



**T.C.**

**RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
TÜRKÇE VE SOSYAL BİLGİLER EĞİTİMİ  
ANA BİLİM DALI**

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN  
SOSYAL BİLGİLER DERSİ  
ÖZ-YETERLİLİKLERİ AÇISINDAN  
STRESİN DEĞERLENDİRİLMESİ  
(Yüksek Lisans Tezi)**


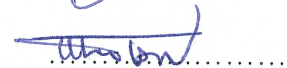

**Şule BİLGİN**

**Doç. Dr. İlhan TURAN  
Danışman**


**Rize  
2019**

## KABUL VE ONAY

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türkçe ve Sosyal Bilgiler Eğitim Anabilim Dalı'nda Şule BİLGİN tarafından hazırlanan "Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterlikleri Açısından Akademik Stresin Değerlendirilmesi" başlıklı bu çalışma 14/02/2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliği/oy çokluğuyla başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

	Unvanı, Adı ve Soyadı	İmza
Başkan	: Prof. Dr. Yılmaz GEÇİT	
Üye (Danışman)	: Doç. Dr. İlhan TURAN	
Üye	: Dr. Öğr. Üyesi Kerem ÇOLAK	

14/02/2019

  
Doç. Dr. Ahmet YANIK  
Enstitü Müdürü

## ETİK BEYAN

Bu tezdeki bütün bilgilere etik davranış ve akademik kurallar içerisinde ulaştığımı ve tez yazım kurallarına uygun şekilde hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz olarak atıf yaptığımı, tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu bildiririm. İfade ettiklerimin aksi ortaya çıktığında ise her türlü yasal sonucu kabul ettiğimi beyan ederim. 16/01/2019

  
**Sule BILGIN**

## ÖN SÖZ

Bu çalışma, öğrencilerin gün geçtikçe artan stres düzeylerinin öz-yeterlikleri ile olan ilişkisini açıklamak için yapılmıştır. Bir ülkenin eğitim-öğretim sürecini oluşturan en önemli yapı taşlarından biri öğrencilerdir. Öğrencilerin yaşadıkları stres düzeyi kontrol altına alındıkça ve daha kaliteli bir eğitim ortamı sağlandıkça ülkenin geleceğine yönelik yetiştirilen nitelikli insan sayısında belirgin bir artış sağlanır. Bu bakımdan çalışmalarım süresince her türlü desteğini esirgemeyen tüm bilimsel etkinliklerimde ve meslek hayatımda beni yönlendiren kıymetli hocam ve danışmanım Doç. Dr. İlhan TURAN'a, kıymetli görüşleri ve destekleri ile tez çalışmasına önemli düzeyde katkılar sağlayan Doç. Dr. Selami YANGIN'a, Dr. Öğr. Üyesi Nimet PIRASA'ya ve Dr. Öğr. Üyesi Fatih CAMADAN'a çok teşekkür ediyorum.

Ayrıca lisans eğitimim sırasında hiçbir zaman desteklerini esirgemeyen ve yol gösterici olup ufku genişleten Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Fakültesi'ndeki değerli hocalarıma da teşekkürlerimi sunarım.

Tez çalışmam esnasında beni en çok destekleyen ve asla pes etmemem için arkamda bir güç olarak duran çok değerli babam Yaşar BİLGİN'e ve bu süreçte desteğini hiçbir zaman esirgemeyip, yüreklendiren annem Nazire BİLGİN'e desteklerini esirgemedikleri için sonsuz saygı, sevgi ve minnetlerimi sunarım.

Tez çalışmamda gerçekleştirilen odak grup görüşmelerini istenilen zamanda yerine getiren ve eksiksiz olarak katılım sağlayan sevgili öğrencilere, değerli velilerine ve görüşmeler esnasında bana yardımını esirgemeyip her türlü maddi, manevi yardımda bulunan görüşmeciler arkadaşlarıma çok teşekkür ediyorum.

Şule BİLGİN

Ocak, 2019

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa
TEZ ONAY SAYFASI.....	2
ETİK BEYAN.....	3
ÖN SÖZ.....	4
İÇİNDEKİLER.....	5
ÖZET.....	8
ABSTRACT.....	9
KISALTMALAR.....	10
TABLolar LİSTESİ.....	11

## GİRİŞ

Problem Durumu.....	15
Araştırmanın Amacı.....	17
Araştırmanın Önemi.....	18
Problem Cümlesi.....	20
Sayıtlılar.....	21
Sınırlılıklar.....	21
Tanımlar.....	21

## BİRİNCİ BÖLÜM

1. KURAMSAL ÇERÇEVE.....	23
1.1. Stres Nedir?.....	23
1.1.1. Akademik Stres Nedir?.....	25
1.1.1.1. Akademik Stresin Nedenleri.....	30
1.1.1.2. Akademik Stresin Sonuçları.....	34
1.2. Öz-yeterlik.....	36
1.2.1. Öz-yeterlik Kavramının İlkeleri.....	39
1.2.2. Öz-yeterliği Etkileyen Etmenler.....	40
1.2.3. Öz-yeterlik ve Akademik Stres.....	41

1.3. İlgili Araştırmalar .....	43
1.3.1. Stres ve Öz-yeterlik İle İlgili Olarak Yurt İçinde Yapılan Bazı Araştırmalar .....	43
1.3.2. Stres ve Öz-yeterlik İle İlgili Olarak Yurt Dışında Yapılan Bazı Araştırmalar .....	48

## İKİNCİ BÖLÜM

2. YÖNTEM .....	50
2.1. Araştırmanın Modeli .....	50
2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi .....	51
2.2.1. Araştırmanın 1. Aşamasında Öz-Yeterlik Ölçek Uygulamasına Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri .....	52
2.2.2. Araştırmanın 2. Aşamasında Odak Grup Görüşmelerine Dâhil Olan Öğrenciler .....	53
2.3. Veri Toplama Süreci .....	55
2.3.1. Veri Toplama Araçları .....	55
2.3.1.1. Kişisel Bilgi Formu .....	55
2.3.1.2. Sosyal Bilgiler Öz-yeterlik Ölçeği .....	55
2.3.1.3. Öğrenci Görüşme Formu .....	56
2.3.1.4. Veli Görüşme Formu.....	58
2.4. Verilerin Analizi.....	58

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. BULGULAR.....	61
3.1. Çalışmada Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterlik İle İlgili Elde Edilen Nicel Verilere İlişkin Bulgular.....	61
3.2. Çalışmada Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterlik İle İlgili Elde Edilen Nitel Verilere İlişkin Bulgular .....	74
3.2.1. Öğrenci Odaklı Görüşmeler .....	75
3.2.1.1. Sosyal Bilgiler Dersinden Kaynaklı Stres Faktörleri.....	75

3.2.1.2. Sosyal Bilgiler Öğretmeni ve Çevreden Kaynaklı Stres "....."Faktörleri.....0.....	85
3.2.1.3. Aileden Kaynaklı Stres Faktörleri .....	96
3. 3. Veli Görüşmelerinden Elde Edilen Bulgular .....	107
4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER .....	120
4.1. Tartışma ve Sonuç.....	120
4.1.1. Öğrencilere Uygulanan Öz-Yeterlik Ölçeğinden Çıkan Sonuçlar Ve "....."Tartışma .....	120
4.1.2. Öğrencilere ve Ailelerine Uygulanan Odak Grup Görüşmelerinden "....."Çıkan Sonuçlar ve Tartışma.....	124
4.2. Öneriler .....	134
KAYNAKLAR.....	135
EKLER.....	148
EK 1: Uygulama İzin Belgeleri.....	148
EK 2: Ailelere İmzalatılan Çalışmaya Gönüllü Katılım Formu.....	149
EK 3: Sosyal Bilgiler Öz-Yeterlik Ölçeği.....	150
EK 4: Öğrenci Odak Grup Görüşme Soruları .....	152
EK 5: Öğrenci Velileri Odak Grup Görüşme Soruları.....	153
ÖZ GEÇMİŞ .....	154

**Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü**

**Ana Bilim Dalı:** Türkçe ve Sosyal Bilgiler

**Tez Türü:** Yüksek Lisans Tezi

**Danışman:** Doç. Dr. İlhan TURAN

**Hazırlayan:** Şule BİLGİN

**Yıl:** 2019

**Sayfa Sayısı:**154

## **ÖZET**

### **ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL BİLGİLER DERSİ ÖZ-YETERLİLİKLERİ AÇISINDAN STRESİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

Bu araştırma, 5, 6 ve 7. sınıf öğrencilerini Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliklerine göre kategorize ederek öğrencilerin akademik streslerini detaylı bir şekilde değerlendiren bir çalışmadır. Literatüre bakıldığında öz-yeterlikle ilgili yapılan çalışmalar genellikle öğretmenler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma, Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin akademik stres durumlarının incelenmesi ve literatür eksikliğini gidermesi bakımından önem arz etmektedir. Karma araştırma modeli kullanılan çalışmada nicel veriler betimsel yöntem yoluyla elde edilmiştir. Araştırmanın evrenini Rize İl Merkezinde ortaokullarda 5, 6 ve 7. sınıfta öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. 954 öğrenciye “Sosyal Bilgiler Öz-yeterlik Ölçeği” uygulanmıştır. Ölçeğin uygulandığı öğrenciler arasından seçilen 9 öğrenci ile odak grup görüşmeleri yapılarak nitel veriler toplanmıştır. Odak grup görüşmelerine 9 öğrencinin velisi de dahil edilmiştir. Araştırma sonucunda; öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin stres durumlarında da anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yüksek öz-yeterlik gösteren öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersinde ders, öğretmen, çevre ve aileleri bakımından stres düzeylerinin öz-yeterlikleri düşük olan öğrencilere göre daha az olduğu tespit edilmiştir. Orta öz-yeterlik düzeyine sahip öğrenciler ise bazı konularda stres yaşamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Sosyal Bilgiler, Öz-yeterlik, Akademik Stres, Ortaokul, Öğrenciler



**Recep Tayyip Erdogan University Institute of Social Sciences**

**Department:** Turkish and Social Sciences

**Type of Thesis:** Master Thesis

**Advisor:** Assoc. Prof. Dr. İlhan TURAN

**Prepared by:** Şule BİLGİN

**Year:** 2019

**Number of pages:** 154

## **ABSTRACT**

### **EXAMINATION OF STRESS IN TERMS OF SOCIAL STUDIES COURSE SELF-EFFICACY OF THE STUDENTS IN SECONDARY SCHOOL**

This research is a study that examines the academic stresses of the students in detail by categorizing the students according to the Social Studies course self-efficacy. The self-efficacy studies are generally carried out on the teachers. The research is fundamental since it examines the stress status of the students whose efficacies vary and fulfils the lack in the literature. The quantitative data were collected through the descriptive method in this study in which the mixed research method was applied. The students studying in the secondary schools in Rize City Centre generate the population of the research. “Social Studies Self-Efficacy Scale” was applied to the 954 students. The qualitative data were collected through the focus group interviews carried out with the 9 students among the students to whom the scale was applied. The parents of these students were also included in the focus group interviews. As a result of this research, it was concluded that there was a significant difference in the stress status of the students whose self-efficacy varies from one another. It was determined that the stress levels of the students with high self-efficacy in the courses, teachers, environment, and their families were lesser than the ones of the students with low self-efficacy. The students with moderate self-efficacy level experience stress in some subjects.

**Keywords:** Social Studies, Self-efficacy, Academic Stress, Secondary School, Students

## KISALTMALAR

SPSS	Statistical Packages For The Social Sciences
N	Veri Sayısı
X	Aritmetik Ortalama
P	Anlamlılık Değeri
R	Pearson korelasyon katsayısı
Ss	Standart sapma
F	Frekans
Sd	Serbestlik derecesi
akt.	Aktaran
ÖD5	Öz-yeterliği düşük 5. sınıf öğrencisi
ÖD6	Öz-yeterliği düşük 6. sınıf öğrencisi
ÖD7	Öz-yeterliği düşük 7. sınıf öğrencisi
ÖO5	Öz-yeterliği orta 5. sınıf öğrencisi
ÖO6	Öz-yeterliği orta 6. sınıf öğrencisi
ÖO7	Öz-yeterliği orta 7. sınıf öğrencisi
ÖY5	Öz-yeterliği yüksek 5. sınıf öğrencisi
ÖY6	Öz-yeterliği yüksek 6. sınıf öğrencisi
ÖY7	Öz-yeterliği yüksek 7. sınıf öğrencisi
VD5	Öz-yeterliği düşük 5. sınıf öğrenci velisi
VD6	Öz-yeterliği düşük 6. sınıf öğrenci velisi
VD7	Öz-yeterliği düşük 7. sınıf öğrenci velisi
VO5	Öz-yeterliği orta 5. sınıf öğrenci velisi
VO6	Öz-yeterliği orta 6. sınıf öğrenci velisi
VO7	Öz-yeterliği orta 7. sınıf öğrenci velisi
VY5	Öz-yeterliği yüksek 5. sınıf öğrenci velisi
VY6	Öz-yeterliği yüksek 6. sınıf öğrenci velisi
VY7	Öz-yeterliği yüksek 7. sınıf öğrenci velisi

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1 Sosyal Bilgiler Öz-yeterlik Ölçeği Uygulanan Öğrencilerin Demografik Özellik Sonuçları .....	52
Tablo 2 Odak Grup Görüşmesi Katılımcı Özellikleri ve Seçilme Sebebi Sonuçları .....	54
Tablo 3 Odak Grup Görüşmesi Katılımcılarının Ebeveyn Özellikleri Dağılımı ..	54
Tablo 4 Öz-yeterlik Puanları Üzerinde Uygulanan Normallik Testi Sonuçları.....	61
Tablo 5 Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterliklerine İlişkin Puanları Üzerinde Yapılan Bağımsız t-Testi Sonuçları.....	62
Tablo 6 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Sınıf Düzeylerine Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	62
Tablo 7 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Öğrenim Gördükleri Sınıf Düzeylerine Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları .....	63
Tablo 8 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	64
Tablo 9 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları .....	64
Tablo 10 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	65
Tablo 11 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları .....	66
Tablo 12 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Annelerinin Çalışma Durumuna Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	67
Tablo 13 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Annelerinin Çalışma Durumuna Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları .....	67

Tablo 14 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Babalarının Meslek Durumuna Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	68
Tablo 15 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlilik Puanlarının Babalarının Meslek Durumuna Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları .....	69
Tablo 16 Öğrencilerin Evlerinde Kendilerine Ait Odalarının Bulunup Bulunmamasına Göre Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterliklerine İlişkin Puanları Üzerinde Yapılan Bağımsız t-Testi Sonuçları .....	69
Tablo 17 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersinden Hoşlanma Durumuna Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	70
Tablo 18 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlilik Puanlarının Dersten Hoşlanma Durumuna Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları .....	71
Tablo 19 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ailelerinin Gelir Durumuna Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	72
Tablo 20 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlilik Puanlarının Ailelerinin Gelir Durumuna Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları .....	72
Tablo 21 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Kardeş Sayısına Göre Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	73
Tablo 22 Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlilik Puanlarının Kardeş Sayısına Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları .....	74
Tablo 23 Sosyal Bilgiler Dersinin Öneminden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı .....	76
Tablo 24 Yapılan Etkinliklerden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı .....	78

Tablo 25 Ödev Yapımından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı .....	80
Tablo 26 Alınan Notlardan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı .....	81
Tablo 27 Karmaşık Görülen Konulardan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı.....	83
Tablo 28 Beklenmedik Anda Gelen Sorulardan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı.....	85
Tablo 29 Sınıf Ortasında Öğretmenden Alınan Uyarılardan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı .....	87
Tablo 30 Fiziki Mekân ve İklim, Doğa Şartlarından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı.....	89
Tablo 31 Yapılan Ödevin Eksik ya da Sınıf Arkadaşlarına Göre Daha Yetersiz Olmasından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı .....	91
Tablo 32 Konuları Anlamamaktan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı .....	93
Tablo 33 Proje/Ev Ödevlerinin Zamanında Teslim Edilmemesinden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı .....	95
Tablo 34 Ailenin Öğrenciyi Çalışmaya Zorlamasından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı.....	97
Tablo 35 Yapılan Hataların Aileye Bildirilmesinden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı.....	99
Tablo 36 Ailenin Yeterli İlgi Göstermemesinden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı.....	101
Tablo 37 Ders İçin Gerekli Malzeme Temini Yapılmadığından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı .....	103
Tablo 38 Küçük Hataların Cezalandırılmasından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı.....	105
Tablo 39 Ders Çalışmaya Zorlamadan Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı .....	107

Tablo 40 Çocuğun Hata Yapması veya Kötü Not Alması Durumundan Kaynaklı Stres Konusunda Veliler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı .....	110
Tablo 41 Çocuğa Ceza Verilmesi Durumundan Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı .....	112
Tablo 42 Başarısızlık Durumunda Suçlu Seçiminden Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı .....	114
Tablo 43 Ailenin İlgi Düzeyinden Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı .....	116
Tablo 44 Araç-Gereç Temininden Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı.....	118



## GİRİŞ

### **Problem Durumu**

Günümüzde değişen dünya düzeni, ekonomik kalkınma, başarı odaklı eğitim, aile içi problemler, gelişen teknolojiyle beraber bireyin daha fazla uyarıcıya maruz kalması ve sosyal düzenin değişmesi gibi birçok sebebin bireyin algıladığı stres düzeyinde etkili uyarıcılar olduğu bilinmektedir. Stres ve stresin neden olduğu birtakım hastalıklar günümüz dünyasında görülen en yaygın sağlık problemleri arasında gösterilmektedir. Bireylerin yaşı ya da cinsiyeti ne olursa olsun her bireyin stres ve meydana çıkardığı etkilerinin olumsuz etkileri altında kalmaktadır.

