailenin tutumudur. Değerlendirmemizin son kısmında konu ile ilgili birçok araştırmacının kaygı ile ilgili kuramsal yaklaşımlarına yer vermiştir.

Sınav kaygısı bireyin sınava yüklediği anlamlar sonrasında sınav sırasında bilginin aktarılamaması ve başarının düşmesine sebep olan yoğun olarak yaşanan kaygı durumudur. Kişide dikkat dağınıklığı, odaklanamama, huzursuzluk, endişe ve fiziksel belirtiler ( mide bulantısı, kalp çarpıntısı, terleme, titreme) görülür. Sınav kaygısı kişinin düşüncelerinden oluşur aynı zamanda çevrenin baskısından

etkilenen birey olumsuz otomatik düşüncelere kapılır. Bunun için çalışma düzeni oluşturulmalı ve düşünceler kontrol altına alınmalı. Birey aldığı notları özgüveni ile paralel tutar. Düşük not alındığında kendisine olan güven azalır ve kendisini çaresiz hisseder. Çevremizde alınan notlara göre etiketleme ya da kıyaslama yapılır. Çocuğa karşı öğretmen ve ailenin destekleyici tutumu onu akademik ve davranışsal olarak olumlu etkilemektedir. Unutmamız gereken şey alınan notlar zekanın göstergesi değildir.

Ailenin tutumu özellikle de ergenlik dönemindeki bir bireyi kaygı düzeyini etkilemektedir. Aile için sınav ne anlam ifade ediyor ve sınava yönelik tutum ve yaklaşımları önemlidir. Çünkü aileler kendi kaygılarını çocuklarına yansıtmaktadır. Çocuktan yüksek beklenti içerisine girmeleriyle çocukta kaygının da artmasına sebep olurlar. Özellikle ergenlik döneminde çocuk ailesi arkadaşları öğretmenleri tarafından desteğe ihtiyaç duyar. Onlardan gördükleri destek ile okul hayatında daha motivasyonu yüksek ve başarılı olurlar. Aile tutumlarına dikkat etmeli kıyaslayıcı, otoriter, baskıcı, eleştirici değil empati kurarak demokratik ve anlayışlı aile olunmalı. Aile rol model olarak problemleri çözebilmeli. Çocuk koşulsuz olarak sevildiğini bilmeli. Ailenin çocuktan beklenti düzeyi gerçekçi olmalı, ulaşamayacağı hedefler beklenmemeli. Hedefin gerçekçi ve ulaşılabilir olması çocukta sınav kaygısını kontrol edebilir kılmaktadır.

Okullarda öğretmenler aşağılayıcı, küçük düşürücü, kıyaslayıcı ve not ile tehdit eden değil daha destekleyici ve yardımcı olması gerekmektedir. Anne babada görülen tutumlar öğretmenlerde de görülmektedir. Bu tutumlar: otoriter öğretmen, demokratik öğretmen ve boş vermiş öğretmen tutumlarıdır. Otoriter öğretmen tutumunda öğretmen eleştiriye açık değildir ve sınıfta gergin bir ortam oluşmasına sebep olmaktadır. Öğrenciler korkak ve isteksiz olurlar öğretmenin ise kendi bildikleri doğrudur. Demokratik öğretmen tutumunda öğrenciler derse katılımcı, araştırmacı, düşüncelerini söyleyebilen ve sorumluluk sahibidir. Boş vermiş öğretmen tutumunda ise öğretmen çocuğa karşı ilgisiz ve duyarsızdır. Öğretmen ve çocuk arasında kopukluk olur. Bu sebeple öğretmen çocuğa karşı demokratik, ilgili, anlayışlı tavırlar takınması gerekmektedir. Okullarda çalışan rehber öğretmen ve uzmanlar gerekli eğitimleri alarak okulda öğretmen, veli ve öğrencilere seminerler düzenlemeli, bilgilendirmeler yapmalı. Öğrencilere ergenlik, verimli ders çalışma, motivasyon ve sınav kaygısı ile ilgili programlar düzenlemeli. Ergenlerde oluşan sınav ile ilgili otomatik düşünceler değiştirilmeli. Anne baba, öğretmen ve öğrenci iş birliği ile hareket ederek ergenlerde sınav kaygısı en aza indirilmeli hatta öğrencinin sınav kaygısını yenmesinde yardımcı olunmalı.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM VE TEKNİKLER

Bu bölümde araştırmamızın yöntem ve teknikleri anlatılmaktadır. Çalışmanın amacı, araştırma soruları, hipotezler, kapsam ve sınırlılık, evren örneklem, veri toplama aracı ve veri analizine yer verilmiştir. Araştırmanın modeli olarak ilişkiel tarama modeli kullanılmıştır.

#### 4.1. ÇALIŞMANIN AMACI

Günümüzün en büyük sorunlarından biri başarının göstergesi olarak kabul edilen sınavlar özellikle ergenler için çoğu zaman kaygıya sebep olur. Anne babanın sınav ile ilgili üstlendiği rol çocuğun kaygılanmasını tetiklememeli. Sınav kaygısı yüksek olan öğrenciler olumsuz performans sergilerler. Okullardaki rehber öğretmenlerin ve psikologların, öğrencilerin ihtiyaçları da göz önünde bulundurularak sınav kaygısını azaltmaya yönelik çalışmalarda bulunulmalı. Bunların yanı sıra anne baba desteği de alınarak bu süreçte öğretmenler ve aile iş birliği içerisinde çocuğa yardımcı olabilmeli. Anne baba tutumu kaygı oluşumundaki en önemli sebeplerden biridir. Ailenin kaygılı olması çocukta da kaygının oluşmasında etkilidir. Bunların yanı sıra anne baba olumlu tutum sergilerken aynı zamanda demokratik olabilmeli.

Buradan yola çıkarak araştırmanın amacı sınava giren ergenlerde (ortaokul öğrencileri) anne baba tutumlarının kaygı oluşumundaki etkisinin sınav kaygısı ile ilişkisi açısından incelenmesidir.

#### 4.2. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ

Öğrencinin başarısı oldukları sınavlar sonucunda ortaya çıkmaktadır. Öğrenci sınavdaki başarısızlığını genelleyerek bunu kişisel olarak algılar ve yoğun bir kaygı yaşar. Okullarda kaygının ortaya çıkma sebebi sınavlardır. Buna bağlı olarak ailenin yaklaşımı çocuk üzerinde etki yaratır. Alınan sonuçlarda başarısız olma durumunda öğrenci ve ailesi bu durumu büyütür felaketeleştireme boyutuna getirebilir. Burada ailenin tutum ve davranışları çocuğu da etkilemektedir. Ergen anne babanın beklentileri içerisinde hareket ederek başarısızlık durumunda psikolojik olarak olumsuz etkilenirler. Akademik gelişim, sosyal gelişim ve meslek gelişimleri açısından bakıldığında öğrencilik yıllarında ergenliğin ele alınması ve incelenmesi, öğrencinin nasıl bir psikolojide olduğunun bilinmesi öğrenciye olumlu bir katkı sağlamaktadır. Sınav kaygısı kişinin normal yaşantısını da etkiler birey sürekli olarak bir tedirginlik durumunda olur. Ayrıca davranışlarda uyumsuzluk, fiziksel ve psikolojik rahatsızlıkların görülmesine sebep olur. Bu sebepten dolayı

araştırmada ğrenci ergenliği ile ilişkisi olabilecek sınav kaygısı ve anne-baba tutumları incelenmiştir.

Anne babanın ocuk yetiştirme konusundaki düşüncelerinin nasıl olduğu ebeveynin çocuğa olan yaklaşımını da etkilemektedir. Ailenin ocuk ile olan ilişkisi, çocuğa gösterilen tutum ve davranış çocuğun ileriki hayatını etkiler. Çocuğun etrafında kaygılı insanlar varsa bu çocuğunda kaygılı olmasına sebep olur. Anne babanın sosyal ve ekonomik durumu, eğitimi, çocuğun yaşı ve cinsiyeti, ailenin düşünce yapısı ve evre kaygıyı etkileyen etmenler olarak sayabiliriz.

Bu sebeplerden dolayı araştırmanın konusu ergenlerde çok fazla yaygın olan sınav kaygısının ve ileride bu konu hakkında düzeyi ve anne baba tutumunun kapsamlı olarak ele alınması bakımından önemli olduğu araştırma yapanlara kaynak olacağı düşünülmektedir. Ayrıca bu çalışma bireye, topluma ve bilime faydası olacağı düşünülmektedir.

#### **4.3. ARAşTIRMANIN SORULARI**

Ergenlerde anne baba tutumlarının sınav kaygısı ile ilişkisinin incelenmesinde aşağıdaki sorulara cevap aranmiştir:

1. Sınav kaygısı ile anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Ailenin maddi geliri ile öğrencilerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Anne ve babanın eğitim durumu ile öğrencilerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Öğrencinin cinsiyeti ile anne baba tutumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Anne ve babanın otoriter tutumu ile ergenlerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır ?
6. Anne ve babanın demokratik tutumu ile ergenlerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır ?

#### **4.4. HİPOTEZLER**

H1. Anne baba tutumları ile sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0. Anne baba tutumları ile sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H2. Ailenin maddi geliri ile öğrencilerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0. Ailenin maddi geliri ile öğrencilerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H3. Anne ve babanın eğitim durumu ile öğrencilerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0. Anne ve babanın eğitim durumu ile öğrencilerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H4. Öğrencinin cinsiyeti ile sınav kaygısı arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H0. Öğrencinin cinsiyeti ile sınav kaygısı arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

H5. Anne ve babanın otoriter tutumu ile ergenlerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0. Anne ve babanın otoriter tutumu ile ergenlerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H6. Anne ve babanın demokratik tutumu ile ergenlerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0. Anne ve babanın demokratik tutumu ile ergenlerin sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

#### **4.5. KAPSAM VE SINIRLILIKLAR**

Bu araştırma;

Anne baba tutumlarından demokratik ve otoriter anne baba tutumlarının ortaokul örneğinde sınav kaygısını incelemeyi kapsamaktadır. Balıkesir iline bağlı olan Bandırma ilçesindeki bir özel ortaokulda 6. , 7. ve 8. sınıf öğrencileri ile sınırlıdır.

Elde edilen veriler, Kişisel Bilgi Formu, Anne Baba Tutum Ölçeği, Sınav Kaygısı Ölçeği.

#### **4.6. EVREN VE ÖRNEKLEM**

Araştırmanın evreni, Bandırma ilçe sınırları içerisinde 2018-2019 eğitim öğretim yılları arasında okumakta olan bir özel ortaokul öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Bandırma'da bir özel ortaokulda öğrenim gören 200 öğrenciden oluşmaktadır. Burada seçilen örneklem, belirtilen ortaokulda o anda sınıflarında bulunan, aile onay formuyla ailelerinden izin alınmış olan, okul

idaresinin de onayı ile izin verilmiş sınıflarda bulunan öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklem basit tesadüfü örneklem yöntemine göre seçilmiştir..

#### **4.7. VERİ TOPLAMA ARACI**

Yapılan bu araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, sınav kaygısı ölçeği ve anne baba tutumları ölçeği uygulanmıştır.

##### **4.7.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından hazırlanan ve kişisel bilgilerin araştırıldığı formda bireylere cinsiyetleri, yaşları, kardeş sayıları ile ilgili sorular yöneltilmiştir.

##### **4.7.2. Anne Baba Tutumunu Değerlendirme Ölçeği**

Polat, tarafından hazırlanan ölçekte, otoriter ve demokratik olan anne ve babanın tutumları ölçülmektedir. Kullanılan ölçek Polat tarafından, 72 kişilik bir öğrenci grubuna 15 gün ara ile uygulanmış olmaktadır. Pearson Momentler Çarpımı tekniği ile hesaplanan değişmezlik katsayıları anneler için 83, babalar için 88 olarak saptanmıştır.

Kullanılan ölçek, öğrencilerin anne ve babalarının onlara karşı yaklaşımlarını değerlendirmek amacıyla 12 maddelik demokratik,14 maddelik otoriter olmak üzere toplam 26 maddeden oluşmaktadır.<sup>136</sup>

*Demokratik tutumla ilişkili maddeler:*

"1.Beni her zaman anlamaya çalışır.

3.Kendime ilişkin ufak tefek kararları almaya beni özendirir.

5. Ben bir şey anlatırken sözümü kesmez.

7. Kendimi önemli ve değerli bir kişi olarak görmeme yardımcı olur.

9. Evde fikirlerimi rahatça anlatmamı doğal karşılar.

10. Beni cezalandırmak yerine, sorunları benimle konuşarak çözümlenmeye çalışır.

12. Bir güçlükle karşılaştığımda, istediğim yardımı sağlar.

16. Bana bir şey alınırken, birlikte karar veririz.

18. Merak ettiğim konularda sorduğum soruları cevaplandırmaya çalışır.

19. Gelecekle ilgili planlarımı dikkatle dinler, fakat hiçbir zaman, amaçlarımı belirlemeye çalışmaz.

20. Haklı olduğum zaman, bunu bana açıkça söyler.

---

<sup>136</sup>Suna Polat, *Ana Baba Tutumlarının Çocukların Öğrenilmiş Çaresizlik Düzeyine Etkisi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 1986, s.64-87 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

24. Ailemizle ilgili bir karar alınırken, benim fikirlerimi de dikkate alır.”

*Otoriter tutumla ilişkili maddeler:*

“2. Beni ilgilendiren konulardaki kararları her zaman kendisi verir.

4. Kendi koyduğu kurallara uymamı ister.

6. Onun istediği gibi davranmazsam, beni cezalandırır.

8. Kendi fikirlerini kabul etmem için beni zorlar.

11. Okulda çok başarılı olmam için beni öylesine zorlar ki zayıf not almaktan çok korkarım.

13. Küçük hatalarımı bile şiddetle cezalandırır.

14. Hiçbir konuda kişisel görüşümü sormaz.

15. En ufak eşyayı kaybetsem bile, beni cezalandırır.

17. Bir şeyi yapmamı istediğinde hiçbir bahane kabul etmez.

21. Beni o kadar çok kontrol eder ki, bazen çok bunalırım.

22. Beni sık sık döverek cezalandırır.

23. Ancak istediği gibi davrandığı zaman, bana sevgi gösterir.

25. Yapabileceğimden fazlasını yapmam için beni zorlar.

26. Neyi, nasıl yapacağıma her zaman o karar verir.”

Ölçekte okunulan cümlelerde babanın yaptığı davranışa benziyorsa kutucuktaki “Babamın Davranışına benziyor” seçeneğine çarpı (X) koyarak; babanın yaptığı davranışa benzemiyorsa “Babamın Davranışına Benzemiyor” seçeneğine çarpı (X) koyarak işaretleme yapılmaktadır. Aynı cümleler anneler için de düşünerek işaretleme yapılmaktadır.

#### **4.7.3. Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği**

Wren ve Benson, tarafından geliştirilen Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği (Children’s Test AnxietyScale) ilkokul 3 ve 4. sınıf kademeleri ile ortaokul 5 ve 6. sınıf kademelerinde eğitim gören öğrencilerin sınav kaygısını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir.

Özgünlüğü kapsayan bu ölçekte kullanılan dil İngilizcedir. Araştırmacıların amacı ölçeği geliştirebilmek olduğu için literatürü tarayarak 107 ifade içeren bir madde havuzu oluşturmuşlardır. Daha sonra oluşturulan bu madde havuzunda 3, 4, 5 ve 6. sınıf düzeyinde eğitim vermekte olan 2 öğretmen ve toplamda 8 öğretmenden oluşan bir komisyon tarafından değerlendirilmiştir. Değerlendirme sonucunda komisyonda olan öğretmenler seçtikleri 50 maddenin öğrencilerin seviyesine uygun olduğunu belirterek ölçeğin ilk formu oluşturulmuştur.

Daha sonra 50 maddeden oluşan bu form 3, 4, 5 ve 6. sınıf düzeyinde 230 öğrenciye uygulanarak pilot çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu uygulama sonrasında elde edilen verilerin analizi sonucunda 30 maddelik yeni bir form daha oluşturulmuştur. 30 maddeden oluşan bu ölçek formu 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; düşünceler (Thoughts), görev dışı davranışlar (Off-TaskBehaviors) ve otonom tepkiler (AutonomicBehaviors)dir.<sup>137</sup> "M01, M05, M06, M09, M11, M13, M15, M16, M19, M21, M24, M27, M29 maddeleri ölçeğin düşünceler boyutunu, M03, M07, M12, M14, M18, M22, M26, M30 maddeleri ölçeği görev dışı davranışlar boyutunu ve M02, M04, M08, M10, M17, M20, M23, M25, M28" maddeleri ölçeğin otonom tepkiler boyutunu oluşturmaktadır.

#### 4.8. VERİ ANALİZİ

Veri toplama araçları ile elde edilen verilerin analizleri bilgisayar ortamında ilk olarak sayısal ifade olarak girilmiş sonra bu veriler sosyal bilimler için istatistik paket programı (Spss 25) kullanılarak istatistiksel analizleri yapılmıştır.

Analizlere başlamadan önce elde edilen veriler normal dağılım açısından incelenmiştir. Araştırma değişkenlerinin örneklem grubunda normallik dağılımının analizi için yapılan analizde Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği (S-W= .765, Sd.= 200, p=.000) normal dağılım göstermediği görülmüştür. Algılanan Anne Baba Tutumları Ölçeği (S-W= .659, Sd.= 200, p=.000) normal dağılım göstermediği görülmüştür.

Uygulanan veri analizinde %95 güvenilirlik seviyesi baz alınmıştır. Nicel olan verileri karşılaştırdığımızda onun yerine "veriler normal dağılıma uymadığından, iki ayrı grubun belli bir değişkene ait ortalamalarını karşılaştırmak için parametrik olmayan testler için kullanılan Mann Withney- U testi kullanılmıştır. Parametrik olmayanlar ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki ilişki Spearman korelasyon analizi ile test edilmiştir.

Cohen'in Korelasyon gücünün referans değerleri;

0.10 - 0.29 Zayıf

0.30 - 0.49 Orta

0.50 - 1.00 Yüksek

---

<sup>137</sup>Douglas Wren ve Jeri Benson, *Measuring test anxiety in children: Scale development and internal construct validation*, Anxiety, Stress&Coping, 17(3), 2004, s.227-240.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### BULGULAR

Bulgular kısmında, hazırladığımız demografik bilgi formundan çıkan bulguların sonuçları yer almaktadır. Ayrıca yapılan araştırmada çocuklarda sınav kaygısı ölçeği ve anne baba tutumları ölçeği kullanılmıştır. İstatistiksel veri analizi için Spss 25 programı kullanılmıştır.

**Tablo 5.1.** Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı

|                   |                        | f   | %     |
|-------------------|------------------------|-----|-------|
| <b>Yaş</b>        | 12 Yaş                 | 44  | 22    |
|                   | 13 Yaş                 | 34  | 17    |
|                   | 14 Yaş                 | 58  | 29    |
|                   | 15 Yaş                 | 64  | 32    |
|                   | Toplam                 | 200 | 100   |
| Toplam            |                        | 200 | 100   |
| <b>Cinsiyet</b>   | Kadın                  | 121 | 60,5  |
|                   | Erkek                  | 79  | 39,5  |
| Toplam            |                        | 200 | 100   |
| <b>Kaç Kardeş</b> | Yok                    | 57  | 28,5  |
|                   | 1                      | 89  | 45,5  |
|                   | 2                      | 33  | 16,5  |
|                   | 3                      | 18  | 9     |
|                   | Kayıp                  | 3   | 1,5   |
| Toplam            |                        | 200 | 100   |
| <b>AnneEğitim</b> | Okur-yazar             | 6   | 3,0   |
|                   | İlkokul Mezunu         | 18  | 9,0   |
|                   | Ortaokul Mezunu        | 35  | 17,5  |
|                   | Lise Mezunu            | 37  | 18,5  |
|                   | Üniversite Mezunu      | 95  | 47,5  |
|                   | Yüksek Lisans ve üzeri | 9   | 4,5   |
|                   | Toplam                 | 200 | 100,0 |
| <b>BabaEğitim</b> | İlkokul Mezunu         | 23  | 11,5  |
|                   | Ortaokul Mezunu        | 16  | 8,0   |

|                       |                        |     |       |
|-----------------------|------------------------|-----|-------|
|                       | Lise Mezunu            | 38  | 19,0  |
|                       | Üniversite Mezunu      | 90  | 45,0  |
|                       | Yüksek Lisans ve üzeri | 33  | 16,5  |
|                       | Toplam                 | 200 | 100,0 |
| <b>EkonomikDüzyey</b> | Düşük                  | 19  | 9,5   |
|                       | Orta                   | 142 | 71,0  |
|                       | Yüksek                 | 39  | 19,5  |
|                       | Toplam                 | 200 | 100,0 |

Tabloda görüldüğü üzere, örneklem grubunun %22.0'ı 12 yaşında,%17,0'ı 13 yaşında,%29,0'ı 14 yaşında,%32.0'ı 15 yaşında,%60.5'i kadın,%39.5'i erkek,%30.0'unun kardeşi yok,%44.5'inin 1 kardeşi var,%16.5'inin 2 kardeşi var,%9.0'ının 3 kardeşi var,anne eğitimin %3.0'ı okur-yazar,%9.0'ı ilkokul mezunu,%17.5'i ortaokul mezunu,%18.5'i lise mezunu,%47.5'i üniversite mezunu,%4.5'i yüksek lisans ve üzeri,baba eğitim durumunun %11.5'i ilkokul mezunu,%8.0'ı ortaokul mezunu,%19.0'ı lise mezunu,%45.0'ı üniversite mezunu,%16.5'i yüksek lisans ve üzeridir.%9.5'inin geliri düşük,%71.0'ının geliri orta,%19.5'inin yüksektir.

**Tablo 5.2** Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikleri

|  | <b>n</b> | <b>Min</b> | <b>Max</b> | <b><math>\bar{X}</math></b> | <b>Ss.</b> |
|--|----------|------------|------------|-----------------------------|------------|
| <b>Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği</b> | 200      | 1,04       | 3,70       | 2,4699                      | 1,14072    |

Tabloda görüldüğü üzere, çocuklarda sınav kaygısı ölçeği ortalaması 2.46, standart sapması ise 1.14 dır. Bu sonuca göre çocuklarda sınav kaygısının önemli bir sorun olduğu anlaşılmaktadır.

**Tablo 5.3** Algılanan Anne Baba Tutumları Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri

|  | <b>n</b> | <b>Min</b> | <b>Max</b> | <b><math>\bar{X}</math></b> | <b>Ss.</b> |
|--|----------|------------|------------|-----------------------------|------------|
|--|----------|------------|------------|-----------------------------|------------|



|                              |     |      |       |      |      |
|------------------------------|-----|------|-------|------|------|
| <b>Demokratik Tutum-Anne</b> | 200 | 4,00 | 12,00 | 8,72 | 3,04 |
| <b>Otoriter Tutum -Anne</b>  | 200 | 3,00 | 13,00 | 8,00 | 2,97 |
| <b>Demokratik Tutum-Baba</b> | 200 | 2,00 | 11,00 | 7,57 | 3,37 |
| <b>Otoriter Tutum-Baba</b>   | 200 | 3,00 | 13,00 | 9,41 | 2,10 |

Tabloda görüldüğü üzere, Demokratik tutum-anne alt boyutunun ortalaması 8.72(ss=3.04), Otoriter tutum-anne alt boyutunun ortalaması 8,00(ss=2.97). Demokratik tutum-baba alt boyutunun ortalaması 7,57(ss=3.37) Otoriter tutum-baba alt boyutunun ortalaması 9,41(ss=2.10) dir.