Stres faktörlerine maruz kalan bireyler günlük hayatlarında, iş ve eğitim hayatlarında çeşitli sorunlarla karşı karşıya kalmakta ve hayatını sürdürmekte, sergiledikleri performanslarda sorunlar yaşamaktadırlar (Erdoğan, Ünsar ve Süt, 2009). Stres bağlamında, yaşanan sorunları en aza indirmek ve problemleri ortadan kaldırmak adına birçok kişi destek almakta ve sorunlarının çözümünde çeşitli arayışlar içine girmektedir.

Birey etkisi altında kaldığı stres karşısında güvensizlik duygusuna ve her şeyin sona erdiği ve düzelmeyeceği kaygısına kapılır ve bunun sonucunda onu bu durumdan kurtaracak bir kurtarıcıya ihtiyaç duymaktadır. Kişinin etrafında bulabileceği bu kurtarıcılar, anne - baba, arkadaş, öğretmen bazı zamanlarda ise başarı ve ekonomik refah olabilir. Bu sebeptendir ki bireyin algıladığı stres düzeyi çevresini ve çevresinde bulunan insanları da etkisi altına almaktadır.

Bireyler değişime ayak uydurmakta ve çalışmalarını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmekte fazlasıyla zorlanmaktadır. Stres günlük hayatımızın ayrılmaz bir parçası olmuştur. İnsanlar, devamlı olarak içinde buldukları stresten kurtulmaya ve çevresine uyum sağlamak için uğraşmaktadır (Ünal, 1999). Stres altında olan organizma kendisini baskı altında hisseder. Bu baskı sonucunda bireyin ruh halinde hızlı değişimler meydana gelebilir, stres altındaki birey

kendisini yorgun hissedebilir ve normalde doğal olarak karşılayacağı bir duruma daha öfkeli bir şekilde karşılık verebilir. Kişinin etkisi altında kaldığı bu stres; dikkat dağılması, öğrenmede zorluk ve hafıza da meydana gelecek olan sorunlara sebebiyet verebilir.

Er ve Kaya'ya (2014) göre stres bireyi hem bedensel hem de duygusal olarak etkileme bakımından önem taşımaktadır. Stresin pozitif olarak kullanılabilmesi, bireyin yaşayabileceği problemler karşısında bu durumla başa çıkabilmesine bağlıdır. Bundan dolayı problemlerin üstesinden gelebilen kişilerin yetiştirilmesi ve strese neden olabilecek faktörlerin belirlenerek gerekli tedbirlerin alınması önemlidir. Bu dayanak kapsamında öğrencilerin etkisi altında kaldıkları stres onların eğitim hayatını derinden etkileyeceğinden hem öğretmenlerinin hem de anne-babalarının öğrencilerin stresleri üzerinde daha çok yoğunlaşmasına ve çözümler aramasına sebep olduğu belirtilebilir.

Demirci, Engin ve Yeni (2013) ise öğrencilerin yaşadıkları çevreden, kendilerinden ya da anne-babalarının sebep olduğu birden fazla farklı stres durumuyla karşı karşıya kaldıklarını ve bu stres durumlarının içinde buldukları eğitim-öğretim hayatlarını derinden etkilediğini açıklamışlardır. Gerçekleşen etkilenme neticesinde, içinde buldukları imkânlara has davranışlar ortaya koymakta ve değişik stresle başa çıkma davranışları sergilemektedir.

Pintrich ve De Groot'a (1990) göre her birey stres karşısında aynı tepkiyi vermez, verilen tepkilerin farklılık göstermesini sağlayan faktörlerden biri bireyin öz- yeterlik düzeyidir. Bireyin akademik ve sosyal hayatı içerisinde yaşayacağı stres; bir görevi başarıp başaramayacağına olan inancı, o görevi başarabilmek için sergileyeceği çabaya ve dirence bağlı olarak farklılık gösterir. Kendine güveni yüksek olan öğrencilerde stres düzeyi daha düşük seviyede olmaktadır. Yeterlik inançlarının stres ve stresin etkilediği akademik başarı arasında etkili bir rol oynadığı söylenebilir. Öz-yeterlik kişinin algıladığı stres düzeyinde farklılıklar yaratır, stres günlük hayatta çoğunlukla insanları yönetirken öz-yeterlik inançları yüksek olan bireyler ise stres düzeyleri kontrol altında tutabilirler. Örneğin; çok önemli bir mülakat öncesi yüksek öz-yeterlik düzeyinde olan birey, yapabileceği



konusunda kendisine olan güveni yüksek olacağından kontrollü bir stres düzeyiyle başarıya ulaşır.

Akademik stres ve öz-yeterlik üzerinde etkiye sahip birçok faktör bulunmaktadır. Cinsiyet, öz-yeterlik inancı, stres, geçmiş başarı seviyesi, kaygı, güdülenme düzeyi ve zaman yönetimi, öğrenme stratejileri, anne-babanın tutum ve davranışları, eğitim düzeyleri, ailenin bütçesi, öğretmen ilgisi ve öğretim yöntemleri gibi nedenler ve yaşanan bölge gibi faktörler sebep gösterilebilir (Polat, 2017). Bu faktörlerin birer birer ele alınarak değerlendirilmesi öğrencilerin başarısızlığının nedenlerinin irdelenmesi açısından oldukça önem arz etmektedir. Günümüzde yürütülen sınavlar nedeniyle öğrencilerin birbiriyle oldukça fazla rekabet ettiği düşünülmektedir. Realizm anlayışının etkisi altında kalan eğitim uygulamaları öğrencilerin başarılarını ve öz-yeterlilik düzeylerini olumsuz biçimde etkileyebilmektedir. Buna karşın ülkemizde pragmatizm anlayışının egemen olduğu bilinmektedir. Bu anlayış öğrenci merkezli eğitimi savunmaktadır. Her yönü ile bakıldığında öğrencilerin ilgilerini, ihtiyaçlarını, eğilimlerini ve bireysel özelliklerini dikkate almaktadır. O halde yukarıdaki kavramsal giriş ifadeleri bağlamında birçok faktörün etkisi altında kaldığı düşünülen akademik stres ve öz-yeterlik olgularının birlikte ele alınmasının gerekliliğine inanılmıştır.

### **Araştırmanın Amacı**

Tez çalışması ile ortaokul 5, 6 ve 7. sınıf öğrencilerini Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliliklerine göre kategorize ederek her bir gruptaki öğrencilerin akademik streslerinin detaylı bir şekilde incelenmesi amaçlanmıştır. Bu kapsamda öz-yeterlilik düzeyleri çeşitli kategoriler (üst, orta ve alt düzey) altında toplanarak her kategoriye giren 3'er öğrenci olmak üzere toplam 9 öğrencinin kendisi ve aileleri ile akademik stres üzerine görüşmeler yürütülmüştür. Bu görüşmeler sayesinde öz yeterliliğin değişmesine neden olabileceği düşünülen akademik stresin üzerinde hangi değişkenlerin etkili olduğu belirlenmeye çalışılmıştır. Bu bağlamda herhangi bir disiplinle bağlantılı akademik stres kavramı üzerine çalışmaların Türkiye'de yeni yaygınlaşmaya başladığı göz önüne alındığında bu tez

çalışmasının bir farkındalık oluşturacağı ve dolayısıyla ilgili alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışmanın genel amacı, Sosyal Bilgiler dersi üzerine akademik stres ile ilgili kavramsal bir çözümleme yapmaktır.

### **Araştırmanın Önemi**

İçinde bulunulan dönemde öğrencilerin başarı odaklı bir eğitim sistemiyle başa çıkmaya çalışması öğrencilerde strese sebebiyet vermektedir. Öğrencinin algıladığı stres düzeyi; aldığı eğitimi, aile içi durumu, sosyal çevresi ile olan iletişimi gibi insan hayatında önemli yer kaplayan faktörleri etkilemektedir. Bu sebeple stres incelenmesi gereken bir konu haline gelmektedir.

Sosyal Bilgiler dersinin ilköğretimde okutulan diğer derslerden ayrılan önemli bir niteliği vardır. Bu nitelik, toplumun devamı için gerekli olan bazı tutum ve davranışların öğrencilere kazandırılmaya çalışılmasıdır (Kılınçkaya, 2018: 4). Sosyal Bilgiler dersinin en belirgin özelliklerinden birisi de günümüz dünya sorunlarına çözüm üreten bireyler yetiştirmektir. Ayrıca bu ders öğrencinin fiziki ve duygusal açıdan sağlıklı ve mutlu birer birey olmalarını amaç edinir. Öğrencilerin bütün bunları gerçekleştirebilme ve fiziki ve duygusal açıdan sağlam bireyler olması, algılanan akademik stres durumlarının öğrencilerin kaldırabileceği düzeyde olmasına bağlı görülmektedir. Ayrıca ders işlenişinde önemli bir yere sahip olan öğretim programları okul, öğrenci, öğretmen ve yöneticilere uygun bir şekilde hazırlanmakta ve uygulanmaktadır. Bu sebeple stres faktörü Sosyal Bilgiler eğitiminde önemli rol oynamaktadır.

Programların zamanla değişmesi ve yerine yenilerinin getirilmesi kaçınılmaz bir durumdur. Yaşanılan zamanın şartlarında en iyisine ulaşmak adına hazırlanana programlar, zamanla değişir ve gelişir bu nedenle anın ihtiyaçlarını karşılayamaz duruma gelmektedir. Bu durum da her programın dönem içerisinde değerlendirilmesini gerekli kılmaktadır (Tay, 2017). Sosyal Bilgiler dersi 2005 ve 2017 (sadece 5. sınıflara uygulanmıştır) yılı programlarına bakıldığında temel becerileri arasında; iletişim, karar verme, öz denetim, iş birliği, sosyal katılım, girişimcilik, eleştirel düşünme, problem çözme, kalıp yargı ve ön yargıyı fark

etme gibi beceriler bulunmaktadır. Öğrencinin bu becerileri gerçekleştirebilmesi için var olan Sosyal Bilgiler dersi, bütün bu becerileri gerçekleştirmek için kişiyi olumlu olarak etkileyebilecek stres ortamının oluşmasına ihtiyaç duymaktadır.

Genel itibariyle bakıldığında yürürlükte olan tüm öğretim programlarında ve 2005 ile 2017 (sadece 5. sınıflara uygulanmıştır) Sosyal Bilgiler dersi öğretim programlarında yer alan öğrenme alanlarına göre öğrenci “Birey ve Toplum” öğrenme alanıyla kişisel olarak kendisini keşfeden öğrenci, toplu olarak yaşamayı öğrenmektedir. Ancak insan ilişkileri sırasında stres yaşayan bir birey toplumsal olarak “biz” olma sürecinde olumsuz etkilenebilmektedir. Ayrıca “İnsanlar, yerler, çevreler” öğrenme alanında öğrencinin yaşadığı çevreyi tanıyarak, etkileşimde bulunduğu alanları tanıması sağlanmaktadır. Fakat bireyin bulunduğu ortamdan rahatsızlık duyması (ısı, ışık, ses, doğal ortam, doğal afetler, iklim özellikleri vb.) ve strese sebebiyet vermesi durumunda sorunların ortaya çıkması kaçınılmaz olmaktadır. Sosyal Bilgiler öğrenme alanlarından “Etkin vatandaşlık” öğrencinin toplumsal grup ve kurumların nasıl oluştuğu ve kişiyi nasıl etkilediği ayrıca toplumsal olarak düzenin nasıl korunduğu hususunda öğrencinin gelişmesini sağlarken, öğrencinin bir grup ya da kuruma aidiyet duygusunu pekiştirmeyi amaç edinmektedir. Bu sebeple stres düzeyinin yüksek olması durumunda bireyin içine kapanması ve yalnızlaşması, girişimci özelliklerini kaybederek utanan bir birey haline gelmesi kaçınılmaz olduğundan, toplumda bulunan grup ve kurumlara olan bakış açısında farklılaşmalar olmaktadır.

Yapılan literatür taraması sonucunda araştırmacıların son yıllarda stres ile ilgili çalışmalar yaptığı belirlenmiştir. Ancak yapılan çalışmalar genellikle eğitim alanında öğretmenler üzerinde gerçekleştirilmiştir. İş doyum ve mesleki olarak bireylerin algıladığı stres düzeyleri tespit edilmiştir. Öğrenci odaklı çalışmalarda ise genellikle üniversite öğrencileri üzerinde çalışmalar yapılmış olması sebebiyle Sosyal Bilgiler alanındaki boşluk fark edilmiş ve “*Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterlikleri Açısından Stresin Değerlendirilmesi*” adlı bu çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma, öğrencilerin Sosyal Bilgiler öz-yeterlikleri açısından akademik streslerinin hangi olgulardan daha çok etkilendiğini ortaya

çıkarmak için hazırlanmıştır. Nitekim öz-yeterlik ve stres bireyin eğitim hayatını etkileyen önemli faktörler arasında yer almaktadır.

Çalışmada öğrencilerin öncelikle Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik düzeyleri belirlenmiş, ardından öz-yeterlikleri farklı olan öğrencilerin stresleri bakımından ne derece farklılık gösterebileceği de ortaya konulmak istenmiştir. Bunun yanında strese sebebiyet verdiği düşünülen aile, sosyal çevre ve öğretmen gibi faktörlerin etkisinin belirlenmesi sağlanmıştır. Bu amaçlar çerçevesinde yürütülen bu çalışmanın eğitimin temel yapı taşları olan öğretmen, öğrenci ve ailelerin ilgili konuda olumsuz etkilerinin olup olmadığının bildirilmesi, öğrencilerde oluşan stres durumlarının çeşitli faktörlerle birlikte tespit edilmesi ve bu durumun giderilmesi için literatüre katkılar sağlama ve önerilerde bulunma amacı bakımından önem taşıdığı düşünülmektedir.

### **Problem Cümlesi**

Bu araştırmanın temel problem cümlesi “Ortaokul öğrencilerinin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik düzeyleri açısından akademik streslerini etkileyen faktörler nelerdir?” şeklindedir. Bu ana probleme yanıt bulmak amacıyla öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik düzeyleri;

- a. cinsiyetlerine,
- b. öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine,
- c. anne-baba eğitim düzeylerine,
- d. anne-baba meslek durumlarına,
- e. evde kendilerine ait odalarının bulunup bulunmamasına,
- f. Sosyal Bilgiler dersinden hoşlanıp hoşlanmamalarına,
- g. aile gelir durumlarına ve
- h. kardeş sayısına göre farklılaşmakta mıdır?” alt soruları oluşturulmuştur.

### **Sayıtlar**

• 5, 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin uygulanan Sosyal Bilgiler öz-yeterlik ölçeğini samimi bir şekilde okuyarak gerçek düşüncelerini yansıttıkları ve içtenlikle sorulara cevaplar verdikleri düşünülmüştür.

• Odak grup görüşmesi yapılan katılımcıların hazırlanan mülakat sorularına kendilerini rahat hissederek, hiçbir etki altında kalmadan taraflı olmayacak biçimde düşüncelerini belirterek cevap verdikleri düşünülmüştür.

### **Sınırlılıklar**

• Çalışmanın geçerliği, katılımcıların öz-yeterlik ölçeğine verdikleri cevapların ya da akademik stres konusunda yürütülen görüşmeler sırasında ileri sürülen düşüncelerin güvenilirliği ile sınırlı olacaktır. Ayrıca tez çalışması sürecinde geçerli kılınan ölçütleri kapsayan görüşme soruları ile sınırlandırılmıştır.

• 2017-2018 eğitim-öğretim yılı güz ve bahar dönemi ile sınırlandırılmıştır.

• Rize İlindeki ortaokullardaki 5, 6 ve 7. sınıf öğrencileri ile sınırlandırılmıştır. Ortaokul 8. sınıf dersleri arasında Sosyal Bilgiler dersinin olmaması sebebiyle araştırma kapsamına dahil edilmemiştir.

### **Tanımlar**

**Sosyal Bilgiler;** Vatandaşlık görev ve sorumlulukları kazandırmak için sanat, edebiyat ve sosyal bilimlerin disiplinler arası bir yaklaşımla bütünleştirilmesinden meydana gelen bir çalışma alanıdır. Okul programı içinde, antropoloji, arkeoloji, ekonomi, coğrafya, tarih, hukuk, felsefe, siyasal bilimler, psikoloji, din, sosyoloji ve sanat, edebiyat, matematik ve doğa bilimlerinden uygun ve ilgili içeriklerden süzülen sistematik ve eşgüdümlü bir çalışma alanı sağlar. Sosyal Bilgilerin temel amacı, birbirleriyle bütünlük içinde, küresel bir dünyada, kültürel çeşitliliği olan demokratik bir toplumun vatandaşları olarak kamu faydasına bilgiye dayalı, mantıklı kararlar verebilme ve gerçekleştirebilme

kabiliyeti aşlamak için genç insanlara yardımcı olmaktır (NCSS, 1993: 3; Akt: Ciritci, 2012: 4).

**Akademik Stres:** Öğrencilerin okuldaki öğretimle ilgili içsel ve dışsal uyarıcılara karşı sergilediği rahatsızlık seviyesindeki tepki olarak tanımlanmaktadır. Wilks (2008), birden fazla faktörün akademik stresin artmasına sebebiyet verebileceğini belirtmektedir. Bu faktörler ise özellikle öğretmenlerle ilişkiler, kişisel beklentiler, sosyal faaliyetler, okula ve çevresine uyum, sosyal destek düzeyi, ailelerin yüksek beklentileri, okuldaki öğrenci sayısı, okulda katı disiplin uygulamaları ve fiziksel ceza verilmesi şeklinde ifade edilebilir. Winkelman, (1994) fiziki olarak akademik stresin bitkinlik, iştah kaybı, baş ağrısı ve mide problemlerine neden olduğunu belirtirken Mori (2000) ise stresin anksiyete ve depresyon belirtileri ile birlikte görüldüğünü ifade etmektedir (Akt: Seçer, Veyis ve Gökçen, 2015).

**Öz-yeterlik;** Bandura (1986) öz-yeterliği kişinin bir performansı gerçekleştirme düzeyine olan inancı olarak tanımlar ve öz-yeterliğin kişilerin düşüncelerinin, hislerinin, motivasyon araçlarının ve davranışlarının belirleyicisi olarak belirtmektedir. Pajares (1997) öz-yeterliği bireyin belirli bir vazifeyi yapabilmek için kendi kabiliyetlerini o vazifeye uygun şekilde ayarlaması olarak tanımlarken, Senemoğlu (2005) kişinin farklı etkinliklerle baş edebilmesi ve bu etkinlikleri başarabilmesi yeteneğine ilişkin inancı olarak tanımlamaktadır (Akt: Coşkun, 2017: 5).

Öz-yeterlik algısı bireylerin yaşamlarını etkileyen olaylarda davranış ve becerilerine ilişkin kendi düzeyleri hakkındaki inançları olarak tanımlanır. Neticelerin nasıl olduğu, bireylerin kendilerine olan güvenlerini ve edimlerini nasıl daha iyi seviyeye getirecekleri öngörüsüne bağlı olmaktadır (Bandura, 1994; Akt: Özkal, 2013).

Literatürde akademik öz-yeterlik inancı ile ilgili yapılan çalışmaların çoğu öz-yeterliğin akademik başarı ve performansa olan etkilerini, öğretmenlerin öz-yeterlik inançları ve öz-yeterliğin meslek seçimi üzerindeki etkisi şeklinde belirlenmiştir (Akbaş ve Çelikkaleli, 2006).

## BİRİNCİ BÖLÜM

### 1. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

#### 1.1. Stres Nedir?

Literatüre bakıldığında stres kelimesi ilk kez Robert Hooke tarafından kullanılmıştır (Akt: Özdemir, 2013: 14). Stres kavramı ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında bu alanın öncülerinden biri olarak gösterilen Selye (1974) tarafından stres kavramını organizmanın her türlü değişmeye belirli olmayan yaygın tepkisi şeklinde tanımlanmıştır. Genel olarak beden zevkli ve zararlı durumlar arasındaki farkı ayırt edemediğinden stres tepkisi verirken uyarının memnuniyet verici olup ya da olmadığına bakmadan her türlü değişime ayak uydurmaya çalışır. Ayrıca Selye 1974 yılında stres kavramını “Genel Uyum Sendromu” olarak adlandırmıştır. Açıklanan bu sendroma göre beden stres karşısında üç aşamada tepki gösterir. Sendromun ilk basamağı olan alarm aşamasında, stres yaratıcı durumun farkına varılır ve biyokimyasal tepkiler harekete geçirilerek beden kendini stres yaratan duruma karşı korumaya hazırlar. Stres yaratan durumun yok olmadığı ve hala etkisini sürdürerek devam ettiği durumda ise beden ikinci basamak olan tükenme aşamasına girerek birçok hastalığa müsait bir duruma gelir. Eğer stres çok uzun bir süre devam ederse bedende sistematik yıpranmalar, hasarlar ve hatta ölüm meydana gelebilir; ki bu da son aşamadır (Akt: Özdemir, 2013: 14).

Stres kavramına dair tanım ve açıklamaları Cofer ve Appley (1974) derleyip, ortak özelliklerinin şu şekildeki gibi sıralanabileceğini belirtmişlerdir. Stres, bireyin ve çevrenin etkileşimi sonucunda meydana gelir, motive edilmiş bir durumdan daha iyi bir şekilde insanın harekete geçmesini sağlar, tehlike durumu vardır ve bu tehlikenin önemi anlaşılmalıdır, organizmayı bir bütün olarak etkiler ve normal olarak dizginlenebilir bir tepki değildir.

Baltaş ve Baltaş'a (1988) göre dünya üzerinde her kişi strese karşı aynı belirtileri göstermeyebilir. Çünkü bireylerin sosyal-ekonomik durumları, kişilik özellikleri, iş, aile ve eğitim hayatları, problem yaratan durum karşısında verilen tepkiler ve hayata karşı olan doyumları gibi faktörler farklılık gösterebilmektedir. Stres genelde olumsuz sonuçlar ortaya koyabileceği gibi hafif düzeyde stres kimi zaman gerekli de olabilir. Organizma stres ile karşı karşıya kaldığında kanında fiziksel aktivitesini güçlendirmek adına salgıladığı birden fazla kimyasal madde zamanla stres altında kalma ile kanda artmaktadır. Bu durum sonucunda kişinin sağlığı için çok önemli bir tehdit oluşturmaktadır. Fiziksel yıpranma, bedensel işlevler ile ilgili sorunlar, vücut sistemlerindeki bozukluklar ve hastalıklar gibi birden fazla olumsuz sonuçları olduğu gözlemlenmiştir. Bu sebepten ötürü stresin vücut üzerinde yapmış olduğu bu olumsuz etkiyi hem bedensel olarak hem de zihinsel olarak ortaya çıkan olumsuz sonuçları geri çevirmenin olağan olduğu belirtilmektedir (Akt: Çetin Özden, 2010: 4).

Ayrıca Baltaş ve Baltaş (2008) stresle yapılan mücadeleyi güç hale getiren durumları şu şekilde ifade etmişlerdir;

- Düşmanlık duyguları çok yüksek olan kişiler,
- Kendilerine hemen hemen her konuda kendisini suçlayabilenler,
- Aşırı duyarlı davranan ve duygusal tepkileri önde olanlar,
- Egoist kişilik özellikleri baskın olanlar,
- Olayları ya çok kötü ya da çok iyi bulanlar,
- Çocuksu diye tanımlananlar,
- Kendi çevreleriyle etkileşimlerinde ve ilişkilerinde yetersiz kalan (pasif) bireyler stresle başa çıkmada başarı sağlayamazlar (Akt: Erez, 2012: 5).

Lazarus ve DeLongis'e (1983) göre öğrencilerin yaşadığı gündelik sıkıntılar okul hayatındaki gerçekleştirmiş oldukları çalışmaların güzel sonuç vermemesi veya okul hayatlarını sürdürürken sıkıldıkları bir duruma dönüşmesi gibi gündelik olan yaşantılarıdır. Literatür incelendiğinde, kişilerin gündelik olarak yaşadıkları zaman baskısı, parasal durumlar, çevre, kişiler arası olaylar,



çalışma, aile, aldıkları sorumluluklar, gelişimsel değişim, akademik başarı, romantik problemler, arkadaşlık problemlerinin gündelik sıkıntılarla ilgili en mühim durumlar olarak sıralandığı görülmektedir. Aynı araştırmacılar stres kavramının tanımı üzerinde oldukça fazla durarak çeşitli tanımlamalarda bulunmuşlardır. Bu çerçevede öne sürülen diğer bir stres tanımı bireyin çevresi ile kurduğu bağlantıya odaklanmıştır. Diğer deyişle stres bireyin çevresi ile olan tüm etkileşimleri de kapsamaktadır.

Akademik süreçlere bağlı olarak ortaya çıkan stres, son zamanlarda bilim çevrelerinde önemli bir çalışma konusu olmaya başlamıştır (Reifman ve Dunkel-Schetter, 1990). Öğrenciler arasında yaşanan stres faktörleri içinde akademik yaşantıları ile ilgili yaşadıkları stresin en başta geldiği bildirilmiştir. Bu nedenle akademik stres konusunun yoğun biçimde ele alınmasına gerek duyulmuştur.

### **1.1.1. Akademik Stres Nedir?**

Dünya üzerinde eğitim ve öğretim alanında birçok çalışma yapılmaktadır. Bu çalışmalar öğrencilerin daha iyi bir eğitim alması ve topluma faydalı birer birey olmaları için birçok eğitimci tarafından desteklenmektedir. İyi bir eğitimin yapı taşları, eğitimin ilk kademelerinde başlar. Eğitim hayatına başlayan öğrencilerin bu uzun ve yorucu süreçte birçok iniş çıkışları olabilmektedir. Düzenlenen programlarda öğrencilerin içinde buldukları ve bulunabilecekleri birçok faktör göz önünde bulundurulmaya çalışılmaktadır. Bu kapsamda öğrencileri motive edecek ve stres ortamından uzak tutmayı sağlayacak durumlar ele alınmaktadır. Öğrencilerin akademik bakımdan daha az stres yaşamalarını sağlayacak ortamların varlığı elbette anlamlı öğrenmeye daha çok katkı sağlayacaktır.

Stres genellikle toplum tarafından korkutucu bir olgu şeklinde algılanmaktadır. Fakat Jogaratnam ve Buchanan (2004) stresin öğrenciler üzerinde olumlu ve olumsuz etkileri olabileceğini belirtmektedir. Yapılmış olan birkaç çalışmanın bu durumu onayladığı görülmektedir. Ang ve Huan (2006a) öğrencilerde görülen akademik stres ile depresyon, anksiyete ve kendine zarar

verme davranışı gibi mental ve davranışsal rahatsızlıklar arasında, ilişki olduğunu tespit etmişlerdir Görüldüğü üzere sorun olan stresin varlığı değil ne derece kuvvetli ve ne kadar uzun süreli bireyi etkisi altına aldığı ile ilgili bir problem olmaktadır.

Bireyin karşı karşıya kaldığı stres uzun zamanlı ve yoğun olması öğrencinin akademik başarısını etkilemekte ve eğitim hayatına olan inancı kırılmaktadır. Bu sebeple öğrenciler derslere, öğretmenlere ve okula karşı tepkili ve isteksiz bir duruma gelmektedir. Öğrenciler üstesinden gelemeyeceğini düşündükleri için pes edebilirler. Bu sebeptir ki bireyde tükenme ve isteksizlik baş göstermektedir. Sonuç olarak akademik stres yaşayan bireyde okul tükenmişliği yaşanabilecek durumlar arasında yer almaktadır. Bu bağlamda akademik stres ve okul tükenmişliği arasında bağ kurulabilir. Ülkemizde eğitim; ilköğretim, lise, üniversite ve hatta meslek öncesi dönemde fazlaca üst seviyede yarışmaya dayalı sınavların olduğu bir düzene sahiptir. Yaşadığımız zamanda bilginin günden güne artması ve bu bilgi birikiminin geniş alanlara yayılması, eğitim-öğretim süreci içerisindeki ergenlerin değişen imkânlarla ayak uydurmada çeşitli zorluklar yaşamasına sebep olmakta ve bu durumlarla uygun bir şekilde başa çıkmasını zorunlu bir hale getirmektedir. Bu sebeple, okul tükenmişliğinin yapısının tükenme boyutu akademik stres ile ilişkili görülmektedir (Kutsal ve Bilge, 2012). Okulda verilen görev ve sorumlulukların aşırı boyuta ulaşmasının öğrencilerin hissettiği stres düzeyini yükselttiğini ve yaşanan stresin öğrencileri duygusal yönden bitirdiğini, duyarsızlaştırdığını ve yetkinlik inançlarını zedelediğini belirten birçok araştırma sonucu bulunmaktadır (McCarthy, Pretty ve Catano, 1990). Bu sebeple tükenmişlik akademik stresin öğrenci üzerinde ortaya çıkardığı olumsuz durumlar arasında olduğu söylenmektedir.

Öğrencilerin üstlenmiş oldukları görev ve sorumluluklar günümüzde hızla artmaktadır. Öğrenciler artık sadece okul görevlerini ve sınav notlarını değil dersane ve kurt görev ve sınav notlarının da etkisi altında kalmaktadır. Öğrencilerde meydana gelen stres kaynaklarından biri olan düşük kurs notları, yüksek düzeydeki akademik stresin birbirleri ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Sınavlar, ödevler, zaman baskısı, derece baskısı ve belirsizlik nedeniyle öğrenciler yüksek düzeyde akademik stres yaşarlar. Özetlemek gerekirse, stres akademik performansları üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir. Her öğrenciden beklenen ve alması gereken sorumlulukları vardır. Öğrencilerin okul hayatlarında ele geçirdikleri doyum ve mutluluk ile üzerlerine düşen görev ve sorumlulukları yerine getirebilme arasında yakından bir ilişki olabilmektedir. Öğrencilerin yeterli doyumun sağlanamaması, üzerlerine düşen gerekli görev ve sorumlulukları yerine getirebilme süresince yaşanan bazı sorunlara işaret etmektedir (Kaçmaz, 2005). Öğrenciler sorumluluklarını tam anlamıyla yerine getiremeyebilir hatta görev sürecinde yaşayacağı olumsuzluklara karşı koyamayıp sorumluluklarını yerine getirmemektedir.