**Tablo 5.4** Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

|  |       | <b>n</b> | <b>S.O</b> | <b>S.T</b> | <b>U</b> | <b>W</b> | <b>Z</b> | <b>p</b> |
|--|-------|----------|------------|------------|----------|----------|----------|----------|
| <b>Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği</b> | Kadın | 121      | 107,87     | 13052,00   | 3888,000 | 7048,000 | -2,234   | 0,026    |
|  | Erkek | 79       | 89,22      | 7048,00    |          |          |          |          |
|  | Total | 200      |            |            |          |          |          |          |

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun çocuklarda sınav kaygısı ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubu lehine istatistiksel açıdan  $p < 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır. (U=3888,00; z=-2,234; p=0,026)

**Tablo 5.5.** Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Algılanan Anne Baba Tutumları Ölçeği-Anne Ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

|                              |       | n   | S.O    | S.T      | U        | W         | Z      | p     |
|------------------------------|-------|-----|--------|----------|----------|-----------|--------|-------|
| <b>Demokratik Tutum-Anne</b> | Kadın | 121 | 93,76  | 11345,00 | 3964,000 | 11345,000 | -2,119 | 0,034 |
|                              | Erkek | 79  | 110,82 | 8755,00  |          |           |        |       |
|                              | Total | 200 |        |          |          |           |        |       |
| <b>Otoriter Tutum-Anne</b>   | Kadın | 121 | 104,84 | 12686,00 | 4254,000 | 7414,000  | -1,326 | 0,185 |
|                              | Erkek | 79  | 93,85  | 7414,00  |          |           |        |       |
|                              | Total | 200 |        |          |          |           |        |       |

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun demokratik tutum-anne alt boyutundan almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında erkek grubu lehine istatistiksel açıdan  $p < 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır. ( $U=3964,00$ ;  $z=-2,119$ ;  $p=0,034$ )

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun otoriter tutum-anne alt boyutundan almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p > 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. ( $U=4254,00$ ;  $z=-1,326$ ;  $p=0,185$ )

**Tablo 5.6.** Örneklem Grubunun Yaş Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

| Yaş                                    | n   | S.O | X2     | Sd.    | p |       |
|--|-----|-----|--------|--------|---|-------|
| <b>Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği</b> | 12  | 44  | 76,93  | 23,555 | 3 | 0,000 |
|  | 13  | 34  | 77,19  |        |   |       |
|  | 14  | 58  | 106,91 |        |   |       |
|  | 15  | 64  | 123,28 |        |   |       |
| Toplam                                 | 200 |     |        |        |   |       |

Tablodan anlaşılacağı gibi, çocuklarda sınav kaygısı ölçeğinin sıralamalar ortalamasının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini

belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda yaş gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $\chi^2=23.555$ ;  $sd=3$ ;  $p<0.01$ ). Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniklerine geçilmiştir. Bu amaçla kullanılan özel bir test tekniği bulunmadığından ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Mann Whitney-U uygulanmıştır. Analizlerin sonucunda farklılığın 12 yaş olan grupla 14 yaş olan grup arasında 14 yaş olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=813.000$ ;  $z=-3.135$ ,  $p<0.01$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=798.00$ ;  $z=-3.837$ ,  $p<0.01$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın 13 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=598.00$ ;  $z=-3.744$ ,  $p<0.01$ ).

**Tablo 5.7** Örneklem Grubunun Anne Eğitim Değişkenine Göre Algılanan Anne Baba Tutumları –Anne Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

|                              |                        | n   | S.O    | X2    | Sd. | p     |
|------------------------------|------------------------|-----|--------|-------|-----|-------|
| <b>Demokratik Tutum-Anne</b> | Okur-yazar             | 6   | 72,25  | 8,825 | 5   | 0,116 |
|                              | İlkokul Mezunu         | 18  | 80,08  |       |     |       |
|                              | Ortaokul Mezunu        | 35  | 89,70  |       |     |       |
|                              | Lise Mezunu            | 37  | 99,03  |       |     |       |
|                              | Üniversite Mezunu      | 95  | 111,13 |       |     |       |
|                              | Yüksek Lisans ve üzeri | 9   | 96,06  |       |     |       |
|                              | Toplam                 | 200 |        |       |     |       |
| <b>Otoriter Tutum-Anne</b>   | Okur-yazar             | 6   | 101,92 | 5,618 | 5   | 0,345 |
|                              | İlkokul Mezunu         | 18  | 121,86 |       |     |       |
|                              | Ortaokul Mezunu        | 35  | 110,41 |       |     |       |
|                              | Lise Mezunu            | 37  | 97,42  |       |     |       |

|                              |     |        |
|------------------------------|-----|--------|
| Üniversite<br>Mezunu         | 95  | 92,92  |
| Yüksek<br>Lisans ve<br>üzeri | 9   | 111,00 |
| Toplam                       | 200 |        |

Tablodan anlaşılacağı gibi, demokratik tutum-anne alt boyutunun sıralamalar ortalamalarının anne eğitim değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda anne eğitim gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $\chi^2=8.825$ ;  $sd=5$ ;  $p>05$ ).

Tablodan anlaşılacağı gibi, otoriter tutum-anne alt boyutunun sıralamalar ortalamalarının anne eğitim değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda anne eğitim gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $\chi^2=5.618$ ;  $sd=5$ ;  $p>05$ ).

Anlamlı farklılığın olmamasının sebebi, okur-yazar kişi sayısı ile üniversite mezunu kişi sayısının homojen dağılıma sahip olmaması gösterilebilir.

**Tablo 5.8** Örneklem Grubunun Baba Eğitim Değişkenine Göre Algılanan Anne Baba Tutumları –Baba Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

| Baba Eğitim                  |                              | n   | S.O    | X2    | Sd. | p     |
|------------------------------|------------------------------|-----|--------|-------|-----|-------|
| <b>Demokratik Tutum-Baba</b> | İlkokul<br>Mezunu            | 23  | 108,43 | 8,571 | 4   | 0,073 |
|                              | Ortaokul<br>Mezunu           | 16  | 85,72  |       |     |       |
|                              | Lise<br>Mezunu               | 38  | 84,07  |       |     |       |
|                              | Üniversite<br>Mezunu         | 90  | 110,67 |       |     |       |
|                              | Yüksek<br>Lisans ve<br>üzeri | 33  | 93,32  |       |     |       |
|                              | Toplam                       | 200 |        |       |     |       |
| <b>Otoriter Tutum-Baba</b>   | İlkokul<br>Mezunu            | 23  | 111,11 | 5,005 | 4   | 0,287 |

|                              |     |        |
|------------------------------|-----|--------|
| Ortaokul<br>Mezunu           | 16  | 121,31 |
| Lise<br>Mezunu               | 38  | 105,29 |
| Üniversite<br>Mezunu         | 90  | 92,36  |
| Yüksek<br>Lisans ve<br>üzeri | 33  | 99,71  |
| Toplam                       | 200 |        |

Tablodan anlaşılacağı gibi, demokratik tutum-baba alt boyutunun sıralamalar ortalamalarının baba eğitim değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda baba eğitim gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $\chi^2=8.571$ ;  $sd=5$ ;  $p>05$ ).

Tablodan anlaşılacağı gibi, otoriter tutum-baba alt boyutunun sıralamalar ortalamalarının baba eğitim değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda baba eğitim gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $\chi^2=5.005$ ;  $sd=5$ ;  $p>05$ ).

Anlamlı farklılığın olmamasının sebebi, ortaokul mezunu kişi sayısı ile üniversite mezunu kişi sayısının homojen dağılıma sahip olmaması gösterilebilir.

**Tablo 5.9** Örneklem Grubunun Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

| Ekonomik Düzey                             |        | n   | S.O    | X2    | Sd. | p     |
|--|--------|-----|--------|-------|-----|-------|
| <b>Çocuklarda Sınav<br/>Kaygısı Ölçeği</b> | Düşük  | 19  | 115,39 | 8,820 | 2   | 0,012 |
|  | Orta   | 142 | 105,06 |       |     |       |
|  | Yüksek | 39  | 76,63  |       |     |       |
|  | Toplam | 200 |        |       |     |       |

Tablodan anlaşılacağı gibi, çocuklarda sınav kaygısı ölçeği sıralamalar ortalamasının gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda gelir düzeyi gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı

bulunmuştur ( $\chi^2=8,820$ ;  $sd=2$ ;  $p<0,05$ ). Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniklerine geçilmiştir. Bu amaçla kullanılan özel bir test tekniği bulunmadığından ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Mann Whitney-U uygulanmıştır. Analizlerin sonucunda farklılığın düşük geliri olan grupla yüksek geliri olan grup arasında düşük geliri olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=229,00$ ;  $z=-2,355$ ,  $p<0,05$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın orta geliri olan grupla yüksek geliri olan grup arasında orta geliri olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=1979,50$ ;  $z=-2,730$ ,  $p<0,01$ ).

**Tablo 5.10** Örneklem Grubunun Anne Eğitim Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan

Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

| Anne Eğitim                     |                        | n   | S.O    | X2     | Sd. | p     |
|---------------------------------|------------------------|-----|--------|--------|-----|-------|
| Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği | Okur-yazar             | 6   | 126,83 | 12,457 | 5   | 0,029 |
|                                 | İlkokul Mezunu         | 18  | 123,92 |        |     |       |
|                                 | Ortaokul Mezunu        | 35  | 118,50 |        |     |       |
|                                 | Lise Mezunu            | 37  | 101,50 |        |     |       |
|                                 | Üniversite Mezunu      | 95  | 89,55  |        |     |       |
|                                 | Yüksek Lisans ve üzeri | 9   | 77,61  |        |     |       |
|                                 | Toplam                 | 200 |        |        |     |       |

Tablodan anlaşılacağı gibi, çocuklarda sınav kaygısı ölçeği sıralamalar ortalamasının anne eğitim değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda anne eğitim gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $\chi^2=8,820$ ;  $sd=5$ ;  $p<0,05$ ). Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniklerine geçilmiştir. Bu amaçla kullanılan özel bir test tekniği bulunmadığından ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Mann Whitney-U uygulanmıştır. Analizlerin sonucunda farklılığın ilkökul mezunu olan grupla lise mezunu olan grup arasında ilkökul mezunu olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=202,00$ ;  $z=-2,371$ ,  $p<0,05$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın ilkökul mezunu olan grupla yüksek lisans ve üzeri mezunu olan grup arasında ilkökul

mezunu olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=33.50$ ;  $z=-2.497$ , $p<0.05$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın ortaokul mezunu olan grupla üniversite mezunu olan grup arasında ortaokul mezunu olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=112.00$ ;  $z=-1.346$ , $p<0.01$ ).

**Tablo 5.11** Örneklem Grubunun Baba Eğitim Değişkenine Göre Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

| Baba Eğitim                     |                        | n   | S.O    | X2     | Sd. | p     |
|---------------------------------|------------------------|-----|--------|--------|-----|-------|
| Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği | İlkokul Mezunu         | 23  | 121,98 | 10,385 | 4   | 0,034 |
|                                 | Ortaokul Mezunu        | 16  | 129,78 |        |     |       |
|                                 | Lise Mezunu            | 38  | 104,00 |        |     |       |
|                                 | Üniversite Mezunu      | 90  | 92,02  |        |     |       |
|                                 | Yüksek Lisans ve üzeri | 33  | 90,44  |        |     |       |
|                                 | Toplam                 | 200 |        |        |     |       |

Tablodan anlaşılacağı gibi, çocuklarda sınav kaygısı ölçeği sıralamalar ortalamasının anne eğitim değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda anne eğitim gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $x^2=10,385$ ;  $sd=4$ ;  $p<0.05$ ). Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniklerine geçilmiştir. Bu amaçla kullanılan özel bir test tekniği bulunmadığından ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Mann Whitney-U uygulanmıştır. Analizlerin sonucunda farklılığın ilkokul mezunu olan grupla lise mezunu olan grup arasında ilkokul mezunu olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=273.50$ ;  $z=-2.449$ , $p<0.05$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın ilkokul mezunu olan grupla yüksek lisans ve üzeri mezunu olan grup arasında ilkokul mezunu olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=229.00$ ;  $z=-2.525$ , $p<0.05$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın ortaokul mezunu olan grupla üniversite mezunu olan grup arasında ortaokul mezunu olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=462.00$ ;  $z=-2.285$ , $p<0.05$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın yüksek lisans ve

üzeri olan grupla lise mezunu olan grup arasında yüksek lisans ve üzeri olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir (U=452.50; z=-2.018,p<0.05).