Zamanla birçok araştırmacı öğrencilerin karşı karşıya geldikleri stresör (strese sebep olan durum) tiplerini bulmaya ve sınıflamaya uğraşmıştır. Oluşturulan sınıflamalar incelendiğinde; araştırmacılar, okul temelli stresörleri, akademik (akademik performans ve başarı beklentisi vb.) ve sosyal (öğretmenlerle ve akranlarla ilişkiler) olmak üzere iki grupta ele almışlardır (Eryılmaz, 2009). Çünkü öğrencinin gün içerisinde en çok iletişim içerisinde olduğu ortamlar bireyi en çok strese sokacak durumların oluşmasına sebep olacak yerlerdir. Bununla beraber stres oluşumunda sosyal çevre ve okul temelli faktörlerin olması yanı sıra ailenin de öğrenci üzerinde önemli düzeyde strese neden olduğu bilinmektedir. Aileler bazı zamanlarda öğrencinin okul hayatını da etkileyerek çeşitli durumlara sebebiyet verebilmektedir. Önemli eğitim kurumu olan okullarda da öğrencilerin içinde buldukları psikolojilerini negatif yönde etkileyebilecek birçok sebep bulunmaktadır. Eğer bu olumsuz etkilenmenin önlemi alınmadığı sürece öğrencilerin ruh sağlığında bozulmalar ve stres oluşması kaçınılmaz olmaktadır. Değişim süreci hızlı olan ve gün geçtikçe karmaşıklaşan toplumlarda genç nesilleri gelecekteki hayatlarına uygun bir şekilde yetiştirebilme durumu da güçleşmiş ve eğitim bu işi sadece öğretim işlevi ile yerine getiremez hale gelmiştir (Kılıççı, 2000; Akt: Özgan, Balkar ve Eskil 2008). Stresin ortaya çıkmaması ya da yaşanan stresin azaltılması için eğitim veren kurumlarda gerekli tedbirlerin

zamanında alınması, eğitim öğretimin verimli olması yönünden bir hayli önem taşımaktadır. Algılanan stres öğrencilerin öğrenimlerine etki etmektedir. Bu durumda öğrenim yapılırken kişi cesaretlendirilmeli ve teşvik edilmelidir. (Fidan, 1985; Akt: Horoz, 2012: 2).

Eğitim sistemimiz öğrencinin akademik olarak başarılı olmasını istemektedir. Bir öğrencinin en büyük hedefi iyi bir üniversite kazanmak olmaktadır. Üniversiteye hazırlık aşaması daha eğitimin ilk yıllarından başlayarak üniversiteyi kazanıncaya kadar sürmektedir. Hatta okulda alınan eğitim yeterli görülmemekte ve ek takviyeler alınmaktadır (Yıldırım, 2006).

Öğrenciler akademik olarak performanslarını arttırmak için birçok kurumdan yardım almakta ve öğrenci yüksek tempo, gelecek kaygısı ve başaramama duygusuyla baş erken stres altında kalmaktadır. Fakat her algılanan stres kötü sonuçlar ortaya çıkarmaz. Öğrencinin yaşadığı stres, onun kişilik yapısı ve hayat görüşüne bağlı olarak bazı zamanlarda olumsuz bazı sorunların ortaya çıkmasına sebep olduğu gibi stresle uygun şekillerde başa çıkıldığı zamanda ise öğrencinin başarısını arttırmak için enerji verip öğrenciyi harekete geçirir ve pozitif durumların oluşmasına neden olur (Doğan ve Eser, 2013). Ancak yaşanan stres düzeyi düşük seviyede kendisini göstermelidir. Yapılan çalışmalarda yüksek düzeydeki stresin öğrenci notlarına olan olumsuz etkilerini ortaya çıkarmıştır.

Stres denildiği zaman büyük bir çoğunluğun aklına olumsuzluklar gelmektedir. Hâlbuki stres insanlara her zaman zarar veren, kötü ve uzak durulması gereken bir durum değildir. Stres gerekli olduğu yoğunlukta ve kalitede olduğu sürece bireyi harekete geçiren, gelişimini sağlayan, deneyimler elde etmesine yardımcı olan ve güçlendiren bir uyarıcıdır (Can, 2013). Yapılacak sınav öncesi düşük düzeyde bir stres öğrenciyi daha fazla çalışmaya yönlendirecektir. Bu durum da öğrencinin sınavda elde ettiği başarının genellikle artmasına neden olacaktır. Haddinden fazla yaşanan stres öğrencinin daha verimli çalışmasını engelleyebilir, sınav esnasında bildiği doğru cevapları verememesine sebep olabilir (Uluruh, 2008: 10). Bu durumu ortadan kaldırmak için stresin kontrol altında tutulması gerekmektedir. Fakat öğrenciler genelde bu duruma karşı

koymakta güçlük çekmektedirler. Yüksek düzeyde strese maruz kalan ve bu duruma karşı koyamayan öğrencilerin aile, öğretmen ve sosyal çevresinden gerekli yardımları alarak içinde bulunduğu aşırı stresin ortadan kaldırılması sağlanmalıdır.

Devamlı olarak değişim gösteren bir toplum içerisinde olan öğrenci, eğitim hayatında başarı sağlamak, toplumda ve çevresinde yaşayanların onayını kazanmak, bilinçli akran ilişkilerini geliştirmek, ekonomik özgürlüğünü kazanmak, sağlıklı bir kişilik oluşturmak gibi konularda kaygı yaşayabilmektedirler. Yalnızlığı sevme ama yine de bir gruba dahil olma isteği, yetişkinlere karşı tepkili olma ama onlara dayanma, kaygı (anksiyete) ve umutsuzluğa karşın geleceğe umutla bakma bu evrenin belirgin zıt duyguları arasında söylenebilir (Yavuzer, 1999; Akt: Çapulcuoğlu, 2012: 7). Bu zıt duygular arasında birey algıladığı stresi dizginleyebilmelidir. Öğrenci kendini başkalarına kabul ettirme ve çeşitli sosyal ortamlara girebilmek için kendisinden ve çevresinden tavizler verebilmektedir. Ancak öğrencinin istemeden kendisini sokmuş olduğu kalıplar bireyin stres oluşumuna sebebiyet vermektedir ve zamanla öğrenci üzerinde bir yük oluşturmaktadır. Bu yük kişiden kişiye göre değişiklik gösterebilir. Bazı öğrenciler bu yük altında ezilirken bazıları ise bu durumun üstesinden gelebilmektedir. Herkes için strese sebebiyet veren faktörler farklı şekillerde ve farklı derecelerde. İnsanın kişilik tipi, olayı algılayabilmesi, yorumlayabilmesi ve tepki vermesini yani sergilediği performansını etkiler ve değiştirir. Toplumda yaşayan bazı kişiler stresle daha iyi başa çıkarken bazıları daha yetersiz kalmaktadır. Bu durumun bir diğer açıklaması ise bir takım karakteristik belirtiler bireyi strese daha açık konuma getirirken bazı karakteristik belirtiler bireyi daha kapalı olarak koruyabilmektedir (Eren, 2004; Akt: Mutlu, 2017: 24). Kendine güvenen, aile ilişkilerini düzeyinde yaşayan, yeterlilik bakımından kendini iyi hisseden, sosyal becerileri kuvvetli ve hayatı seven bireylerde stres altında kalma düzeyi daha düşük seviyelerde olacaktır.

### 1.1.1.1. Akademik Stresin Nedenleri

Öğrencilerin yaşadıkları akademik stres, sınavlardan, yapılan testlerden, fazla verilen ev ödevlerinden, zamanın insan üzerindeki baskısından, yeterli gelmeyen performanslarından, başka öğrencilerle yaşadıkları şiddetli rekabetten, aile ve öğretmen beklentilerinden oluşmaktadır. Shah'a (1988) göre okul bağlamında akademik stres, okula dair veya okulca tavsiye edilmiş her şeyi öğrenmek için yaygın bir aciliyet duygusu anlamına gelmektedir (Akt: Yetim, 2014: 3).

Akademik stres sebepleri arasında; öğrencide oluşan zaman baskısı da bulunmaktadır; çünkü yapılan akademik sınavlarda öğrenciler belli bir süreye tabi tutulmaktadır. Okul hayatında verilen ödev ve proje görevleri de zaman baskısını ortaya çıkarmaktadır. Yarışa dayalı eğitim sistemlerinde öğrenci her eğitim kademesine geçişte çeşitli sınav stresine maruz kalmaktadır. Yaşanan sınavlar sonucunda ise öğrenci kendisini bir rekabetin içerisinde bulmaktadır. Bunun yanında aile bireyleri kişinin sosyal çevresi ve öğretmenlerinin o kişiye yönelik beklenti içerisinde olması gösterilebilir.

Bireylerin kendilerine ilişkin beklentilerinin yanı sıra ailelerinin ve öğretmenlerinin beklentileri, akademik stresin ortaya çıkmasında büyük rol oynamaktadır. Ailelerinden ve öğretmenlerinden algıladıkları destek öğrencilerin akademik başarısını olumlu olarak ve anlamlı olarak yordamaktadır (Yıldırım ve Ergene, 2003). Akademik stres ile öğrenme arasında bir bağlantı vardır. Öğrenmeye yardımcı olan; düzenli olarak çalışma alışkanlığı, ailenin desteği, içsel motivasyon, zeka, eğitim ortamı gibi hem iç hem de dış durumlar vardır. Eğer bu faktörler öğrencinin öğrenmesine yardımcı olmazlarsa akademik bir stresin yaşanmasına neden olabilirler (Kadapatti ve Vijayalavmi, 2012).

Günlük hayatta stres, öğrenci yaşamında birçok alanda etki yaratmaktadır. Yapılan çalışmalar akademik stresin öğrencilerin akademik performanslarının yanında, öğretmenleriyle ve arkadaşlarıyla olan yaşantılarının, akademik öz yeterlik ve akademik başarılarının, mükemmeliyetçi eğilimlerinin ve akademik amaçlarının, empati eksikliğinin ve sağlıkla ilgili problemlerini, depresif

özelliklerin ve benlik saygısının, öğrencinin okul içerisinde tükenme hissetmeden eğitim görmesinde önemli yordayıcılar olduğunu göstermektedir (Akpınar, 2016: 3). Gordon'a (2013) göre öğretmen-öğrenci arasındaki iletişimin iyi olabilmesi için öğrenci ve öğretmenin doğrudan iletişim kurabilecekleri bir ortamda olmaları, birbirlerine değer verip önemsemeleri, birbirlerinden farklı birer kişiliğe sahip olduklarını kabullenmeleri, karşılıklı olarak saygı göstermeleri ve bağımlı olmaya karşı birbirlerine ihtiyaç duymaları önem arz etmektedir. Öğrenci-öğrenci etkileşimi ise çocukların sosyalleşmesi, uygun cinsiyet rolü kimliği oluşturmaları, toplum dışı davranışlardan uzak durması, gelecekteki ruhsal sağlıkları, diğer insanları daha iyi anlamaları ve ben merkezlikten uzaklaşmaları, eğitim alma isteği ve akademik başarılarının artmasına neden olur. Öğrenci-öğrenci etkileşiminin ise olumlu neticeler vermesi için iletişimin düşmanlık ve nefret duygularını değil, kabullenme ve özen gösterme gibi olumlu duyguları artıracak kalitede olması gerekir (Akt: Kaya ve Sezgin, 2017). Öğrencinin günlük hayatında etkileşim içerisinde olduğu bireylerle olumlu bir iletişim içerisinde olması bireyin yaşadığı strese pozitif bir katkı sağlayacaktır.

Rees'in (1989) gerçekleştirdiği araştırma kapsamında okullarda (kişisel stres kaynakları dışında) başlıca stres yapan faktörler şu şekildedir;

*A) Öğrenciler*

Öğretmenin iyi rehber olamaması, devamlı olarak yapılan değerlendirmeler, sınıfların öğrenci sayısına uygun olmaması ve disiplin problemi yaşayan öğrencilere yönetimden yardım gelmemesi şeklinde ifade edilmektedir.

*B) Çalışma Ortamı*

Kaynakların yetersiz olması (araç-gereç, malzeme, para, personel), yetersiz personel yardımı ve etkinliği, ısıtma, ışıklandırma ve temizlikte yetersizlik şeklinde ifade edilmektedir.

*C) Örgütsel Faktörler (yönetim ve yapılar)*

Yararı olmayan toplantılar, bürokrasi sonucu kırtasiyeciliğin artması, rol çatışması ve iş birliği, zaman yönetiminde sıkıntı şeklinde ifade edilmektedir.

#### *D) Kişilerarası İlişkiler*

Teşvik etmede sorunlar ve sistemdeki ayrıcalıklar, sosyal ilişki kurmada zaman sorunu yaşanması, meslektaşların birbirlerine destek olmaması şeklinde açıklanmaktadır.

#### *E) Veliler ve toplumdaki gelen dış baskılar*

Kariyer geliştirme açısından fırsat yaşanmaması, medyanın durumu zor duruma sokması, çevreden gelen sorumlulukları üstlenmeme olarak belirtilmiştir.

#### *F) Zaman*

Çok uzun ya da kısa süreli çalışmalar, okul saatleri dışında farklı etkinliklerde çalışma, kişinin yapabileceğinden fazla iş yüklenmesi sonucunda hafta sonlarında çalışma olarak ifade edilmiştir.

Stres yapıcı bu faktörler dolayısıyla karşılaşılan her öğrenci ve öğretmen üzerinde aynı etkiyi oluşturmaz. Fakat bu faktörlerin çoğalmasıyla daha fazla insanı etkilemektedir ve hem okullarda bulunan yöneticiler hem de öğretmenler için büyük sorunlar olarak karşımıza çıkmaktadır (Akt: Ünal, 1999).

Stres bazen öğretmenler tarafından öğrenciler üzerinde yaşanmasına sebep olurken bazen de öğrenciler tarafından öğretmenler üzerinde etkisini göstermektedir. Okul hayatında öğrenciyi strese sokabilecek birçok öğretmen davranışı vardır. Öğretmenlerin aşırı disiplin içerisinde olması ve öğrencilerin öğretmenlerine soru dahi sormayıp olması, öğrencilerin herhangi bir görevi başaramamaları durumunda yaşayacakları yüksek düzeyde strese davetiye çıkarmaktadır. Bunun yanında öğretmenlerin öğrenciler üzerine çok fazla görev ve sorumluluklar yüklemesi (çok fazla ödev, düzeylerine uygun olmayan sorumluluklar vb.), sürekli nota dayalı bir yarışma ortamı oluşturması, öğrencileri not ile korkutması, yüksek not alan ve alamayan öğrenciler arasında kayırmalar yapması, dersi sürekli sözlü olarak kendisinin işleme ya da sürekli öğrenciler tarafından konu dağılımı yoluyla dersin işlenmesi, ilgisiz ve isteksiz davranılması gibi birçok sebeple öğrenci üzerinde stres oluşumu meydana gelmektedir.



Öğrenci üzerinde öğretmenlerinin yanı sıra zamanlarının büyük çoğunluğunu beraber geçirdikleri aileleri de stres yaratan durumlar arasında gösterilmektedir. Ailenin bulunmuş olduğu ekonomik durum, anne ve babaların eğitim düzeyleri, öğrencinin elde ettiği başarı ve başarısızlıklar, aile içi şiddetin varlığı, baskıcı anne- baba tutumu gibi faktörler strese sebebiyet vermektedir. Öğrenciler aile hayatında yaşadıkları bu gibi sorunları eğitim hayatına yansıtır ve çeşitli sorunların ortaya çıkması kaçınılmaz olmaktadır. Bireyin aşırı ilgili ve tutucu anne-baba davranışları ya da aşırı ilgisiz ve serbest anne- baba davranışlarından kaynaklı stres oluşumu gerçekleşebilmektedir. Öğrenci karşı karşıya kaldığı aşırı ilgi karşısında kendisini hiçbir hataya sebebiyet vermemesi gereken biri gibi hissedebilir ve küçük bir hatasının sonucunda büyük sorunların ortaya çıkabileceğini düşünebilmektedir. Buna karşılık ilgisiz ebeveyn tutumları ise öğrencide bir görevi yapamama ya da yetiştirememesi hissi uyandırarak gerekli yardımın ya da ilginin gösterilmediği takdirde başarısızlık yaşayacağı fikrini ortaya çıkarmaktadır.

Türkiye’de öğrenci ve ailelerine stres yaşatan en önemli sebeplerden biri de, ülkemizde birçok öğrencinin tüm gençlik hayatını etkileyen sınav stresidir. Türkiye’de öğrenciler, tüm öğrenim hayatlarını sürdürürken ve mesleğini eline alma aşamasında ulusal olarak yapılan birden çok sınava girmek zorunda bırakılmaktadır. Yapılan çalışmalarda eğer bireyin kariyer seçimini ve gelecek fırsatlarını etkiliyorsa sınavların, daha da stresli bir düzeyde olabileceği belirtilmiştir (Peleg-Popko, 2004). Bu sebeple eğitim kademelerine geçiş sınavlarında yaşanan stres düzeyi diğer sınavlara oranla öğrenciler üzerinde daha çok stres oluşturmaktadır.

Değerlendirilmede belirleyicilerden biri olan sınavlar eğitim sürecinin her aşamasında bulunmakta ve kişiler kabiliyetleri ve performansları doğrultusunda sorgulanmaktadır. Toplumun öğrenciler üzerine yaptığı başarı odaklı zorlayıcı tutumu stres ve kaygıyı beraberinde getirmekte, bu durum bireyin duygusal, akademik ve mesleki durumunu etkilemektedir (Asghari, Kadir, Elias ve Baba, 2013). Sınavlarda kaygı düzeyi yüksek olan kişiler, sınav ve sonrası

değerlendirme durumunda özvarlığının tehdit edildiğini düşünebilir. Sadece bu durum sınavlarda değil çeşitli etkinliklerde; yüksek sesle okuma, grup içinde konuşabilme gibi faaliyetlerde de gergin, sinirli, heyecana kapılmış ve korkmuş olabilir. Bunun sonucunda bireylerin kendilerine yönelik olumsuz düşüncelere kapılmasına ve dikkatlerinin daha kolay dağılmasına sebep olur. Böylelikle bireylerin sınav sorularını doğru okuma ve cevaplama, gerekli kelimeleri seçme ve düzgün ifade etme, konuşma esnasında düşüncelerini örgütleme gibi davranışlarında başarısız olabilirler (Karaduman, 2017: 16). Sınavlar da yaşanan kaygı öğrencilerin potansiyellerini göstermesini engellemekte, bazen öğrenim hayatlarını yarıda bırakmalarına sebep olmakta, öğrencilerin yaşam tercihlerini ve mesleki kararlarını geleceğe yönelik etkilemektedir. Sınav kaygısı diğer kişilerden yüksek olan bireyler, bilişsel kabiliyetlerini gereğince ortaya koyamadıklarından, daha düşük statülü, değerlendirme ve rekabetin diğerlerine göre daha az olduğu mesleklere yönelmektedirler (Ergene, 1994; Akt: Yıldırım ve Ergene, 2003). Bireyin ilerde seçeceği ve seçmeyi planladığı meslek hakkında tereddüt yaşamasına sebep olmaktadır. Bu da beraberinde tedirginliği getirmektedir. Öğrenciler meslek seçimleriyle ilgili geleceğe yönelik stres düzeylerinde artışa sebep olmaktadır.

Diğer akademik stres nedenleri arasında kronikleşmiş hastalıklar kişinin fiziksel olarak kendisini yetersiz görmesi, öğrencinin yalnız olması gibi faktörler gösterilebilir.

#### **1.1.1.2. Akademik Stresin Sonuçları**

İnsan yaşamı içerisinde büyük öneme sahip eğitim hayatında aksamalara neden olan akademik stresin birey üzerinde fiziksel ve psikolojik etkileri vardır. Etkilerin özelliklerine bakacak olursak en özelden genele doğru sıralanırsa, en özel ile en genel faktör arasında bir bağ vardır. Bu faktörler bireyi stres düzeyinin yoğunluğuna göre etkilemektedir. Stres düzeyi yüksek olan bireylerde fiziksel, davranışsal ve psikolojik etkiler daha yoğun olarak görülmektedir.

Eğitim hayatı içerisinde büyük öneme sahip olan stres, kontrol edilemediği takdirde akademik başarisızlıklara yol açmaktadır. Okul hayatında belirli bir başarıya sahip olan öğrenciler akademik stresin eğitim hayatına etkisine yoğun olarak izin vermez. Çünkü zaten başarılıdır ve kendisine olan güveni fazladır. Bu durum akademik başarısı çok fazla yüksek olan öğrencilerde düşük etki yaratır. Bu durum kendisini çok düşük düzeyde başarısı olan öğrenciler için de geçerlidir. Amacı olmayan ve başarı sağlamak gibi idealleri olmayan öğrenciler akademik yönden bir stres altında kalmazlar. Bu durumlarda stres eğitim hayatında büyük sonuçlar ortaya çıkarmaz.

Stres kişiler için her zaman olumsuz olarak anlanlandırılmamalıdır. Strese sebep olan faktörler bireyin sahip olduğu kapasiteyi engellerken diğer bir taraftan kapasitelerini ortaya çıkarmalarına neden olabilir. Örneğin; düşük seviyedeki stres, bireyi uyaran olabilir ve harekete geçirebilir. Kişiyi motive eden bir araç haline gelebilir. Fakat streste yaşanan artış bireylerin psikolojik, fiziksel ve davranışsal sorunlar yaşamasına sebep olabilir (Bernstein, 1994; Akt: Eryılmaz, 2009).

Anad (2013: 10) akademik stres neticesinde ortaya çıkan fiziksel, psikolojik ve davranışsal etkileri şöyle belirtmiştir:

#### *Fiziksel Etkiler*

Sırt ağrısı ve boyun ağrısı, uyusukluk, alerji, kas gerginliği, baş dönmesi, bulantı, hızlı nefes alıp-verme gibi fiziksel bozulmalara neden olacağı ifade edilmektedir.

#### *Psikolojik Etkiler*

Anksiyete, düşük benlik algısı, hayal kırıklığı ve saldırganlık, zihinsel tükenmişlik, depresyon, hüzün, sinirlilik, konsantrasyon güçlüğü psikolojik etkenler arasındadır.

#### *Davranışsal Etkiler*

Alkol, sigara kullanımı, yeme bozuklukları, erteleme davranışı, kendini soyutlama, ilaç kullanımı, ilişki sorunları, akran zorbalığı/baskısı davranışsal etkiler olarak belirtilmektedir (Akt: Bayram, 2016: 25)

Öğrenciler stresin sebep olduğu bu faktörlere yenik düşmesi bireyin hayatının gidişatını kötü yönde etkilemektedir. Yüksek düzeyde strese sahip olan bireylerde zamanla hastalıklar boy gösterebilir bu durum intihara kalkışmaya sebebiyet verip hatta ölümlere yol açabilmektedir.

Yaşanan yüksek stresin kötü sonuçlar ortaya çıkarması sebebiyle öğrencilerin stres durumları kontrol altına almaları ve gerekli tedbirlerin aileler ve öğretmenleri tarafından alınarak bireyi strese sokacak sebeplerin ortadan kaldırılması gerekmektedir. Bununla beraber öğrencilerin stresle başa çıkma yöntemleri geliştirilmelidir. Öğrencilerin, akademik strese sebep olan durumlar ile ilgili konularda başa çıkma stilleri, genel stres yönetimi gibi önemli bir konuda araştırma yapılmasının gerekliliğini göstermektedir. Öğrencilerin sorun olarak hissettikleri kişisel ve akademik görevlerin neler olduğu, ilişkili akademik stres kalıplarının anlaşılabilmesi için bütünsel bir yaklaşımın izlenmesi gerektiği belirtilmiştir (Lee ve diğerleri, 2005). Algılanan stresin öğrenci hayatı üzerinde büyük etkilere neden olması stresin kaynaklarını, sonuçlarını ve yok edilmesine yönelik tedbirlerin alınmasını önemli hale getirmektedir.

## **1.2. Öz-yeterlik**

Öğrencilerin eğitim hayatlarına etki eden faktörler arasında öz-yeterlik inancı gelmektedir. Öz-yeterlik inançları farklı olan öğrenciler değişken başarılar gösterir, farklı yaşantılar geçirir, iletişimleri, yetenekleri, geleceğe yönelik duyguları ve aile yaşantıları birbirlerinden zıt özellikler gösterebilmektedir. Bu durumda öz-yeterlik kişinin hayatında olduğu zamanı ve yapacağı tercihlerden ötürü geleceğini değiştirmede etkili bir faktör olma özelliği göstermektedir.

Zimmerman (1995) öz-yeterliği “bireyin bir işi gerçekleştirebilme, başarabilme yeteneği konusundaki kişisel yargısı” olarak ifade etmiştir. Bandura (1995) özyeterliği “kişinin bir şeyi yapabileceğine kendinin inanması” olarak belirtmiştir (Akt: Gülmez, 2015: 11). Bireyin kendisine bir konu üzerinde olan inancı olarak tanımlanabilecek olan öz-yeterlik bireylerin hayatını başarılı bir şekilde devam ettirebilmesi açısından büyük öneme sahiptir. Ayrıca öz-yeterlik

kavramını özgüven kavramından ayıran asıl durum öz-yeterliğin belirli bir konu üzerinde gerçekleşiyor olmasıdır. Kısacası öz-yeterlik verilen bir görevi gerçekleştirme veya eylemin yerine getirilebilmesi durumunda bireyin kendine güveni veya algısı olarak da özetlenebilir (Geçit ve Beldağ, 2014).

Eğitim ve öğretimde önemli bir yere sahip öğretmenlerin öğrencileri değerlendirmeleri ve onların kabiliyetli olup olmadığı şeklinde bir sonuca varmaları, öğrencilerin akademik neticeleri, kişilerle olan ilişkileri, bireyin öz-yeterlik algısına etki etmektedir (Güneş, 2011: 83).

Öz-yeterlik dört önemli kaynaktan ulaşılan bilgilerden etkilenmektedir. Bir kişinin herhangi bir görevi başarıp başaramama beklentisi, kişinin kendisine benzettiği bireylerin başarı ya da başarısızlıkları, kendi başarı ya da başarısızlıkları sonucu ulaşılan bilgiler, kişinin başarılı olup olamayacağı yönünde yapılan teşvikler şeklinde ifade edilebilmektedir (Uçal Canakay, 2007: 37-38).

Öz-yeterlik inancı, Bandura (1986: 391) tarafından “kişilerin bir performansı gerçekleştirebilmek için gerekli olan eylemleri yerine getirebilme ve bu eylemleri organize edebilme kapasiteleri hakkındaki yargıları” şeklinde tanımlanmıştır. Bu inancın insan hayatında önemli olan (a) bilişsel süreçleri, (b) motivasyonel süreçleri, (c) duygusal süreçleri ve (d) seçim yapma süreçleri gibi psikolojik süreci etkilediği söylenmiştir. Bu açıdan öz-yeterlik inancının yüksek olması durumunda bireylerin kendilerine daha yüksekte hedefler oluşturmalarına ve aldıkları kararlarda tutarlı olmalarına neden olarak onların bilişsel süreçlerini ve motivasyonlarının daha da yüksek olmasını etkilemektedir. Bununla birlikte kişilerin baş etme becerilerine olan inançlarını arttırarak tehdit edici ya da zor bir durumda ne düzeyde stres ve depresyon yaşayacaklarına etkide bulunarak duygusal durumlarını etkileyebilmektedir (Akt: Akbaş ve Çelikkaleli, 2006).

Her insan sahip olduğu öz-yeterlik düzeyini tam olarak kestiremeyebilir. Bireyler çoğu zaman içinde buldukları yeterliliğin altında ya da üstünde olduğunu düşünmektedir. Yüksek bir öz-yeterlik algısına sahip olan bireylerin birtakım özellikleri vardır. Zimmerman'e (2000) göre, yüksek düzeyde öz-yeterliğe sahip kişiler çok fazla çalışırlar. Kabiliyetleri konusunda çeşitli zorluklar

ile karşı karşıya kaldıklarında, olumsuz duygusal tepki vermeleri daha azdır. Daha çetin ve mücadele gerektiren görevleri üstlenmeye hazır durumdadırlar. Ayrıca öz-yeterlik düzeyleri yüksek olan kişilerin stres ve kaygı durumlarının yüksek düzeyde olduğunu belirtmiştir. Kalkan'a (2008) göre öz-yeterliği yüksek olan kişiler güç durumlara dayanıklıdırlar, tehdit edici durumlara ve engellemelere daha iyi karşı çıkarlar, öz-yeterliği düşük olan kişiler ise başarısızlık karşısında daha erken pes ederler ve kendi yetersizliklerine yoğunlaşırlar. Senemoğlu (2015) ise yüksek öz-yeterlik algısına sahip kişilerin yapılmamış yeni şeyler denemekten çekinmediğini ifade etmiştir. Hayatında karşılaştığı şeyleri yaşamaktan korkar ve daha az çaba gösterirler (Akt: Aykol, 2017: 19-20). Gösterilen çabanın az olması sebebiyle öğrencilerde bu durum akademik olarak başarı düzeyinde düşüş olarak karşımıza çıkmaktadır.

Akademik öz-yeterlik algıları yüksek olan öğrenciler genel olarak özellikleri arasında; hedefleri başarılı olmaktır, başarı elde etmeye yönelik olumlu beklentileri olur, riske girmekten hoşlanırlar, verilen akademik görev ve ödevleri adanmışçasına yapmaya çalışırlar, zor durumlarda yarım bırakmazlar, grup çalışmalarına önem verirler, yaşadıkları durumlar karşısında kontrollerini ayarlayabilirler, özgüven duyguları yüksek olur ve sahip oldukları potansiyelin farkında olurlar (Andersen, Dragsted, Evans ve Sørensen, 2004).

Schunk (1989) yapmış olduğu araştırmada öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin, kendilerine verilen bir görevi olumlu sonuçlandırmak için öz-yeterliği düşük olan öğrencilerden daha fazla gayret ettiklerini ve daha uzun süre çalıştıklarını belirtmiştir. Bu sebeple öz-yeterlik algısı eğitimde çalışılması gereken çok önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Akt: Tataroğlu, 2009: 20).

Öz-yeterliğin eğitim hayatına olan etkisini ve öğrenciler üzerindeki başarabilme duygusunu düşünerek, öz-yeterliğin çalışılması gereken önemli konulardan birisi olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Öz-yeterlik, bireylerin eğitimleri için akademik görevleri yapma, sınavlara hazırlanma, dönem projelerini hazırlama gibi gereklilikleri yerine getirebilmeleri

noktasında öğrencinin ihtiyacı olan motivasyonu ve bunun sürekliliğine neden olmuş olduğundan akademik olarak başarılı olmanın en önemli faktörlerinden biri olma durumundadır. Bu sebeple bu konuda yapılan araştırmalarda gözlemlenmektedir ki akademik öz-yeterlik inancı ile akademik başarı arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır (Polat, 2017).