**Tablo 5.12.** Örneklem Grubunun Yaş Değişkenine Göre Algılanan Anne Baba Tutumları –Anne Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları İle Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan Çoklu Gruplar Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Test Sonuçları

|   |        | n   | S.O    | X <sup>2</sup> | Sd. | p     |
|---|--------|-----|--------|----------------|-----|-------|
| <b>Algılanan Anne-Baba Tutumları-Anne</b> | 12 Yaş | 44  | 120,83 | 11,384         | 3   | 0,010 |
|   | 13 Yaş | 34  | 106,24 |                |     |       |
|   | 14 Yaş | 58  | 97,96  |                |     |       |
|   | 15 Yaş | 64  | 85,78  |                |     |       |
|   | Total  | 200 |        |                |     |       |
| <b>Demokratik Tutum-Anne</b>              | 12 Yaş | 44  | 131,52 | 34,018         | 3   | 0,000 |
|   | 13 Yaş | 34  | 113,03 |                |     |       |
|   | 14 Yaş | 58  | 102,29 |                |     |       |
|   | 15 Yaş | 64  | 70,89  |                |     |       |
|   | Total  | 200 |        |                |     |       |
| <b>Otoriter Tutum-Anne</b>                | 12 Yaş | 44  | 73,61  | 33,987         | 3   | 0,000 |
|   | 13 Yaş | 34  | 85,91  |                |     |       |
|   | 14 Yaş | 58  | 95,22  |                |     |       |
|   | 15 Yaş | 64  | 131,52 |                |     |       |
|   | Total  | 200 |        |                |     |       |

Tablodan anlaşılacağı gibi, anne tutumları ölçeğinin sıralamalar ortalamasının yaş değişkenine yaş gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur Bu işlemin ardından Farklılığın 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir Farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 12 yaş olan grup tarafından gerçekleştiği belirlenmiştir Farklılığın 14 yaşında olan grupla 15 yaşında olan grup arasında 14 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği

Tablodan anlaşılacağı gibi, demokratik tutum-anne alt boyutu sıralamalar ortalamasının yaş değişkenine göre yaş gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Farklılığın 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 12 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Farklılığın 13 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 13 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir.



Tablodan anlaşılacağı gibi, otoriter tutum-anne alt boyutu sıralamalar ortalamasının yaş değişkenine göre yaş gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Farklılığın 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 14 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir Farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Farklılığın 13yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir Farklılığın 14 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir.

**Tablo 5.13.** Örneklem Grubundaki Yaş Farklılıklarına Göre Algılanan Anne Baba Tutumları –Baba Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları İle Farkı Test Edebilmek İçin Yapılan Çoklu Gruplar Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Test Sonuçları

|                              |        | <b>n</b> | <b>S.O</b> | <b>X<sup>2</sup></b> | <b>Sd.</b> | <b>p</b> |
|------------------------------|--------|----------|------------|----------------------|------------|----------|
| <b>Baba Tutumları</b>        | 12 Yaş | 44       | 81,85      | 12,174               | 3          | 0,007    |
|                              | 13 Yaş | 34       | 95,35      |                      |            |          |
|                              | 14 Yaş | 58       | 98,70      |                      |            |          |
|                              | 15 Yaş | 64       | 117,69     |                      |            |          |
|                              | Total  | 200      |            |                      |            |          |
| <b>Demokratik Tutum-Baba</b> | 12 Yaş | 44       | 126,59     | 34,032               | 3          | 0,000    |
|                              | 13 Yaş | 34       | 114,91     |                      |            |          |
|                              | 14 Yaş | 58       | 106,36     |                      |            |          |
|                              | 15 Yaş | 64       | 69,59      |                      |            |          |
|                              | Total  | 200      |            |                      |            |          |
| <b>Otoriter Tutum-Baba</b>   | 12 Yaş | 44       | 76,66      | 33,987               | 3          | 0,000    |
|                              | 13 Yaş | 34       | 87,92      |                      |            |          |
|                              | 14 Yaş | 58       | 99,21      |                      |            |          |
|                              | 15 Yaş | 64       | 121,52     |                      |            |          |
|                              | Total  | 200      |            |                      |            |          |

Tablodan anlaşılacağı gibi, baba tutumları ölçeğinin sıralamalar ortalamasının yaş değişkenine göre yaş gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir Farklılığın 14 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir

Tablodan anlaşılacağı gibi, demokratik tutum-baba alt boyutu sıralamalar ortalamasının yaş değişkenine göre yaş gruplarının sıralamalar ortalamaları

arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Farklılığın 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 12 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Farklılığın 13 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 13 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Farklılığın 14 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 14 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir .

Tablodan anlaşılacağı gibi, otoriter tutum-baba alt boyutu sıralamalar ortalamasının yaş değişkenine göre yaş gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Farklılığın 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 14 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Farklılığın 13 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Farklılığın 14 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir.

**Tablo 5.14.** Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği ile Ergenlerde Algılanan Anne-Baba Tutumları Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

| <b>Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği</b> |   |         |
|--|---|---------|
| <b>Otoriter Tutum</b>                  | r | ,708**  |
|  | p | 0       |
|  | N | 200     |
| <b>Demokratik tutum</b>                | r | -,656** |
|  | p | 0       |
|  | N | 200     |

\*\*p<.01,\*p<.05

Tabloda görüldüğü üzere Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği ile Algılanan Anne-Baba Tutumları Ölçeği ve Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Spearman Korelasyon analizi sonucunda;

Otoriter tutum alt boyutu toplam puanı ile Çocuklarda Sınav Kaygısı Ölçeği puanı arasında pozitif yönde Yüksek düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur (r= .708, p<.01). Otoriter tutum puanları arttıkça, Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği puanları artmaktadır.

Demokratik tutum alt boyutu toplam puanı ile algılanan demokratik tutum alt boyutu puanı arasında negatif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.656$ ,  $p<.01$ ). Demokratik tutum puanları artıkça, Çocuklarda sınav kaygısı ölçeğ puanları azalmaktadır.

**Tablo 5.15.** Algılanan Anne-Baba Tutumlarının Çocuklarda Sınav Kaygısına Etkisi

|                                      | Standart  |         |        |         |       |         |         |
|--------------------------------------|-----------|---------|--------|---------|-------|---------|---------|
|                                      | B         | Hata    | Beta   | t       | P     | İkili r | Kısmi r |
| 1 (Sabit)                            | 2,461     | 0,425   |        | 5,792   | 0,000 |         |         |
| <b>Algılanan Anne-Baba Tutumları</b> |           |         |        |         |       |         |         |
| <b>Otoriter tutum</b>                | 2,442     | 1,139   | 0,067  | 2,144   | 0,033 | 0,151   | 0,047   |
| <b>Demokratik tutum</b>              | 0,010     | 0,298   | 0,003  | 0,033   | 0,974 | 0,002   | 0,001   |
|                                      | -2,604    | 0,234   | -0,947 | -11,120 | 0,000 | -0,622  | -0,244  |
|                                      | R=.952    | R2=.905 |        |         |       |         |         |
|                                      | F=625.783 | p=.000  |        |         |       |         |         |

Tabloda görüldüğü üzere algılanan anne-baba tutumları ölçeğinin alt boyutu olan otoriter tutum, demokratik tutum puanlarının sürekli kaygıyı anlamlı düzeyde etkilediği görülmektedir ( $R=0.952$ ,  $R^2=.905$ ,  $p<.000$ ). Adı geçen değişkenler birlikte çocuklar için kaygının toplam varyansın yaklaşık %91'ini açıklamaktadır. ( $\beta$ ) göre, etkileyen değişkenlerin çocuklarda sınav kaygısı üzerindeki önem sırası otoriter tutum, algılanan anne-baba tutumlarıdır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde ise otoriter tutum boyutunun çocuklarda sınav kaygısı üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmektedir. Demokratik tutum boyutunun önemli bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür.

## ALTINCI BÖLÜM

### TARTIŞMA VE YORUM

Çocuklarda sınav kaygısı ile algılanan anne-baba tutumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği puanları arttıkça, algılanan anne-baba tutumları ölçeğinin de puanları artmaktadır. Çocuklarda sınav kaygısı ile algılanan otoriter tutum alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği puanları arttıkça, otoriter tutum alt boyutu puanları artmaktadır. Çocuklarda sınav kaygısı ile algılanan demokratik tutum alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Çocuklarda sınav kaygısı ölçeği puanları arttıkça, demokratik tutum alt boyutu puanları azalmaktadır. Otoriter tutumda anne babalar çocukları üzerinde net ve bazı durumlarda ağır baskılar kurabilmektedirler. Bu durumda çocuklar hissettikleri baskıdan dolayı kaygı seviyelerinin artabileceğini düşünebiliriz.

Alanla ilgili yapılan çalışmalarda Duman'ın yaptığı araştırmada ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin durumluk sürekli kaygı düzeyleri ile sınav kaygısı düzeyleri ve ana baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını gözlemlemektedir. İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin durumluk sürekli kaygı düzeyleri ile sınav kaygısı düzeyleri ve ana – baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.<sup>138</sup> Bu araştırma sonuçları bizim yaptığımız çalışmamız ile benzerlik göstermektedir. Çalışmalarda sınav kaygısı ile anne baba tutumları arasında gözle görülür bir farklılık olduğunu söyleyebiliriz. Başol ve Zabun yaptıkları araştırmada ortaokul sekizinci sınıf öğrencilerinin anne baba tutumları ile sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bu araştırmalardan elde edilen bulgulara göre Mükemmeliyetçilik alt boyutu ve sınav kaygısı arasında negatif, sorumluluk merkezli ana-baba tutumu ise pozitif yordayıcılar oldukları görülmektedir.<sup>139</sup>Yapılan bu çalışma sonucuna göre mükemmeliyetçilik ve sorumluluk alt boyutlarının sınav kaygısıyla ilişkili olduğu görülmekte ve sonuç olarak çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Gökçedağ lise öğrencilerinde okul başarısı, kaygı düzeyi ve anne baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştır sonucunda elde edilen bulgulara göre otoriter anne-baba çocuklarının kendilerine güvenlerinin ve okul başarılarının düşük

---

<sup>138</sup>Gül Keziban Duman, *İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin durumluk sürekli kaygı düzeyleri ile sınav kaygısı düzeyleri ve ana-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, 2008, s.1 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>139</sup>Gülşah Başol ve Engin Zabun, *Seviye belirleme sınavında başarının yordayıcılarının incelenmesi: Dershaneye gitme, mükemmeliyetçilik, ana-baba tutumu ve sınav kaygısı*, Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi, 14(1), 2014, s.63-87.

olduğu gözlemlenmektedir. Ancak genel kaygı ve sınav kaygısı düzeylerinin yüksek olduğunu belirtmiştir.<sup>140</sup>