Açıklamalarla ilişkili olarak düşünüldüğünde, öğrencilerin, sınavlara hazırlanma, ödevlerini yapma gibi akademik görevlerle mücadele etmesini kolaylaştıracak, becerilerine yönelik yeterlik inançları, onların akademik yaşamlarının büyük bir parçasını ifade etmektedir. Kişinin bu manada akademik görevlerinde yardımcı olabilecek öz-yeterlik inanç düzeyinin tespit edilmesi önemlidir (Kandemir ve Özbay, 2012).

### 1.2.1.Öz-yeterlik Kavramının İlkeleri

Bandura'nın öz-yeterlik kavramını dayandırdığı temel ilkeler şu şekilde ifade edilmektedir:

- **Karşılıklı Belirleyicilik:** Kişilik ve bulunulan çevrenin şartları davranışın oluşmasında etkilidir. Yaşanan sonraki davranış bu etkinin bir sonucudur.
- Sembolleştirme Kapasitesi:** Kişiler sembolleştirilmiş bilişsel yapılar ortaya çıkarırlar ve bu yapılar daha sonraki davranışları etkiler ve biçime sokar.
- Dolaylı Öğrenme Kapasitesi:** Kişiler gözlem yaparak öğrenebilme düzeylerini yükseltirler.
- Öngörü Kapasitesi:** Kişi gelecek durumlarla ilgili davranışlarını planlayabilir.
- Öz Düzenleme Kapasitesi:** Kişinin sergileyeceği davranışlarla ilgili kendi kabiliyet ve düzeyini (davranışı yönlendirme, kontrol) düşünmesi.
- Öz Yargılama Kapasitesi:** Kişinin kendisinden başkalarının davranışlarını gözlemleyip, kendi davranışlarını da kontrol edebilme durumudur (Akt: Karafil, 2015: 15-16). Bireyin kişiliğini sadece tek başına öz-yeterlik oluşturamaz, bununla beraber kişiliği ve davranışları etkileyen birçok başka faktörler de bulunabilmektedir.

### 1.2.2. Öz-yeterliği Etkileyen Etmenler

Öz-yeterlik inancı çeşitli durumlarda değişkenlik göstermektedir. Değişimi sağlayan birçok etken bulunmaktadır. Bandura'ya göre öz-yeterliği etkileyen faktörler şu şekildedir;

- a. Bireyin kendi deneyimleri,
- b. Dolaylı olarak elde ettiği deneyimler (başkalarının deneyimlerinden çıkarılan sonuçlar),
- c. Toplum tarafından onay görme,
- d. Kişinin fiziki ve duygusal durumu (Akt: Özerkan, 2007: 32)

Bu gibi durumlar bireyi motive ederek pozitif bir algı yaratıyorsa bireyin enerjisini artırır ve kişiyi daha fazla çaba göstermeye iter. Birey yaşantılarından yola çıkarak deneyim sahibi olur ve tekrar yaşayabileceği durumlarda kendine olan öz-yeterlik inancı farklılık gösterebilir. Yaşadığı deneyiminde başarısızlık yaşayan bireyler tekrar yaşayabileceği durum karşısında aynı şekilde başarısız olabileceğini düşünebilir.

Önceki deneyimlerinde başarı yaşayan bireylerde ileride yaşayacağı durum karşısında yüksek bir öz-yeterlik inancı oluşabilmektedir. Kişinin sadece kendi deneyimlerinden değil başka insanların deneyimlerinden de öz-yeterlik inançlarında farklılıklar oluşabilmektedir. Başkalarının olumlu ve olumsuz deneyimleri örnek teşkil edebilmektedir. Birey genellikle kendisine idol olarak gördüğü kişileri örnek almaktadır (Yılmaz, Yiğit ve Kaşarcı,2012).

Toplum çoğu zaman bireyin içinde bulunduğu onaylama ya da onaylamama görevi görür. Birey toplum tarafından bir görev veya ödevi yapabilir ya da yapamaz şeklinde değerlendirebilir ve eleştirebilir. Bu durum öz-yeterlik inancını artıracak ya da azaltabilecek bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Ayrıca bireyin içinde olduğu fizyolojik ve duygusal durumlar öz-yeterliği etkileyen diğer bir faktördür. Bireyin içinde bulunduğu ruh hali bir işin üstesinden gelebileceğine olan inancını etkiler. Birey aşırı heyecan, stres ya da korku hissettiği zamanlarda öz-yeterlik inancı zayıflamaktadır. Olumsuz duygular öz-



yeterlik inancını köreltmekte buna karşın olumlu duygular bireyde öz-yeterlik artışına sebep olmaktadır.

### **1.2.3. Öz-yeterlik ve Akademik Stres**

Öğrenci hayatı üzerinde hem öz-yeterlik hem de stresin büyük etkisi bulunmaktadır. Öz-yeterliğin düşük, yüksek ya da orta düzeyde olması stresin seviyesinde olan alçalma ya da yükselmeye neden olmaktadır. Öğrencinin kendisini öz-yeterlik bakımından yüksek hissetmesi akademik ve günlük hayatında birçok şeyin üstesinden gelebileceği inancının yüksek olmasına neden olur. Bu sebeple karşı karşıya kaldığı stres yaratan durumlarla daha kolay mücadele edebilmektedir. Bunun tam aksi durumunda ise öğrenci karşı karşıya kaldığı stresle daha zor başa çıkmaktadır.

Söylenbilir ki gelişmiş öz-yeterlik algısı ve düşük stres düzeyine sahip olmanın birçok faydası bulunmaktadır. Bunlardan ilki, akademik başarı ile ilgilidir. Akademik öz-yeterlik algısı yüksek olan öğrenciler, karşılarına çıkan zor durumlar karşısında yılmamakta ve sorunları çözmek için denemeye devam etmektedir. Bu sebeple öğrenci, sorumlu olduğu akademik görevi başarıyla tamamlayıp, akademik başarısının yükselmesini sağlamaktadır. Öz-yeterlik inancının yüksek olmasının başka bir faydası ise, öğrencileri yapılması güç durumlara karşı koyabilmesi konusunda motive etmesi ve öğrencilerin stresten daha düşük düzeyde etkilenmelerine sağlamaktır (Bandura, 1997; Akt: Uslu, 2018: 52).

Öğrencilerin bir şeyi yapabilmeye olan inancı kırılarak yok edilebilir. Bu sebeple kişi içine kapanır ve başkalarının yardımına gereksinim duyan bir hale gelebilmektedir. Kişilerin bireysel alanlarına göz attığımızda, psikolojik olarak yardım alma gereksinimleri ile kendilerine güven ve inanç göstermemeleri neticesinde öz-yeterlik inançlarının zarara uğradığı görülmektedir. Öz-yeterliği düşük olan kişilerin duygularını kontrol edemedikleri ve depresyon ile strese karşı koymakta daha zayıf oldukları görülmektedir. Güven duygusu gelişmiş, öz saygısı

yüksek olan bireyler, başarılarını değerli görmekte ve strese karşı koymaktadır (Yöndem, 2006; Akt: Erez, 2012: 5).

Öğrencilerin akademik öz-yeterlik inancı öğrenme gerçekleşirken güdüsel, davranışsal ve bilişsel boyutları ile ilişki içindedir. Öğrencilerin akademik öz-yeterlik inançları okul etkinliklerine davranışsal, bilişsel ve güdüsel katılım göstermeleri sebebiyle öğrenme seviyesine etki etmektedir. Öz-yeterlik inanç seviyesi yüksek olan kişiler kabiliyetlerine güvenirlir, bir ödevi başarılı bir sonuca ulaştırmak amacıyla gerekli çabayı göstermek için uğraşırlar ve başarabilmek için farklı yöntemler ararlar, problem çözme stratejileri geliştirirler (Cıla, 2015: 2).

Öz-yeterlik seviyesinin yüksek olması korku ve kaygının da azalmasına sebep olmaktadır. Tüm bu sebepler, sonucun başarılı olmasındaki etkenlerdir. Bu sebeple aynı becerilere sahip ancak öz-yeterlik düzeyi farklı olan iki kişi, farklı seviyelerde performans ortaya koymaktadırlar (Gist ve Mitchell, 1992).

Bu bağlamda yüksek öz-yeterlik inancı seviyesine sahip olan kişiler, zor olan çalışmalarla karşılaştıklarında daha rahat olmakta ve verim gösterebilmekteyken, düşük öz-yeterlik seviyesine sahip olan kişiler gerçekleştirecekleri çalışmaların gerçekte olduğundan daha fazla zor olduğuna inanmaktadırlar. Böyle bir düşünce; endişe ve stres seviyesini arttırırken; kişinin bir problemi en iyi biçimde çözebilmesi için lazım olan bakış açısını küçültür. Bu sebeple öz-yeterlik inancı, başarı düzeyini çok kuvvetli bir şekilde etkilemektedir (Fettahlıoğlu, Güven, İnce Aka, Sert Çıbık ve Aydoğdu, 2011) .

Vrugt, Langereis ve Hoogstraten (1997) tarafından Hollanda'da yapılan çalışmada yüksek düzeyde zekâya sahip olan üniversite öğrencilerinin akademik öz-yeterliklerinin sınav performansı üzerinde önemli bir etkisi olduğu belirlenmiştir. Lent, Brown ve Larkin (1986) tarafından yapılan çalışmada ise akademik öz-yeterlik seviyesi yüksek olan öğrencilerin akademik başarılarının aynı şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Lent, Brown ve Larkin (1984) yaptıkları araştırmada akademik yönden başarısı yüksek olan öğrencilerin sınav notlarının da yüksek olduğunu belirtmektedirler. Dolayısıyla akademik öz-yeterlik öğrencilerin başarı seviyelerinin tahmin edilmesinde önemli faktörlerden biridir (Akt: Wood ve Locke, 1987).

Bandura (2006) kişinin öz-yeterliğine dair algılarının kişinin düşünme örüntüleri, davranışsal seçimleri ve duygusal tepkileri ilişki içinde olduğunu; yeterlik inançlarının bireyin çevresindeki isteklerle başa çıkmaya çabalarken ne düzeyde stres yaşayacağını ve stres yaratıcı durumlara karşı ne kadar direnç gösterebileceğini etkilediğini söylemektedir (Akt: Asıcı ve Uygur 2017). Psikolojinin farklı uygulama alanlarında kullanılan Bandura'nın öz-yeterlik teorisinin son 20 yılda, davranışlar üzerinde büyük etkiye neden olduğu bilinmektedir. Öz-yeterlik kavramı, özellikle eğitim ile ilgili olan süreçlerde - örneğin öğrenme ve gösterilen performansla ilgili olarak - öğretmen ve öğrencilerin stresle başa çıkması ve fiziksel sağlık sorunlarının araştırılması için sıklıkla uygulanmaktadır. Öz-yeterlik beklentisi, "kişinin yetenekleri hakkındaki kendini ikna edişi" olarak tanımlanmıştır. Pozitif öz-yeterlik beklentisinin motivasyonu yükselttiğini, yeni ve zor görevlerin üstesinden gelmeyi sağladığı ve çaba harcamaya istekli bir duruma getirdiği; olumsuz öz-yeterlik beklentisinin ise bireyin kendi inisiyatifi ile davranamamasına ya da yapılan bir işi sonunu görmeden bırakmasına sebep olduğu bildirilmektedir (Akt: Yılmaz, Gürçay ve Ekici 2007).

### **1.3. İlgili Araştırmalar**

#### **1.3.1. Stres ve Öz-yeterlik İle İlgili Olarak Yurt İçinde Yapılan Bazı Araştırmalar**

Avşaroğlu (2007) tarafından yapılan "Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başa Çıkma Stillerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi" adlı çalışmasında; üniversite öğrencilerinin kararlarını alırken özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma

yöntemlerinin birtakım özlük niteliklerine göre farklılık gösterme durumu araştırılmış ve bunun yanında benlik saygısı alt ölçek puanlarının, karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma yöntemlerini ne kadar değiştirdiği incelenmiştir. Yapılan araştırmanın sonuçlarına göre; öğrencilerin cinsiyetleri ile karar vermede özsaygı puan ortalamaları ve karar verme stilleri alt boyutları arasında bir farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir bununla beraber öğrencilerin buldukları sınıfın, karar vermede özsaygı puan ortalamaları arasında farklılıkların olduğu görülmüştür.

Temel, Bahar ve Çuhadar (2007) “Öğrenci Hemşirelerin Stresle Baş etme Tarzları ve Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi” adlı çalışmalarında sınıf, okul yaşamından memnun olup olmama faktörü kardeş sayısı, ruhsal ve fiziksel durumları ile depresyon arasında manidar bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Yılmaz (2010), “İlköğretim ve Ortaöğretim Düzeyindeki Devlet Okullarında Öğretmenlerin Öz- Yeterlik Algıları ve Okullarında Algılanan Değişime Açık Olma Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmasında, eğitim-öğretim sürecinin önemli parçalarından biri olan öğretmenlerin öğrenciyle kaynaşma, belirledikleri öğretim stratejileri ve sınıf yönetimi boyutlarında öz-yeterlik algıları ve görev yaptıkları okullarda öğretmenlerin ortam değişimlerine karşı uyum sağlaması, okul yöneticilerinin farklılaşmaya yönelik düşüncelerinin olumlu yönde olması ve öğretmenlerin paydaşların değişime yönelik baskısına karşılık vermeleri bakımından algıladıkları değişime açık olma durumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda öğretmenlerin öğrenciyle kaynaşma, belirledikleri öğretim stratejileri ve sınıf yönetimi boyutlarında öz-yeterlik algıları ve görev yaptıkları okullarda öğretmenlerin ortam değişimlerine karşı uyum sağlaması, okul yöneticilerinin farklılaşmaya yönelik düşüncelerinin olumlu yönde olması ve öğretmenlerin paydaşların değişime yönelik baskısına karşılık vermeleri bakımından algıladıkları değişime açık olma durumları arasında düşük bir ilişki olduğunu göstermiştir.

Aydın ve diğeri (2011) çalışmalarını öğretim görevlileri üzerinde yürütmüşlerdir. Araştırma için araştırmacı tarafından anket geliştirilmiştir. Anket örgütsel faktörler, stres, fiziksel çevre faktörleri, bireysel faktörler olmak üzere dört bölüme ayrılmıştır. Çalışma sonucunda öğretim görevlilerinin etkisi altında kaldıkları stres düzeyleri üzerinde en önemli etkileri bireysel ve örgütsel faktörlerin etkili olduğu belirlenmiştir. Ayrıca öğretim görevlileri üzerinde fiziksel çevrenin stres oluşumunda etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Doğan, İlhan Beyaztaş ve Koçak (2012), yapılan bu çalışmanın amacı, ilköğretim 6. ve 7. sınıf Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik inancının okul başarısı üzerine etkisini, sınıf düzeyi ve cinsiyet değişkenine göre incelemektir. Çalışmada ilköğretim 6. ve 7. sınıf Sosyal Bilgiler öz-yeterlik inancının okul başarısı üzerindeki etkisini sınıf seviyesi ve cinsiyet değişkenine göre belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilmiş olan güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları yapılmış, 25 maddeden oluşan 5'li Likert tipi ölçek kullanılmıştır. Yapılan araştırmanın neticesinde Sosyal Bilgiler dersinde sınıf seviyesi değişkenine göre 6. sınıftan 7. sınıfa geçildikçe öğrencilerin öz-yeterlik seviyelerinde azalma olduğu ortaya çıkmıştır. Cinsiyet değişkeni ele alındığında ise kız ve erkek öğrencilerin öz-yeterlik ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.