Hanımoğlu çalışmasında ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin mükemmeliyetçi kişilik özelliklerine sahip olduğunda anne-baba tutumlarının çocuktaki sınav kaygısını yordayıp yordamadığını incelemeyi amaçlanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre olumlu mükemmeliyetçiliğin, olumsuz mükemmeliyetçiliğin ve anneden algılanan kabul ve ilginin sınav kaygısı ölçeğinden elde edilen toplam puanlarından yola çıkılarak yordayıcıları oldukları görülmüştür. Öğrencilerin olumlu mükemmeliyetçilik ve anneden algılanan kabul/ilgi düzeylerinin yüksek olması sonucunda sınav kaygısı toplam puanlarının düştüğü; olumsuz mükemmeliyetçilik puanları arttıkça sınav kaygısı toplam puanlarının yüksek çıktığı görülmektedir.<sup>141</sup>

Kozacıoğlu ilköğretime devam eden farklı sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencileri denek yaparak kaygı seviyesi ile anne-babaların çocuk yetiştirme ve aile tutumu arasındaki ilişkiyi karşılaştırmış ve farklı sosyo-ekonomik düzeyi temsil eden 150 öğrenci üzerinde araştırma yapılmıştır. Burada amaç sosyo ekonomik düzey ile kaygı düzeyinin anne baba tutumuna göre ilişkisini anlamaktır. Araştırmanın sonuçlarına göre; öğrenci grupları arasında kaygı puanları ortalamalarında önemli farklar olmasına karşın, düşük sosyo-ekonomik düzeyi olan öğrencilerde sürekli kaygı puanları diğerlerinden daha yüksek olma eğilimi göstermiştir.<sup>142</sup>

Kısa dershaneye devam eden lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygılarıyla anne-baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonucunda öğrencilerde görülen sınav kaygılarının düşük veya yüksek olması ile anne-baba tutumlarının demokratik veya otoriter olması arasında eş değer bir ilişki göstermemiştir.<sup>143</sup>

---

<sup>140</sup> Sevda Gökçedağ, *Lise öğrencilerini okul başarısı ve kaygı düzeyi üzerinde anne-baba tutumlarının etkilerinin belirlenip karşılaştırılması*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, İzmir, s.46-71 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>141</sup> Egemen Hanımoğlu, *Seviye Belirleme Sınavına Girecek Olan İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinde Sınav Kaygısı, Mükemmeliyetçilik Ve Anne-Baba Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana, s.46-62 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>142</sup> Gülsen Kozacıoğlu, *Çocukların Anksiyete Düzeyleri İle Annelerin Tutumları Arasındaki İlişki*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 1986, s.51-76 (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

<sup>143</sup> Seçer Seçkin Kısa, *İzmir İl Merkezinde Dershaneye Devam Eden Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygılarıyla Anne-baba Tutumları Arasındaki İlişki*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmet Anabilim Dalı, İzmir, 1996, s.40-78 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

Kaya ise anne-babaların çocuklarına yönelik davranışlarını ve çocuklarının sınav kaygısı üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, anne babalara yönelik yapılan grup rehberliğinin anne-babalarının çocuklarına yönelik davranışlarında olumlu yönde değişim sağladığı gözlenmiştir. Ancak bu olumlu davranış değişimine rağmen, anne babaya yönelik grup rehberliği çocukların sınav kaygı düzeylerinin azalmasında etkili olmadığı gözlenmiştir.<sup>144</sup>

Mulvenon ve arkadaşları öğrencilerde görülen sınav kaygılarının anne-babaların sınava ilişkin baskılarının, okul ortamının, iyi bir derece beklentisinin akademik başarı düzeyi üzerindeki etkisini inceledikleri araştırmanın sonucunda; akademik başarı üzerinde öğrencinin en iyi olma beklentisi ve anne-babanın sınava ilişkin baskısının etkili olduğu bulunmuştur.<sup>145</sup>

Aslan anne-baba tutumu, ders çalışma becerileri, sınav kaygısı, annebaba öğrenim düzeyi, sosyo-ekonomik düzey, anaokuluna gitme veya gitmeme değişkenlerinin ilköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin Liselere Giriş Sınavı puanlarını etkileyip etkilemediğini bir ortaokulda öğrenim gören 207 sekizinci sınıf öğrencisi üzerinde araştırmıştır. Araştırma sonucunda; anne-baba tutumunun LGS puanlarını negatif yönde etkilediğini ancak ders çalışma becerileri, sınav kaygısı, anne babanın öğrenim düzeyi, sosyoekonomik düzey anaokuluna gidip gitmeme değişkenlerinin LGS puanlarını etkilemediği kanısına varmıştır.<sup>146</sup>

Kayapınar çalışmasında ortaöğretim kurumlarının yaptığı öğrenci seçme ve yerleştirme sınavı (oks)'na hazırlanan ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin kaygı düzeylerinin ne derece olduğunu incelenmesini amaçlamıştır. Araştırma sonucunda anne baba tutumunun sınav kaygısı üzerinde etkili olduğu gözlemlenmektedir.<sup>147</sup>

Yapılan bu araştırmalar çalışmamızı destekler niteliktedir. Farklı örneklem grupları, zaman ve okullarda yapılmış olsa da anne baba tutumlarının sınav kaygısı üzerinde etkili olduğu görülmektedir.

---

<sup>144</sup> Alim Kaya, **Grup Rehberliğinin Anne Babaların Çocuklarına Yönelik Davranışları ve Çocukların Sınav Kaygısı Düzeylerine Etkisi**, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, Ankara, 1997, s.91-103 (Yayımlanmamış Doktora Tezi).

<sup>145</sup> Sean Mulvenon vd., **Test anxiety: A multifaceted study on the perceptions of teachers, principals, counselors, students, and parents**, International Journal of Testing, 5(1), 2005, s.37-61.

<sup>146</sup> Serpil Azazi Aslan, **Ergenlerde Anne-baba Tutumu, Sınav Kaygısı, Ders Çalışma Becerilerinin Lise Giriş Sınavını Yordama Düzeyleri**, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Mersin, 2005, s.63-66 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>147</sup> Ersah Kayapınar, **Ortaöğretim kurumları öğrenci seçme ve yerleştirme sınavı (OKS)'na hazırlanan ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin kaygı düzeylerinin incelenmesi (Afyonkarahisar İli Örneği)**, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı, Afyon, 2006, s.55-70 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Örnekleme grubunun demokratik tutum-anne alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında gözle görülür bir farklılık olduğu saptanmıştır. Demokratik tutum erkeklerde daha yüksek çıkmıştır. Geçmişten günümüze kadar kadınlar üzerindeki toplumsal cinsiyet rollerini her yaşta görebiliriz. Özellikle ergenlik çağındaki kızlara anne baba tutumlarının cinsiyet rollerinin etkisiyle şekillendiğini düşünebiliriz. Erkek çocukların kız çocuklarına oranla daha serbest ve daha fazla söz hakkına sahip iken kız çocukların buldukları şartları ve koşulları daha kabullenici olması beklendiğini söyleyebiliriz. Bundan dolayı anne ve babaların erkek çocukları üzerinde daha ayırıcı bir olduklarını düşünebiliriz. Alanla ilgili yapılan çalışmada çocuğun cinsiyeti ile anne babanın yaşları ve eğitim seviyelerinin, anne baba yaklaşımında bir farklılık yarattığını bulmuştur.<sup>148</sup>

Yapılan bir diğer araştırmada 15 – 16 yaş ergenler bireylerin ebeveyn tutumunu etkileyen faktörler incelenmiştir. Yapılan araştırmadan elde edilen bulgulara göre kız ve erkeklere farklı bakış açısı ile bakan ebeveynin baba olduğu sonucu ile karşılaşılmaktadır.<sup>149</sup>

Örnekleme grubuna göre en çok göze çarpan, çocuklarda sınav kaygısı ölçeği ile cinsiyet değişkeni arasında farklılıktır. Sınav kaygısı kızlarda daha yüksek çıkmıştır. Toplumumuzda kız çocukların okuma oranı son yıllarda artış göstermektedir. Kız çocukların okumaması gerektiği düşüncesi günümüzde bile kendini göstermektedir. Kadınların bu durumdan etkilendiği ve kendini daha çok gösterebilmek için daha fazla çaba içerisinde olabileceklerini düşünebiliriz. Kendilerini akademik alanda daha çok gösterme ve kendini ispatlama isteği kişilerde sınav kaygısının oluşmasında önemli bir etken olduğunu düşünebiliriz.

Erözkan yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin öğrenim süreleri boyunca girdikleri sınavlarda sınav kaygıları ve başa çıkma davranışlarını cinsiyetlerine, sınıf düzeylerine, bölümleri ve nerede öğrenim gördüklerini karşılaştırmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre sınav kaygısında görülen "kuruntulu" tutumlar üzerinde cinsiyetler ve sınıf düzeyleri etki etmekte. Ayrıca "duyuşsallık" tutumları üzerinde bölümler ve öğrenim görülmektedir. Stresle başa çıkma tutumlarına ilişkin "dış yardım arama" ve "kaçma/duygusal-eylemsel" boyutları

---

<sup>148</sup> Şebnem Yücedağ, *Ergenlik Dönemi Problemleri İle Anne – Baba Tutumları Arasındaki İlişki*, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, s.19 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>149</sup> Haluk Yavuzer, *Aile ve Çocuk*, Ak Yayınları, 5. Basım, İstanbul, 1986, s.69.

üzerinde cinsiyetler ve sınıf düzeyleri, "aktif planlama" boyutu üzerinde ise öğrenim görülmekte olan yer ve bölümler arasında farklılığa rastlanmıştır.<sup>150</sup>

Guida ve Ludlow'un yaptığı çalışmalarda ise kızların erkeklere göre daha fazla sınav kaygısı yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır.<sup>151</sup>

Yapılan çalışmalar araştırmamızı destekler niteliktedir. Yapılan araştırmalar göstermektedir ki sınav kaygısı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

Çocuklarda sınav kaygısı ile yaş arasında bir farklılık olduğu kanısına varılmıştır. Sonuçlarımıza göre yaş ilerledikçe sınav kaygısının arttığı görülmektedir. Günümüzde lise ve üniversiteye giriş sınavları sınav kaygısını tetikleyen en önemli faktörlerden biri olduğunu söyleyebiliriz. Özellikle liseye girmek iyi bir gelecek planının temelini oluşturduğundan dolayı büyük yaş grubu bu durumdan etkilenip daha fazla sınav kaygısı yaşayabilirler. Aral ve Başar yaptıkları çalışmada kaygıyı etkileyen sosyo demografik değişkenleri araştırmışlardır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre yaş, cinsiyet gibi değişkenlerin kaygı üzerinde etkisi olmadığı görülmektedir.<sup>152</sup>

Yapılan bu araştırma sonucu bizim bulgularımızla ters düşmektedir. Bu sonucun çıkmasında örneklem farklılığı ve örneklem büyüklüğünün etkili olduğunu düşünebiliriz.

Kayapınar çalışmasında ortaöğretim kurumları öğrenci seçme ve yerleştirme sınavı (oks)'na hazırlanan sekizinci sınıf öğrencilerinin kaygı düzeylerini araştırmıştır. Araştırma sonucunda yaş ile kaygının birbirlerini etkilemedikleri görülmektedir.<sup>153</sup>

Serin ve Öztürk yaptıkları çalışmada anne-babası boşanmış olan 9–13 yaşlarındaki çocuklar ile aynı yaş grubundaki anne-babası boşanmamış çocukların kendiliği ve kaygı düzeylerini araştırmışlardır. Araştırmadan elde edilen bulgulara

---

<sup>150</sup>Atılğan Erözkan, *Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları*, Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi, 1(12), 2011, s-14-35.

<sup>151</sup>Frank Guida ve Larry H. Ludlow, *A cross-cultural study of test anxiety*, Journal of Cross-Cultural Psychology, 20(2), 1989, s.178-190.

<sup>152</sup> Neriman Aral ve Başar, F., *Anadolu liseleri sınavına hazırlanan ve hazırlanmayan çocukların kaygı düzeylerinin incelenmesi*, IX. Ulusal Psikoloji Kongresi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul, 2001.

<sup>153</sup>Kayapınar, a.g.e., s.70



göre 11 yaş kaygının en çok görüldüğü gruptur. 9 yaş ise en düşük kaygı ortalamasına sahip yaş grubudur.<sup>154</sup>

Anne tutumları ile yaş arasında değişkenlikler gözlemlenmiştir. Bu değişkenliklerin sonucunda farklılığın 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Fakat 12 yaşındaki grupla 15 yaş olan grup arasında 12 yaş olan gruptan yana bir farklılığın olduğu belirlenmiştir. Demokratik tutum gösteren anne ile yaş arasındaki farklılığa baktığımızda, 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği görülmüştür. Fakat 12 yaşında olan grupla 15 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği gözlemlenmektedir. Otoriter tutumda olan anne alt boyutu ile yaş arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Farklılığın 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 14 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Bu Farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir.

Baba tutumları ile yaş grupları arasındaki farklılığı incelediğimizde; Farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Ancak 14 yaşında olan grupla 15 yaşında olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana bir farklılık olduğu gözlemlenmektedir. Demokratik tutumda baba alt boyutu ile yaş arasında da farklılık bulunmuştur. Farklılığın 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir. Fakat 12 yaşında olan grupla 15 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan gruptan yana farklılık gözlemlenmektedir. Otoriter tutum baba alt boyutu ile yaş arasındaki araştırmaya göre; gözlemlenen farklılığın 12 yaşında olan grupla 14 yaşında olan grup arasında 14 yaşında olan gruptan yana gerçekleşmektedir. Analizlerin sonucunda ise bu farklılığın 12 yaş olan grupla 15 yaş olan grup arasında 15 yaş olan gruptan yana gerçekleştiği belirlenmiştir.

Tuzgöl yaptığı çalışmada anne baba tutumları farklı liselerdeki öğrencilerde yaptığı araştırmada öğrencilerdeki saldırganlık düzeylerinin hangi değişkenlerden

---

<sup>154</sup>Bulut Serin ve Sevdâ Öztürk, *Anne-Babası Boşanmış 9-13 Yaşlarındaki Çocuklar İle Aynı Yaş Grubundaki Anne-Babası Boşanmamış Çocukların Benlik Saygısı Ve Kaygı Düzeyleri*, Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(2), 2007, s.117-128.

etkilendiğini incelemiştir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre anne baba tutumları ile yaş arasında anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir.<sup>155</sup>

Yapılan bu araştırma sonucu bizim bulgularımızla ters düşmektedir. Bu sonucun çıkmasında katılımcıların yaşlarının yakın olması, örneklem farklılığı ve örneklem büyüklüğünün etkili olduğunu düşünebiliriz.

İnci ve Deniz yaptığı çalışmalarının amacında baba tutumları ile çocuğun yaşı, cinsiyeti, doğum sırası ve kaç kardeş olduğunun nasıl bir değişkenlik gösterdiğini incelemektedir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre babanın gösterdiği tutum çocuğun yaşına, cinsiyetine, doğum sırası ve kardeş sayısına göre herhangi bir farklılık göstermediği gözlemlenmektedir.<sup>156</sup>

Yapılan bu çalışma araştırmamızın sonucu ile örtüşmemektedir. Bu sonucun çıkmasında çalışmanın yapıldığı zaman, yer, şartlar ve koşulların farklılığının etkili olduğunu düşünebiliriz.

Şendoğdu ise, anaokuluna devam eden 5–6 yaş grubu çocukların anne babalarını nasıl algıladıkları ile anne babaların kendi tutumlarını nasıl algıladıkları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmada çocuğun yaşının anne baba tutumlarını algılayışlarında etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır.<sup>157</sup>

Yapılan araştırmalara göre anne baba tutumlarının yaş ile bağlantılı olduğu görülüp çalışmamızla benzer sonuçlar göstermektedir.

---

<sup>155</sup>Meliha Tuzgöl, *Ana-baba tutumları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(14), 2016, s.39-48

<sup>156</sup>Mehmet Akif İnci ve Ümit Deniz, *Baba tutumları ile çocuğun yaşı, cinsiyeti, doğum sırası ve kardeş sayısı değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi, 7(2), 2015, s.6.

<sup>157</sup>Mine Şendoğdu., *Anaokuluna Devam Eden 5–6 Yaş Çocuklarının Anne-Babalarını Algılamaları İle Anne Babaların Kendi Tutumlarını Algılamaları Arasındaki İlişki*, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2000, s.41-57 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

## SONUÇ

Ebeveyn davranış ve tutumlarını iki başlık altında toplayabiliriz: Bunlar duygusal ilişki boyutu ve kontrol boyutudur. Duygusal ilişki boyutu ele alındığında, bu durumun çocuğun odak noktası olan onaylayıcı davranıştan, kabul edici olmayan davranışa kadar uzanır ve kendi içerisinde bir değişiklik gösterdiği görülmektedir. Kontrol boyutunda ise, sınırlayıcı davranıştan hoşgörülü davranışa kadar ele alınabilir. Ailenin içinde bulunduğu toplumu yansıttığını ve bireyin hayata bakış açısının ilk olarak ailede şekillendiğini unutmamamız gerekir. Bu aşamada daha sonra çevreden etkilenecek devam etmektedir.

Sınav kaygısı, sınav öncesinde öğrencinin öğrendiği bilgiyi sınav sırasında aktaramaması ve öğrencinin başarısını etkili bir şekilde kullanamadığı yoğun olarak yaşanan kaygı durumudur.

Örneklem grubundaki çocuklarda sınav kaygısı ölçeği ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlemlenmektedir. Sınav kaygısı kızlarda daha yüksek çıkmıştır. Örneklem grubunun demokratik tutum-anne alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında bir farklılığa sebep olduğu saptanmıştır. Demokratik tutum erkeklerde daha yüksek çıkmıştır.

Anne tutumları ile yaş arasında farklılıklar gözlemlenmektedir. Yapılan bu analizdeki farklılıklar sonucunda 12 yaşında olan grupta 14 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan grupta daha yüksek çıktığı belirlenmiştir. Fakat 12 yaşında olan grup ile 15 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan grupta yüksek çıktığı gözlemlenmektedir. Farklılığın 12 yaşında olan grupta 14 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan grupta yüksek çıktığı tespit edilmektedir. Ancak 12 yaşında olan grup ile 15 yaş olan gruba baktığımızda 12 yaşında olan grupta yüksek çıktığı belirlenmiştir. Otoriter tutum sergileyen anne alt boyutu ile yaş incelendiğinde; analizlerin sonucunda görülen farklılığın 12 yaşında olan grupta 14 yaşında olan grup arasında 14 yaşında olan grupta yüksek çıktığı kanısına varılmıştır. Fakat bu farklılık 12 yaşında olan grupta 15 yaşında olan grup arasında 15 yaşında olan grupta daha yüksek çıktığı gözlemlenmiştir.

Baba tutumları ile yaş arasındaki farklılığa baktığımızda; Yapılan bu araştırmaların sonucunda farklılığın 12 yaşında olan grupta 15 yaşında olan grup arasında 15 yaşında olan gruptan yana yüksek çıktığı belirlenmiştir. Fakat bu farklılığı 14 yaşında olan grupta 15 yaşında olan grup arasında incelediğimizde 15 yaşında olan grupta yüksek çıktığı gözlemlenmiştir. Demokratik tutumda olan baba

alt boyutu ile yaş arasındaki farklılıklar incelendiğinde; analizlerin sonucunda 12 yaşında olan grupta 14 yaşında olan grup arasındaki farklılık 12 yaşında olan grupta daha yüksek çıktığı kanısına varılmaktadır. Fakat 12 yaşında olan grupta 15 yaşında olan grup arasında 12 yaşında olan grupta yüksek çıktığı belirlenmiştir. Otoriter tutumda olan baba ile yaş arasında gözle görülür bir farklılık bulunmuştur. Yapılan analizlerin sonucunda bu farklılığın 12 yaşında olan grupta 14 yaşında olan grup arasında 14 yaşında olan grupta daha yüksek çıktığı gözlemlenirken, 12 yaşında olan grup ile 15 yaşında olan grup arasında 15 yaşında olan grupta daha yüksek çıktığı gözlemlenmektedir.

Algılanan otoriter anne-baba tutumlarıyla çocuklarda sınav kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Algılanan otoriter anne-baba tutumları ölçeği toplam puanı arttıkça, çocuklarda sınav kaygısı ölçeğindeki puanlar da artmaktadır. Yani anne babanın otoriter tutumu artması ile birlikte çocukların sınav kaygısında da artış bulunmaktadır.

Algılanan demokratik anne-baba tutumlarıyla çocuklarda sınav kaygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Algılanan demokratik anne-baba tutumları ölçeği toplam puanı arttıkça, çocuklarda sınav kaygısı ölçeğindeki puanlar azalmaktadır. Yani anne babanın demokratik tutumunun artması ile birlikte çocukların sınav kaygısında azalış bulunmaktadır.

Yine buradaki araştırmanın sonucuna göre, anne babanın eğitim düzeyi arttıkça, sınav kaygısı azalmaktadır. Bu durum anne babanın eğitim düzeyinin artmasıyla birlikte, daha bilinçli davranış sergilemelerinden dolayı çocuklarda kaygıyı azaltıcı etki yaptığı şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmanın bir başka sonucuna göre ise anne babanın maddi gelirinin artması ile birlikte ergenlerde sınav kaygısı azalmaktadır.

Genel olarak araştırmadan elde edilen sonuçlar beklendiği ve daha önce yapılan araştırmalarla tutarlılık göstermektedir. Burada yapılan tez çalışmasında seçilen evren ve örneklemden dolayı kısıtlar bulunmaktadır, genel olarak sonuçlar tartışma ve yorum kısmında da karşılaştırıldığı gibi diğer araştırmalarla benzerlik göstermektedir. Başka araştırmalarda farklı evren ve örneklemlemlerle yine de farklı sonuçlar alınıp alınamayacağı incelenmelidir.

## ÖNERİLER

Belirli miktarda kaygı öğrenci başarısı için uygun olduğu halde aşırı kaygı durumu ve aşırı kaygısızlık olumsuz etki yapmaktadır. Araştırmada da görüldüğü zere, aşırı otoriter, baskıcı aile tutumları kaygıyı arttırıcı etkide bulunduğundan, ailelerin çocuklarına karşı daha demokratik ve hoşgörülü bir tutum içinde olmaları önerilir.

Yine buradaki tez çalışması ortaokul örneğinde yapıldığından başka evren ve örneklerle de test edilmesi uygun olabilir.

Sınav kaygısını azaltmayla ilgili diğer öneriler ise aşağıdaki gibi değerlendirilebilir.

Ailelerin çocuklarına karşı daha gerçekçi beklentilerde bulunması çocukların kendilerine olan saygı ve güvenlerini arttırabilir ve kendi yapabileceklerini önemsemelerini sağlayabilir.

Ebeveynlerin çocukların kıyaslamaktan kaçınmaları onların özellikle sınav kaygısına olumlu etkisi olabilir.

Okullarda öğrencilerin yanlış kıyaslanması da yine sınav kaygısını arttırabilir. Bu yüzden okulda da her öğrencinin özel ve kendine özgü olduğu bilinmeli ve öyle davranılmalıdır.

Öğrencilerin kaygılarını azaltmaları ve onlardan kurtulmaları için kötü çalışma alışkanlıkları bırakarak onun yerine zamanında ve kendisine uygun bir programla çalışmaları gerekir.

Sınav kaygısıyla başa çıkmak için yine öğrencinin görev ve sorumlulukları ertelemekten zamanında yerine getirme alışkanlığı edinmeli. Bu görev ve sorumlulukları erteleyip son ana bırakmadan zamanı iyi kullanmaları gerekmektedir.