Deveci, Çalmaz ve Açık (2012) tarafından yapılan çalışma üniversitesi öğrencilerinde ortaya çıkabilecek kaygı seviyeleri ve kaygı düzeyini etkileyen faktörleri belirlemek için yapılmıştır. Çalışmanın uygulandığı üniversite öğrencilerinde anlık ya da sürekli gerçekleşen kaygı düzeylerinin önemli seviyede olduğu ve birden fazla değişkenden etkilendiği ortaya çıkmıştır.

Ayan (2014), araştırmasında ortaokul 5., 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin matematik öz-yeterlik algıları, matematik kaygıları, matematik motivasyonları ve matematik tutumlarının cinsiyete, sınıfa, baba eğitim durumuna, anne eğitim durumuna göre farklılıklarını belirlemiştir. İlgili çalışmada matematik öz-yeterlik algılarının matematik kaygıları, matematik motivasyonları ve matematik tutumlarının üzerine olan etkisi de incelenmiştir. Matematik öz-yeterlik algıları 3

boyutta, Matematik kaygıları 4 boyutta, Matematik motivasyonları 4 boyutta ve Matematik tutumları 3 boyutta gruplandırılarak incelenmiştir. Yapılan araştırma sonucunda ortaokul öğrencilerinin matematik kaygılarının tüm alt boyutlarında manidar farklılıklar göstermiş olduğu, matematik motivasyonu alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği, matematik tutumları alt boyutlarının sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermiş olurken anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Araştırmanın en göze çarpan sonucu ise 5.sınıf öğrencilerinin matematiği kullanmada kendine güvenleri, davranışsal farkında olmaları, matematik tatmini ve içsel motivasyonlarının diğer sınıflara göre daha yüksek olmasıdır.

Zeytin (2015), yaptığı çalışmada üniversiteye giriş sınavı hazırlık öğrencilerinin akademik beklentilerine dair stres seviyeleri ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin bazı demografik değişkenler açısından incelemesini yapmıştır. Elde edilen verilerin analizi neticesinde öğrencilerin akademik beklentilere ilişkin stres düzeyi ile öznel iyi oluş düzeyi arasında orta düzeyde, negatif yönde, anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik beklentilere dair stres seviyeleri üzerinde cinsiyet, baba eğitim durumu, sosyal-ekonomik durum, okul türü, algılanan başarı düzeyi değişkenleri, manidar bir değişkenlik gösterirken, anne eğitim durumu, mezuniyet ve özel ders alma durumu değişkenlerinin anlamlı bir değişkenlik göstermediği sonucuna varılmıştır.

Bayram (2016), çalışmasında ergenlerin mükemmeliyetçilik özellikleri ve akademik alanda arzuların ertelenmesi ile akademik stres arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmadan elde ettiği sonuçlar şu şekildedir; ergenlerin mükemmeliyetçilik seviyeleri ile algıladıkları akademik stres arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuşken, akademik alandaki isteklerin ertelenmesi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Akademik stres alt boyutu aile/öğretmen beklentilerinin sınıf düzeyine göre, cinsiyete göre ve ailenin sergilemiş olduğu tutuma göre anlamlı şekilde farklılık göstermiş olduğu bulgular

arasındayken, kendine ilişkin beklentiler alt boyutunun ise cinsiyete göre anlamlı farklılıklar içerdiği araştırmacı tarafından tespit edilmiştir.

Doruk, Öztürk ve Kaplan (2016), yaptıkları çalışmada ortaokul öğrencilerinin matematik öz-yeterlik algılarını tahmin eden değişkenleri belirlemek amacıyla yapılmıştır. Nicel araştırma desenlerinden ilişkiyel araştırma modelinin kullanıldığı araştırmaya, bir devlet ortaokulunda öğrenimine devam eden 246 öğrenci katılmıştır. Yapılan araştırmada veri toplama aracı olarak Matematik Kaygı Ölçeği, Matematik Öz-yeterlik Algısı Ölçeği, Matematiğe Yönelik Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen verilere betimsel ve kestirimsel istatistikler uygulanmıştır. Gerçekleştirilen çalışmanın neticesinde öğrencilerin matematik kaygılarının düşük, matematiğe yönelik tutum ile matematiğe karşı öz-yeterlik algılarının yüksek seviyede olduğu tespit edilmiştir.

Ülker (2017), yapmış olduğu çalışmada lise öğrencilerinin karar verme, kişilik ve stresle başa çıkma stillerini bazı değişkenlere göre araştırmıştır. Yapılan araştırmaya Isparta ilinde bulunan Yalvaç ilçesindeki ortaöğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan 174 kadın ve 95 erkek olmak üzere toplam 269 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın neticesinde öğrencilerin kişilik özelliklerinin spor yapma durumu, cinsiyet, yaş grubu ve öğrenim görülen sınıf değişkenlerine göre istatistiksel açıdan manidar değişiklikler gösterdiği sonucu çıkmıştır.

Baltaş'ın (1981) "İlkokul Öğrencilerinin Stres Düzeyinin Ölçülmesi" adlı çalışmasında Leighton Stres Düzeyi Ölçeği Türkçeye uyarlanmıştır. Yine Baltaş (1982) "10-11 Yaş Çocuklarında Stres Değerlendirmesi" adlı araştırmasında ilkokul öğrencilerinin stres seviyeleri ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır. Stres seviyesinin genel popülasyona oranla 10-11 yaş çocuklarında daha da az olduğu saptanırken kızlar ve erkekler arasında stres seviyeleri bakımından bir değişkenlik bulunmadığı belirtilmiştir (Horoz, 2012: 53).

### **1.3.2. Stres ve Öz-yeterlik İle İlgili Olarak Yurt Dışında Yapılan Bazı Araştırmalar**

Ginns ve Watters (1995) “Öğretmen adaylarının fen öğretimi öz-yeterliklerinin kökenleri ve değişimleri” adlı çalışmalarında henüz mesleğe yeni adımını atmış olan 366 öğretmenin öz-yeterlik inançlarını incelemiştir. Araştırmadan elde ettikleri sonuca göre öğretmenlerin performansları ne derece yüksek düzeyde kendisini gösteriyorsa öz-yeterlik düzeylerinin bu duruma paralel olarak olumlu bir gelişim gösterdiği belirlenmiştir. Araştırmacının ikincil deneyim olarak nitelendirdiği başka öğretmenlerin derslerini gözlemlemek iki denekten biri için olumlu bir sonuç ortaya çıkarırken diğer denek ise birincil deneyimlerin daha fazla etkisinde kalmıştır ve sözel olarak ikna sadece deneklerden biri için öz-yeterlik inancının oluşmasında etkisini göstermiştir.

Kelly ve Berthelsen (1995) "Okul öncesi öğretmenlerinin stres deneyimleri" çalışmalarında öğretmenlerde strese neden olabilecek faktörleri ortaya çıkarmak amacıyla oluşturmuşlardır. Araştırmacılar tarafından temalar belirlenmiştir. Öğretmenlerin cevapları doğrultusunda zaman baskısı, eğitim haricinde öğretmene yüklenen görevler, öğrencilerinin ihtiyaç duydukları çeşitli faktörleri karşılamak, kişisel ihtiyaçlarını karşılamak, erken çocukluk felsefesi ve uygulama bakımı, çocukların anne babaları ile yaşadıkları sorunlar, kişilerle ortaya koydukları ilişkiler ve tutumlar ve erken çocukluk programları hakkında algılamalar okul öncesi öğretmenlerinin strese sebep olan başta gelen faktörler olduğuna ulaşılmıştır.

Hanlon ve Schneider (1999) yaptıkları çalışmada öz-yeterlik algısının geliştirmek için yapılan uygulamaların, öğrencilerin matematik dersini yapabilme durumları üzerindeki etkisinin ne düzeyde farklılık gösterdiğini belirlemiştir. Araştırma sonucunda uygulamalara katılmış olan öğrencilerin uygulamalara katılmamış olan öğrencilere göre matematik dersindeki başarıları arasında anlamlı bir şekilde değişim gösterdiği ortaya çıkmıştır.



Chacon (2005), öğretmenlerin sahip olduğu öz-yeterlik inançları ve Venezuela’ da görev yapan ortaokul öğretmenlerinin seçmeli İngilizce derslerindeki seçmeli karakterleri üzerine çalışma yapmıştır. Yapılan araştırmaya seçilen 100 öğretmen katılmıştır. Çalışma sonucunda hazırlıklı olarak derse gelen öğretmenlerin öz-yeterlik seviyeleri ile derse olan hazırlıkları arasında olumlu bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğretmenlerin Öz-yeterlik inancı arttıkça stratejilerini daha çok öğrenci odaklı olarak belirlediği tespit edilmiştir. Yapılan çalışmada kıdem ve cinsiyetin öz-yeterlik ile ilişkisi bulunmamışken yüksek düzeyde öz-yeterliğe sahip öğretmenlerin sınıf içerisinde daha az otoriter tavırlar sergilediği ve cezalandırma yöntemini daha az kullandıkları belirlenmiştir.

Hussain ve diğerleri (2008) yaptıkları çalışmada devlet ve özel lisede eğitim gören öğrencilerin ortaya çıkardıkları genel uyum seviyelerini ve içinde buldukları akademik stres seviyelerini belirlemişlerdir. Çalışma özel ve devlet okulundan olmak üzere her okuldan 50 öğrenci seçilerek yapılmıştır. Çalışma sonucunda devlet okulunda eğitim gören öğrencileri içinde buldukları akademik stres düzeyleri düşük çıkarken özel okul öğrencilerinde bu durum yüksek olarak belirlenmiştir. Genel olarak uyum düzeyleri ve akademik stres düzeyi arasında araştırmacılar tarafından bir takım farklılıklar ortaya çıkmıştır.

Sharma ve Tanmeet (2012) tarafından yapılan çalışma ergenlerde algılanan sosyal destek ve akademik stresin rolünün belirlenmesini amaçlamıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda sosyal desteğin artmasıyla akademik stresin bu duruma zıt olarak ergenler tarafından daha az hissedildiği belirlenmiştir. Ergenin yaşamı ile tutarlı olarak gerçekleştirilen sosyal desteğin bireyin etkisi altında olduğu akademik stresi daha çekilebilir ve normal düzeye indirdiği ortaya çıkmıştır.

## İKİNCİ BÖLÜM

### 2. YÖNTEM

#### 2.1. Araştırmanın Modeli

Bu tez çalışmasında nicel ve nitel araştırma verilerinden yararlanılmıştır. Bundan dolayı karma araştırma modeli şeklinde tasarlanmıştır. Creswell ve Plano Clark, (2007) karma araştırma modelinde nitel ve nicel yöntemlerin birlikte kullanılmasıyla araştırma probleminin, bir yöntemin tek başına ortaya koyduğu bulgulardan daha kapsamlı biçimde ve daha iyi anlaşılmasını sağladığını belirtmişlerdir (Fırat, Yurdakul ve Ersoy, 2014). Araştırmanın desenlenmesinde sıralı açıklayıcı desen kullanılmıştır. Bu desenlemede nicel ağırlıklı yapılan çalışma nitel verilerle desteklenmektedir (Creswell vd., 2003). Başka bir ifadeyle nitel çalışma verileri, nicel verileri yorumlamada desteklemek amacı ile tamamlayıcı nitelik taşımaktadır. Bu kapsamda seçilen çalışma grubuna önce ölçek uygulanmaktadır, ardından çalışma grubundan bir grup katılımcı ile yarı yapılandırılmış görüşme yapılmaktadır.

Bu amaçla ilk aşamada çalışmanın nicel verileri, bir durumu betimlemek amacıyla düzenlenmiş bir ölçme aracı ile elde edilmiştir. İkinci aşamada nitel verilerin elde edilmesinde ise odak grup görüşmeleri uygulanmıştır. Etkileşim ve çağrışımlar neticesinde, görüşmedeki kişiler karşılıklı olarak zihinlerindeki duygu ve düşünceleri tetiklerler; bu sebeple de zengin bir bilgi akışı ortaya çıkar. Bu yöntemde grup baskısı, sosyal onay görme ve sosyal beğenilme gibi engellerin üstesinden gelme ve katılımcıların gerçek algı, duygu ve düşüncelerine ulaşılması amaçlanmaktadır (Çokluk, Yılmaz ve Oğuz, 2011). Ayrıca nitel verilerin üzerinde ise içerik analiz tekniği uygulanmıştır. İçerik analizi, nitel veri analiz türleri arasında en sık kullanılan yöntemlerden biridir. İçerik analizi ağırlıklı olarak yazılı ve görsel verilerin analiz edilmesinde kullanılan bir yöntemdir. Bu

yöntemde tündengelimci bir yol takip edilmektedir. İçerik analizinde araştırmacı öncelikli olarak araştırma konusu ile ilgili kategoriler geliştirmektedir. Araştırmacı daha sonra incelemiş olduğu veri setinde bu kategoriler içerisine giren kelime, cümle ya da resimleri saymaktadır. Kategori geliştirme aşamasında araştırmacı dikkatli olmalı ve aynı metin üzerinden benzer bir araştırma yürütmeyi planlayan başka araştırmacıların da aynı sonuçlara ulaşabilecekleri türden uygun kategoriler geliştirmelidir (Silverman, 2001). İçerik analizinde yapılan işlem, birbirine benzeyen verileri belirli kavramlar ve temalar çerçevesinde bir araya getirmek ve bunları okuyucunun anlayabileceği bir biçimde düzenleyerek yorumlamaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2011).

## **2.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme**

Nicel veriler açısından araştırmanın evreni, Rize ilindeki ortaokulların 5, 6 ve 7. sınıflarında öğrenim gören öğrencilerdir. Bu evren içerisindeki 6 devlet okulunda öğrenim gören öğrenciler arasından tesadüfi yolla seçilen ve ayrıca çalışmaya gönüllü katılan öğrenciler örnekleme meydana getirmiştir. Araştırmanın yürütüldüğü 2017-2018 öğretim yılının bahar döneminde 954 öğrenciye nicel verilerin edinildiği ölçek uygulanmıştır. Nitel veriler açısından ise araştırmanın çalışma grubu, akademik stres ölçeğinden alınan puanlara bağlı olarak bu 954 öğrenci içerisinde belirli ölçütler (Tablo 3.2.) doğrultusunda seçilen 9 öğrenciden meydana gelmiştir. Nitel veriler toplamak için bu öğrencilerle görüşmeler yapılmıştır. Bu kapsamda görüşmelere dahil edilen öğrencilerin seçiminde ön görülen ölçütlere dayanarak ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemde örnekleme seçilecek bireyler, araştırmacının kişisel görüşüne göre belirlenir (İşçil, 1977). Bireyler, evrenin her yerinden, temsil gücü yüksek, ulaşılması ve bilgilerin toplanması kolay olduğu umulanlar arasından seçilir. Bu nedenle görüşmelere katılacak öğrenciler, araştırmacının birebir görüşmeleri ve çalışmaya katılma izni alınarak belirlenmiştir. Bunun dışında 9 öğrencinin ebeveynleri de çalışmaya dahil edilmiştir. Böylelikle öğrenciler arasında yaşanan

akademik stres, ebeveynler tarafından değerlendirilmiş ve öğrencilerden elde edilen verilerle arasında tutarlılık sağlanmıştır.

### 2.2.1. Araştırmanın 1. Aşamasında Öz-Yeterlik Ölçek Uygulamasına Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri

Çalışmanın uygulandığı ortaokul 5., 6. ve 7. sınıflardan seçilen 954 öğrenciye Sosyal Bilgiler öz-yeterlik ölçeği dağıtılmış ve öğrencilerin ilgili konudaki algılarına ilişkin veriler elde edilmiştir. Tablo 3.1.'de çalışmaya dahil edilen 954 adet 5., 6. ve 7. sınıf öğrencileri hakkında bazı demografik özellikler belirtilmiştir.