Aileler ve öğretmenler öğrencinin başarısızlık durumunda karşılaşacağı tepkiden dolayı endişelenmesine sebep olacak davranış ve tutumlardan kaçınmalıdırlar. Öğrenci kendisine dair algının tamamen nota bağlı olduğunu düşündükçe kaygılanmaya başlayabilir dolayısıyla yanlış değerlendirmelerden de kaçınılmalıdır.

Ailelerin ve öğretmenlerin mükemmeliyetçi yaklaşımı da yine öğrencide kaygıyı arttırabilir o yüzden bu yaklaşımdan kaçınılmalıdır.

## KAYNAKÇA

### KİTAPLAR

AYDOĞMUŞ Can Kağan, Çocuklarda Uyum ve Davranış Bozuklukları, 9. Baskı, Remzi Kitap Yayıncılık, İstanbul, 2001.

BECK Aarom ve EMERY G.,Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler: Bilişsel Perspektif, Litera Yayıncılık: İstanbul, 2015.

BEE Helen, DENİSE Boyd, Çocuk Gelişim Psikolojisi, 1.baskı, Çev. O. Gündüz, Kaknüs Yayınları, İstanbul 2009.

CÜCELOĞLU Doğan, İnsan ve Davranışı, Sekizinci Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1998.

GANDER Marry, Harry Gardiner, Çocuk ve Ergen Gelişimi, 6.baskı, B. Onur (Ed.), İmge Kitabevi, İstanbul, 2007.

GEÇTAN Engin, Psikanaliz ve Sonrası, 11.baskı, Metis Yayınları, İstanbul, 2005.

JERRY Burger, Kişilik. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006.

JERSİLD Arthur, Çocuk Psikolojisi, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları,1979.

KÖKNEL Özcan, Bağımlılık, Alkol ve Madde Bağımlılığı. Altın Kitabevi Yayınevi: İstanbul, 1998.

KÖKNEL Özcan, Zorlanan İnsan - Kaygı Çağında Stres, Altın Kitaplar, İstanbul 1988.

KULAKSIZOĞLU Adnan, Ergenlik psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul, 6. Basım, 2004.

KURT İhsan, Sorularla Kaygı ve Sınav Kaygısı. Asil Yayın Dağıtım, 2. Baskı, Ankara, 2006.

MYERS Robert, Hayatta Kalan Oniki, Erken Çocukluk Eğitimi Programlarının Güçlendirilmesi, (Çev.:R.Ağış Bakay, E.Ünlü), AÇEV, İstanbul 5(1), 1996.

ÖNER Necla, Sınav Kaygısı Envanteri El Kitabı, Yüksek Öğretimde Rehberliği Tanıtma ve Rehber Yetiştirme Vakfı Yayını, No:1, İstanbul, 1990.

Öner Necla, Sınav Kaygısı Envanteri El Kitabı, Yükseköğretimde Rehberliği Yayıma Vakfı Yayını No:1, İstanbul,1990

ÖZBAY Haluk, Emine Öztürk, Gençlik, İletişim Yayıncılık, İstanbul, 1992.

VURAL, B. Her Öğretmen Bir Rehberdir, İstanbul, Hayat Yayıncılık, 2004.

YAVUZER Haluk, Çocuk Psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2007.

YAVUZER Haluk, Özcan Köknel, Adnan Kulaksızoğlu, Çocuk ve Ergen Eğitiminde Anne Baba Tutumları, 4.basım,Timaş Yayınları, İstanbul 2013..

YÖRÜKOĞLU Atalay, Çocuk Ruh Sağlığı, Özgür Yayınları, Ankara, 2002.

## MAKALELER

ARMAN Ayşe Radopman, Bereket, Abdullah, Ateş, Erhan, Kim Korkar Ergenlikten, İstanbul: Doğan Egmont Yayıncılık ve Yapımcılık Tic. A.Ş., 2011, s.14.

BACANLI Feride ve Mustafa Sürücü, İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygıları ve Karar Verme Stilleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Educational Administration: Theory and Practice Winter 2006.

BAUMRIND Diana, The effects of authority and parental control on child behaviors, Child Development, 37, 1966.

BOYACIOĞLU Nur Elçin, Leyla Küçük, Ergenlikte Mantık Dışı İnançlar Sınav Kaygısını Nasıl Etkiliyor?, Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 2(1), 2011.

Çubukçu, Hatice ve Pınar Sivaslıgil, İNGİLİZCE DERS KİTAPLARINDA CİNSİYETÇİLİK, s.27-30.

DAM Hasan, Öğrencinin Okul Başarısında Aile Faktörü, Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 7(14), 2008.

DERMAN Meral Taner ve Handan Asude Başal, Okulöncesi Çocuklarında Gözlenen Davranış Problemleri ile Ailelerinin Anne-Baba Tutumları Arasındaki İlişki, Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2(1), 2013.

ERBİL Nilüfer, Zeynep Divan, Perihan Önder, Ergenlerin Benlik Saygısına Ailelerinin Tutum ve Davranışlarının Etkisi, Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 10(3), 2006.

ERÖZKAN Atılgan, İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinde Depresyonun Yordayıcıları, İlköğretim Online, 8(2), 2009.

ERÖZKAN Atılgan, Üniversite Öğrencilerinin Sınav Kaygısı Ve Başa çıkma Davranışları, Muğla Üniversitesi SBE Dergisi, 12(1), 2004.

FLANNERY Daniel, Violence and Mental Health in Everyday Life, Lanham, MD, USA: Alta Mira Press, 2006.

HABACI İbrahim, Ortaöğretim 10,11 ve 12. Sınıf Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sınav Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi, Elektronik Eğitim Bilimleri Dergisi, 4(2), 2013.

HANIMOĞLU Egemen ve Banu Yazgan İnanç, Seviye Belirleme Sınavına Girecek Olan İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinde Sınav Kaygısı, Mükemmelliyeçilik Ve Anne Baba TUTUMU Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20(1), 2011.

İSHAK Özkan, Benlik saygısını etkileyen etkenler, Düşünen Adam 7(3), 1994.

JOHN Santrock, Yaşam Boyu Gelişim. Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık, 2011, s.245.

KAPIKIRAN Şahin, Üniversite Öğrencilerinin Sınav Kaygısının Bazı Psiko-Sosyal Değişkenlerle İlişkisi Üzerine Bir İncelemesi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(1), 2002.

Karakaş Ahmet Canan, Paylaşma Tutumlarının Sınav Kaygısı-Gelecek Kaygısı İle İlişkisi (Sakarya örneği)", İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 2(1), 2013.

KAYA Mevlüt ve Varol Kübra, İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği), Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 17; 2004.

KOÇAK Recep ve Rıza Gökler, Varoluşsal yaklaşımda psikolojik danışma ve gruba uygulanışı, Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi, 2(1), 2008, s.91-107.

KORUKLU Nermin, Hatice Öner ve Hasancan Oktaylar, Sınav Kaygısı ile Başa Çıkma Programının Sınav Kaygısına Etkisine Yönelik Deneysel Bir Çalışma, Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 16(1), 2006.

MACCOBY Eleanor, J.A. Martin, Socialization in the Context of Family: Parent Child Interaction, Handbook of Child Psychology: Socialization, Personality and Social Development. New York: Willey. 1983, s.1-101.

MANAV Faruk, Kaygı Kavramı, Toplum Bilgisi Dergisi, 5(9), 2011, s.201-211.

Mavi Adil, Oğuz Saygın, Başarı Rehberi, 10. Basım, Hayat Yayınları, İstanbul, 2004.

NAVARO Leyla, Aşırı Koruyuculuğun Çocuk Eğitimine Etkileri, 6. Ya-pa Okulöncesi Eğitimi ve Yaygınlaştırılması Semineri, Ya-Pa Yayınları, İstanbul, 1989.

NURMİ Jari Erik, H. Pullianiaen, The changing parent-child relationship, self-esteem and intelligence as determinants of orientation to the future during early adolescence, Journal of Adolescence, 14, 1991.

Orhan DERMAN, Ergenlerde Psikososyal Gelişim. İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, 2008, s.19-21.

ÖZKAFACI Aysun Aktaş, Annenin çocuk yetiştirme tutumu ile sosyal beceri düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Arel Üniversitesi, İstanbul. 2012 aktaran; Arzu Özyürek, "Okul Öncesi Çocuğa Sahip Anne-Babalara Yönelik "Çocuk Yetiştirmeye İlişkin Anne-Baba Görüşleri Ölçeği" ve "Anne-Baba Tutum Ölçeği" Geliştirme Çalışması", Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi/International Journal Of Early Childhood Education Studies, 2017.

ÖZTÜRK Orhan ve Uluşahin Aylin, Ruhsal bozukluklarda ilaç sağaltımı, *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları II, Ankara* 891, 2011, s.452.

ÖZYÜREK Arzu, Kemal Demiray, Yurtta ve ailesi yanında kalan ortaöğretim öğrencilerinin kaygı düzeylerinin karşılaştırılması, *Doğuş Üniversitesi Dergisi* 11(2), 2011, s.247-256.



SAYIL Melike, YILMAZ, Ayşen, UÇANOK, Zehra, Ergenliğe Geçişte Bilgilendirmenin Ergenin Bilgi Düzeyi ve Benlik Algısına Etkisi”, Türk Psikoloji Dergisi, 17 (50), 2002.  
YENİLMEZ Kürşat, Özbey Nüket, Özel okul ve devlet okulu öğrencilerinin matematik kaygı düzeyleri üzerine bir araştırma. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 19 (2), 2006, s.431-448.

YILDIRIM İbrahim, Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Yalnızlık, Sınav Kaygısı ve Sosyal Destek, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18(1), 2000.

Yıldırım İbrahim, Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Yordalayıcısı Olarak Sınav Kaygısı, Boyun Eğici Davranışlar ve Sosyal Destek”, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 25, 2003.

YİĞİT Ruhi, Bülent Dilmaç, Mehmet Engin Deniz, Erdal Hamarta, Sürücülerin Sürekli Ve Durumluk Kaygılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi, 4(2), 2011.

#### **TEZLER**

AKTAŞ Selin, Eşlerden Birinin Kaygı Düzeyi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 2009, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

DUMAN Gül Keziban, İlköğretim 8.Sınıf Öğrencilerinin Durumluk Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Sınav Kaygısı Düzeyleri ve Ana Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı, İzmir, 2008 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

EVANS Cressida, Düşük sosyo-ekonomik örnekleme Türk babaların rollerine yönelik tutumları ve katılımları, Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 1997 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans)**.

Kasatura İlkay, Okul Başarısından Hayat Başarısına, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1991.

KOZACIOĞLU Gülsen, Çocukların Anksiyete Düzeyleri ile Annelerin Tutumları Arasındaki İlişki, İ.Ü.Edebiyat Fakültesi Yayını, İstanbul, 1986, s.67 aktaran; Ramazan Abacı, Demokratik, İlgisiz ve Otoriter Olarak Algılanan Ana-Baba Tutumlarının Çocuğun Kaygı Düzeyine Etkisi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 1986 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÖZTÜRK Arda, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğretmenli Programı Öğrencilerinin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ile

Akademik Başarıları Arasındaki İlişki, Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli, 2008 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YAPICI Aslıhan, Alkol bağımlılığında depresyon ve anksiyeteninyetiyitimi ve yaşam kalitesine etkisi, *Sağlık Bakanlığı Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, İstanbul*, 2006, **(Uzmanlık Tezi)**.

YAPRAK Betül, İlköğretim Öğrencilerinin Algıladıkları Anne-Baba Tutumunun Diskriminant Analiziyle Belirlenmesi ve Benlik Saygısı ile Olan İlişkinin Değerlendirilmesi Üzerine Bir Uygulama, Osmangazi Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstatistik Anabilim Dalı, Eskişehir, 2007 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YILMAZER Yasemin, Anne-baba tutumları ile ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin okul başarısı ve özerkliklerinin gelişimi arasındaki ilişkinin incelenmesi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı, 2007 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YÜCEDAĞ Şebnem, Ergenlik Dönemi Problemleri İle Anne – Baba Tutumları Arasındaki İlişki, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 1994 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

#### **İNTERNET KAYNAKLARI**

[http://mebk12.meb.gov.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/34/39/742362/dosyalar/2015\\_03/27120121\\_07012120\\_ergenlik.pdf](http://mebk12.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/34/39/742362/dosyalar/2015_03/27120121_07012120_ergenlik.pdf)(Erişim tarihi : 02/12/2017)

## EKLER

## Ek-A: Kişisel Bilgi Formu

Sayın katılımcılar;

Aşağıdaki sorular bilimsel amaçlı bir araştırma için yapılmaktadır. Bu sebepten sorulara içtenlikle cevap vermeniz araştırmanın güvenilirliği açısından önem taşımaktadır. Araştırmada gizlilik ilkesi gereği kimlik bilgilerinize ihtiyaç bulunmamaktadır, adınızı soyadınızı yazmayınız. Her soru için mümkün olduğunca samimi bir şekilde size uyan cevabı işaretleyiniz. Lütfen her maddeyi cevaplandığından emin olun. Katılımınız için teşekkür ederim.

Çalışmaya katılmayı onaylıyorum.  evet  hayır

## 1.Cinsiyetiniz?

Kız  Erkek

## 2.Kaçıncı sınıfa gidiyorsunuz? .....

## 3.Kardeşiniz var mı?

evet  hayır

## 4.Annenizin yaşı kaçtır? .....

## 5.Babanızın yaşı kaçtır? .....

## 6.Annenizin eğitim durumu nedir?

Okur-yazar değil  Okur -yazar  İlkokul mezunu  Ortaokul mezunu

Lise mezunu  Üniversite mezunu  Yüksek lisans ve üzeri

## 7.Babanızın eğitim durumu nedir?

Okur-yazar değil  Okur -yazar  İlkokul mezunu  Ortaokul mezunu

Lise mezunu  Üniversite mezunu  Yüksek lisans ve üzeri

## 8.Sizce aşağıdaki seçeneklerden hangisi ailenizin ekonomik düzeyini en iyi şekilde ifade etmektedir?

Düşük  Orta  Yüksek

**EK-B: Anne Baba Tutumları Değerlendirme Ölçeği**

| ANA-BABA TUTUMLARI<br>DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ  | Babanın Davranışına |            | Annenin Davranışına |            |
|---|---------------------|------------|---------------------|------------|
|   | Benziyor            | Benzemiyor | Benziyor            | Benzemiyor |
| 1. Beni her zaman anlamaya çalışır.   |                     |            |                     |            |
| 2. Beni ilgilendiren konulardaki kararları her zaman kendisi verir.                                   |                     |            |                     |            |
| 3. Kendime ilişkin ufak tefek kararları almaya beni özendirir.  |                     |            |                     |            |
| 4. Kendi koyduğu kurallara uymamı ister.  |                     |            |                     |            |
| 5. Ben bir şey anlatırken sözümü kesmez.  |                     |            |                     |            |
| 6. Onun istediği gibi davranmazsam, beni cezalandırır.  |                     |            |                     |            |
| 7. Kendimi önemli ve değerli bir kişi olarak görmeme yardımcı olur.                                   |                     |            |                     |            |
| 8. Kendi fikirlerini kabul etmem için beni zorlar.  |                     |            |                     |            |
| 9. Evde fikirlerimi rahatça anlatmamı doğal karşılar.   |                     |            |                     |            |
| 10. Beni cezalandırmak yerine, sorunları benimle konuşarak çözümlenmeye çalışır.                      |                     |            |                     |            |
| 11. Okulda çok başarılı olmam için beni öylesine zorlar ki zayıf not almaktan çok korkarım.           |                     |            |                     |            |
| 12. Bir güçlkle karşılaştığımda, istediğim yardımı sağlar.  |                     |            |                     |            |
| 13. Küçük hatalarımı bile şiddetle cezalandırır.  |                     |            |                     |            |
| 14. Hiçbir konuda kişisel görüşümü sormaz.  |                     |            |                     |            |
| 15. En ufak eşyayı kaybetsem bile, beni cezalandırır.   |                     |            |                     |            |
| 16. Bana bir şey alınırken, birlikte karar veririz.   |                     |            |                     |            |
| 17. Bir şeyi yapmamı istediğinde hiçbir bahane kabul etmez.   |                     |            |                     |            |
| 18. Merak ettiğim konularda sorduğum soruları cevaplandırmaya çalışır.                                |                     |            |                     |            |
| 19. Gelecekle ilgili planlarımı dikkatle dinler, fakat hiçbir zaman, amaçlarımı belirlemeye çalışmaz. |                     |            |                     |            |
| 20. Haklı olduğum zaman, bunu bana açıkça söyler.   |                     |            |                     |            |
| 21. Beni o kadar çok kontrol eder ki, bazen çok bunalırım.  |                     |            |                     |            |
| 22. Beni sık sık döverek cezalandırır.  |                     |            |                     |            |
| 23. Ancak istediği gibi davrandığım zaman, bana sevgi gösterir.                                       |                     |            |                     |            |
| 24. Ailemizle ilgili bir karar alınırken, benim fikirlerimi de dikkate alır.                          |                     |            |                     |            |
| 25. Yapabileceğimden fazlasını yapmam için beni zorlar.   |                     |            |                     |            |
| 26. Neyi, nasıl yapacağıma her zaman o karar verir.   |                     |            |                     |            |

**EK-C: ÇOCUKLARDA SINAV KAYGISI ÖLÇEĞİ**

Bu araştırma öğrencilerin sınav sırasında nasıl düşündüklerini, hissettiklerini ve davrandıklarını anlamak için yapılmıştır. Lütfen her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve hangi ifadenin sınavı boyunca sizin düşüncenizi, hissettiklerinizi ve davranışlarınızı tanımladığına karar veriniz. Sonra sınav sırasında sizi en iyi anlatan cevabı işaretleyiniz. Eğer hangi cevabı işaretleyeceğinizden emin değilseniz cevabı işaretlemeden önce tekrar okuyun. Bu araştırmada cevaplarınızın doğru ya da yanlışlığı test edilmemektedir.

| <b>Sınav Sırasında</b>                                 | <b>Hemen Hemen Hiç</b> | <b>Bazen</b> | <b>Çoğu Zaman</b> | <b>Hemen Hemen Her Zaman</b> |
|--|------------------------|--------------|-------------------|------------------------------|
| Başka şeyler hakkında düşünürüm                        |                        |              |                   |                              |
| <b>Sınav Sırasında</b>                                 | <b>Hemen Hemen Hiç</b> | <b>Bazen</b> | <b>Çoğu Zaman</b> | <b>Hemen Hemen Her Zaman</b> |
| 1. Sınavdan geçip geçmeyeceğimi merak ederim.          |                        |              |                   |                              |
| 2. Kalbim hızlı atar.                                  |                        |              |                   |                              |
| 3. Odanın etrafına bakınırım.                          |                        |              |                   |                              |
| 4. Kendimi sinirli hissederim.                         |                        |              |                   |                              |
| 5. Sınav sonucunda kötü bir not alacağımı düşünürüm.   |                        |              |                   |                              |
|  |                        |              |                   |                              |
| <b>Sınav Sırasında</b>                                 | <b>Hemen Hemen Hiç</b> | <b>Bazen</b> | <b>Çoğu Zaman</b> | <b>Hemen Hemen Her Zaman</b> |
| 6. Soruların cevaplarını hatırlamak benim için zordur. |                        |              |                   |                              |
| 7. Kalemimle oynarım.                                  |                        |              |                   |                              |
| 8. Yüzüm kızarır.                                      |                        |              |                   |                              |
| 9. Başarısız olacağımdan endişelenirim.                |                        |              |                   |                              |
| 10. Karnımı tuhaf hissederim.                          |                        |              |                   |                              |
|  |                        |              |                   |                              |
| <b>Sınav Sırasında</b>                                 | <b>Hemen Hemen Hiç</b> | <b>Bazen</b> | <b>Çoğu Zaman</b> | <b>Hemen Hemen Her Zaman</b> |
| 11. Yanlış bir şey yapmaktan endişelenirim.            |                        |              |                   |                              |
| 12. Zamanı kontrol ederim.                             |                        |              |                   |                              |
| 13. Notumun ne olacağını düşünürüm.                    |                        |              |                   |                              |
| 14. Sürekli oturmak bana zor gelir.                    |                        |              |                   |                              |
| 15. Cevaplarım doğru mu diye merak ederim.             |                        |              |                   |                              |
|  |                        |              |                   |                              |
| <b>Sınav Sırasında</b>                                 | <b>Hemen Hemen Hiç</b> | <b>Bazen</b> | <b>Çoğu Zaman</b> | <b>Hemen Hemen Her Zaman</b> |
| 16. Daha fazla çalışmam gerektiğini düşünürüm.         |                        |              |                   |                              |

|  |                                |              |                       |                                  |
|--|--------------------------------|--------------|-----------------------|----------------------------------|
| 17. Başım ağrır.                                     |                                |              |                       |                                  |
| 18. Diğer insanlara bakarım.                         |                                |              |                       |                                  |
| 19. Cevaplarımın çoğunun yanlış olduğunu düşünürüm.  |                                |              |                       |                                  |
| 20. Vücutumda sıcaklık hissedirim.                   |                                |              |                       |                                  |
|  |                                |              |                       |                                  |
| <b>Sınav Sırasında</b>                               | <b>Hemen<br/>Hemen<br/>Hiç</b> | <b>Bazen</b> | <b>Çoğu<br/>Zaman</b> | <b>Hemen Hemen<br/>Her Zaman</b> |
| 21. Sınavın zor olmasından endişelenirim.            |                                |              |                       |                                  |
| 22. Hızlı bitirmeye çalışırım.                       |                                |              |                       |                                  |
| 23. Elim titrer.                                     |                                |              |                       |                                  |
| 24. Başarısız olursam ne olacağını düşünürüm.        |                                |              |                       |                                  |
| 25. Tuvalete gitmek zorunda kalırım.                 |                                |              |                       |                                  |
| <b>Sınav Sırasında</b>                               | <b>Hemen<br/>Hemen<br/>Hiç</b> | <b>Bazen</b> | <b>Çoğu<br/>Zaman</b> | <b>Hemen Hemen<br/>Her Zaman</b> |
| 26. Ayaklarımı hafifçe yere vururum.                 |                                |              |                       |                                  |
| 27. Sınavı kötü yaptığımı düşünürüm.                 |                                |              |                       |                                  |
| 28. Kendimi korkmuş hissedirim.                      |                                |              |                       |                                  |
| 29. Anne babamın ne diyeceği hakkında endişelenirim. |                                |              |                       |                                  |
| 30. Etrafıma anlamsızca bakarım.                     |                                |              |                       |                                  |

## ÖZGEÇMİŞ

### Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Ece ZENGİN

Doğum Yeri ve Tarihi : BANDIRMA 27/04/1992

### Eğitim Durumu

Lise : Bandırma Kemal Pireci Lisesi

Lisans Öğrenimi : Kıbrıs Girne Amerikan Üniversitesi

Bildiği Yabancı Diller ve düzeyi : İngilizce / Orta

### İş Deneyimi

Stajlar : Bandırma Devlet Hastanesi ve Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi

Çalıştığı Kurumlar : Bandırma Bahçeşehir Koleji

### İletişim

Adres : Paşakent Mahallesi Şehitcem Güçlü caddesi no:16 D:10 Bandırma/  
BALIKESİR

Tel : 05417453878

E-Posta Adresi : eceozcakil@hotmail.com

### Akademik Çalışmaları

\*Sanal ortamın romantik kadın erkek ilişkilerine etkisi