Tablo 1

Sosyal Bilgiler Öz-yeterlik Ölçeği Uygulanan Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Dağılım

<b>Cinsiyet</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Kız	443	46.4
Erkek	511	53.6
<b>Sınıf düzeyi</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
5. sınıf	320	33.5
6. sınıf	310	32.5
7. sınıf	324	34.0
<b>Anne eğitim düzeyi</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Okuma- yazma bilmiyor	39	4.1
İlkokul	320	33.5
Ortaokul	260	27.3
Lise	192	20.1
Üniversite	123	12.9
Lisansüstü	20	2.1
<b>Baba eğitim düzeyi</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Okuma- yazma bilmiyor	18	1.9
İlkokul	193	20.2
Ortaokul	266	27.9
Lise	275	28.8
Üniversite	168	17.6
Lisansüstü	34	3.6
<b>Anne çalışma durumu</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Ev hanımı	153	16.0
İşçi	713	74.7

Memur	88	9.2
<b>Baba meslek durumu</b>	f	%
İşçi	734	76.9
İşsiz	17	1.8
Memur	155	16.2
Emekli	48	5.0
<b>Evde kendine ait oda durumu</b>	f	%
Var	739	77.5
Yok	215	22.5
<b>Sosyal Bilgiler dersinden hoşlanma durumu</b>	f	%
Hoşuma gitmez	38	4.0
Biraz hoşuma gider	427	44.8
Çok hoşuma gider	489	51.3
<b>Ailenin gelir durumu</b>	f	%
Düşük	39	4.1
Orta	776	81.3
Yüksek	139	14.6
<b>Kardeş sayısı</b>	f	%
1	72	7.5
2	361	37.8
3	332	34.8
4	123	12.9
5 ve üzeri	66	6.9
<b>Toplam</b>	954	100

### 2.2.2. Araştırmanın 2. Aşamasında Odak Grup Görüşmelerine Dâhil Olan Öğrenciler

Çalışmanın 2. aşamasında akademik stres görüşme uygulamasına katılan öğrencilerin ve ailelerinin demografik özellikleri Tablo 2 ve Tablo 3'te gösterilmiştir.

#### Öğrenciler

Çalışmada uygulanan öz-yeterlik ölçme aracının analizi gerçekleştirilerek puanlar düşük, orta ve yüksek düzey şeklinde kategorize edilmiştir. 0-41 puan aralığı düşük; 42-83 puan aralığı orta ve 84-125 puan aralığı ise yüksek düzey öz-yeterliliğe karşılık gelmektedir. Bu bağlamda düşük, orta ve yüksek öz-yeterlik düzeylerindeki en düşük, orta ve en yüksek değeri elde eden her sınıf seviyesinden birer öğrenci olmak üzere toplam 9 öğrenciden meydana gelen bir

odak görüşme grubu oluşturulmuştur. Tablo 3.2.'de araştırma kapsamında 5, 6 ve 7. sınıfların her birinden düşük, orta ve yüksek öz-yeterliğe sahip öğrencilerin çalışmaya dâhil edilme gerekçeleri belirtilmiştir.

Tablo 2

Odak Grup Görüşmesine Dahil Edilen Öğrencilerin Özellikleri ve Çalışmaya Dahil Edilme Gerekçeleri

Kod	Cinsiyet	Sınıf	Öz-yeterlik puanı	Çalışma grubuna dâhil edilmesinin gerekçesi
ÖY5	Kız	5	124	Sınıf seviyesindeki en yüksek öz-yeterlik düzeyi
ÖO5	Kız	5	78	Sınıf seviyesindeki orta öz-yeterlik düzeyi
ÖD5	Kız	5	40	Sınıf seviyesindeki düşük öz-yeterlik düzeyi
ÖY6	Kız	6	123	Sınıf seviyesindeki en yüksek öz-yeterlik düzeyi
ÖO6	Erkek	6	64	Sınıf seviyesindeki orta öz-yeterlik düzeyi
ÖD6	Kız	6	32	Sınıf seviyesindeki düşük öz-yeterlik düzeyi
ÖY7	Erkek	7	124	Sınıf seviyesindeki en yüksek öz-yeterlik düzeyi
ÖO7	Erkek	7	62	Sınıf seviyesindeki orta öz-yeterlik düzeyi
ÖD7	Erkek	7	41	Sınıf seviyesindeki düşük öz-yeterlik düzeyi

#### Aileler

Bu çalışmada Sosyal Bilgiler öz-yeterlik ölçeği sonucunda seçilen her sınıf düzeyinden düşük, orta ve yüksek öz-yeterliğe sahip 9 öğrencinin aileleri ile de görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Tablo 3'te araştırma kapsamında seçilen 9 öğrencinin aileleri hakkındaki demografik özellikler verilmiştir.

Tablo 3

Odak Grup Görüşmesi Katılımcılarının Ebeveyn Özellikleri Dağılımı

Kod	Cinsiyet	Eğitim Düzeyi	Meslek	Çocuk Sayısı
VY5	Kadın	Üniversite mezunu	Mimar	3
VO5	Kadın	Ortaokul mezunu	Ev hanımı	3
VD5	Kadın	İlkokul mezunu	Ev hanımı	3
VY6	Kadın	Lise mezunu	Ev hanımı	3
VO6	Kadın	Üniversite mezunu	Ev hanımı	2
VD6	Kadın	Ortaokul mezunu	Ev hanımı	2
VY7	Erkek	İlkokul mezunu	Şoför	4
VO7	Erkek	Üniversite mezunu	Mühendis	2
VD7	Erkek	İlkokul mezunu	İşçi	3

### **2.3. Veri Toplama Süreci**

Bu bölümde veri toplama süreci ve veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler sunulmuştur.

#### **2.3.1. Veri Toplama Araçları**

Bu bölümde tez çalışmasında kullanılan ölçme araçları hakkında açıklamalar yer almıştır. Çalışmada uygulanan başlıca ölçme araçları şu şekildedir:

##### **2.3.1.1. Kişisel Bilgi Formu**

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik düzeylerini farklı demografik özellikler bakımından karşılaştırmak amacıyla araştırmacı tarafından bir kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Bu formda öğrencilerin cinsiyeti, sınıf düzeyi, Sosyal Bilgiler dersinden hoşlanma durumu, kardeş sayısı, ailenin meslek grubu, gelir durumu ve eğitim düzeyini öğrenmek amacıyla yerleştirilmiş sorular yer almıştır.

##### **2.3.1.2. Sosyal Bilgiler Öz-yeterlik Ölçeği**

Bu çalışmada kullanılan ölçek, öğrencilerin öz-yeterlik düzeylerini belirlemek üzere Doğan, Beyaztaş ve Koçak (2012) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilmesi aşamasında bir ölçme ve beş alan uzmanı olan altı öğretim elemanına danışılmıştır. Bu suretle uzmanlardan gelen öneriler doğrultusunda maddelerde ifade değişikliklerine gidilmiştir. Oluşan taslak ölçek toplam 45 maddeden meydana gelmiştir. Ölçeğin ön uygulaması 6. ve 7. sınıflarda okuyan 750 öğrenciye uygulanmıştır. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda özdeğeri 1'den büyük 7 faktör bulunduğu, bu faktörlerin toplam değişkenliğin % 58.67'sini açıkladığı görülmüştür. Ardından birinci faktöre düşen 25 maddenin (1, 6, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40 ve 44) faktör yüklerinin .46 ile .75 arasında değiştiği belirlenmiştir. Bu sonuçlara dayanarak birinci boyuta düşen maddeler seçilerek 25 maddelik tek boyutlu bir ölçek elde edilmiştir. Elde edilen bu 25 maddelik ölçek için iç tutarlık katsayısı

(Cronbach Alfa) .95 olarak hesaplanmıştır. Oluşturulan 25 maddelik ölçekteki maddelerin toplam ölçek puanlarıyla standartlaştırılmış regresyon değerlerinin .42 ile .84 arasında değiştiği, tüm katsayıların .01 düzeyinde istatistiksel olarak önemli olduğu bulunmuştur. Ölçekte likert tipi ölçek kullanılmıştır (Hiçbir zaman=1, Nadiren=2, Bazen=3, Çoğu zaman=4, Her zaman=5). 25 maddeli ölçeğin 1 ve 2. maddesinde tersten kodlama yapılması gerekmektedir. Bu çalışmada da bu ilkeye dikkat edilmiş, veri girişinde 1. ve 2. maddede tersinir biçimde kodlama yapılmıştır. Bunun yanında orijinal kaynaktan alınan geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin yanında bu çalışmada da 25 madde için iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) hesaplanmış ve .92 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin güvenilir olduğuna kanaat getirilmiştir.

### **2.3.1.3. Öğrenci Görüşme Formu**

Çalışmada akademik stres hakkında derinlemesine bilgi edinmek amacıyla uygulanmak istenen odak grup görüşme formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Öncelikle literatürde stres ve ilgili duyuşsal öğeleri (kaygı, motivasyon, tutum vb.) ele alan araştırmalar kapsamlı biçimde taranmıştır. Bu araştırmalarda kullanılan ölçme araçlarından faydalanılarak görüşme formu düzenlenmiştir. Özellikle Blashill (2016) tarafından geliştirilen akademik stres ölçeğinden bu çalışmaya uygun maddeler aktararak açık uçlu soru türüne dönüştürülmüştür. Taslak şekilde oluşturulan görüşme formu, 17 sorudan oluşmuştur. Soruların hazırlanma aşamasında 3 uzman, 1 psikolojik danışman ve 4 Sosyal Bilgiler öğretmeninden görüşler alınmıştır. Araştırmada iç geçerliği artırmak amacıyla başlangıçta yazılan soruların araştırılan olguyu ortaya koyup koyamayacağını saptamak için konu ile ilgili uzman görüşlerine başvurulmuş ve gelen dönütler doğrultusunda sorulara son şekli verilmiştir. Araştırmanın güvenilirliğini artırmak amacıyla verilerin analiz sürecinde bir başka uzmanın da görüşlerine başvurularak tutarlılıklar ve çelişkilere dayalı temalar ortaya konmuştur.



Hazırlanan sorular temel itibariyle sınıf içi öğretmen gözlemleri, stresle ilgili literatürde ortaya konan bilimsel açıklamaların belirlenmesiyle meydana getirilmiştir. Bunun yanında ortaokul 5, 6 ve 7. sınıfta öğrenim gören 3'er öğrenciye görüşme formundaki sorular sorulmuş ve soruların amaca uygun olup olmadığı kontrol edilmiştir. Bu suretle ölçme aracı son uygulamaya hazır hale getirilmiştir.

Asıl uygulamada öz-yeterlik ölçeğine katılan 954 öğrenci arasından daha önceden belirtilen kriterlere göre tespit edilen 9 öğrenci ile yarı yapılandırılmış görüşmeler yürütülmüştür. Bu öğrencilere araştırmacı tarafından hazırlanmış olan son görüşme formu uygulanmıştır. Son uygulama sayesinde öğrencilerin öz-değerlendirme yaparak akademik strese yol açan durumlar, oluşumlar ve stres düzeyini farklılaştıran temel etmenler görüşlerine dayandırılarak betimlenmiştir.

Araştırmada her biri 3'er öğrenciden oluşan gruplara 3 odak görüşmesi yürütülmüştür. Veriler yardımcı raportör aracılığı ile yazılı ve sesli olarak kayıt altına alınmıştır. Soru-cevap şeklinde gerçekleştirilen odak grup görüşmesinin her biri 90-100 dakika arasında sürmüştür. Öğrencilerin sınava tabii tutulduklarını düşünmemeleri için günlük hayatlarına yakın, sakin, rahat ve sohbet ortamının olduğu bir çevrede görüşmeler düzenlenmiştir. Görüşme U şeklinde oturma düzeni yapılarak gerçekleştirilmiştir. Görüşmenin yürütüldüğü öğrenciler, çalışmanın ilk aşamasında uygulanan ölçekten elde edilen puanların düşük, orta ve yüksek düzeyde kategorize edilmesi ile seçilmiştir. Görüşmeye başlandığında kişilere bu görüşmenin amacı ve gizliliği hakkında bilgi verilir (Uzuner, 1999). Öğrencilerin her birinin farklı okullardan olması veya yabancı bir ortama girmiş olmalarından dolayı oluşabilecek stres düzeyini en az düzeye indirmek için yakınlarından birinin görüşmeye dâhil edilmesine izin verilmiştir. Bu bağlamda görüşmelerde öğrencilerle birlikte bazı anne-babalar da yer almıştır. Buna karşın aileler, öğrencilerin görüşlerini ileri sürmelerine müdahalede bulunmamışlardır. Öğrencilerle yürütülen bu odak grup görüşmelerinin ardından velilere de soru-cevap yardımı ile mülakat gerçekleştirilmiştir. Bu görüşmelerden önce öğrenciler dışarıya çıkartılmıştır. Öğrencilerin öz-yeterlik ölçeğine verdikleri yanıtlar,

velilere gösterilerek ortaya çıkan sonuca ilişkin bir açıklama yapmaları istenmiştir. Yapılan çalışmanın amacı hakkında bilgilendirmede bulunulmuştur. Çalışmaya tümüyle gönüllü katılım gösteren veliler dâhil edilmiştir. Bu amaçla tüm velilere görüşme öncesinde çalışmaya katılım onam formu doldurtulmuş ve imzalatılmıştır.

#### **2.3.1.4. Veli Görüşme Formu**

Bu çalışmada öğrencilerle yürütülen odak grup görüşmelerinde ortaya çıkan stres düzeyini etkileyen ve stres oluşturan etmenleri daha derinlemesine irdelemek amacıyla öğrencilerin velileri de çalışmaya dahil edilmiş ve görüşme gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda öğrencilerin anne ve babaları ile farklı bir ortamda görüşmeler yapılmıştır. Görüşme kapsamında sorulan sorular uzman görüşü alınarak hazırlanmıştır. Bu soruların düzenlenmesinde araştırmanın örneklemini dışında başka okullarda öğrenim gören öğrencilere sahip anne ve babaların kısa görüşleri dikkate alınmıştır. Hazırlanan taslak formda 6 adet soru yer almıştır, bu taslak form önceki hazırlanan formdaki sorular ile tutarlılık göstermiştir. Öğrencilerle velilerin algıları arasındaki tutarlılığı ya da zıtlığı ortaya çıkarmak amacıyla denetleyici sorular da hazırlanmıştır. İki taslak formun revize edilmesi ile ortaya son bir form çıkmıştır. Bu form ise odak grup görüşmelerinin ardından görüşmeye katılan öğrencilerin aileleri ile bireysel biçimde uygulanmıştır.

#### **2.4. Veri Analizi**

Çalışmada toplam 954 öğrenciye ölçme aracı uygulanmıştır. Nicel verilerin analizinde, öz-yeterlik ölçeğine ait ortalama puanlar, bunlara ait standart sapmalar ve gruplar arası puan farklılıklarını gözlemlemek amacıyla istatistikî teknikler kullanılmıştır. Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik ölçeğinden alınan puanların normal dağılıma uygunluğuna bakıldığında Kolmogorov-Smirnov sonuçlarına göre her iki ölçekte de istatistikî bakımdan anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bu nedenle, öğrencilerin öz-yeterlik düzeylerinin kişisel

özellikleri bakımından farklılık olup olmadığını ve farklılıkların hangi gruplar lehine olduğunu belirlemek amacıyla veriler parametrik testlerle değerlendirilmiştir. Farklılığın belirlendiği durumlarda da farklılığın hangi gruplar arasında gerçekleştiğini ortaya koymak için LSD testleri uygulanmıştır. Bunun yanında, varyans analizi için önce levene testi uygulanarak, varyansların homojenliği test edilmiştir. Levene testi sonucunda anlamlı farklılığın belirlendiği durumlarda; parametrik bir test olan varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır (Sümbüloğlu ve Sümbüloğlu 2000). Varyans analizi (ANOVA) testi sonucunda anlamlı bir farklılık bulunması halinde ise grupların ikili kombinasyonları üzerinden bağımsız t-testi uygulanarak (Büyüköztürk, 2003:156) farkın kaynağı incelenmiştir. Bunun yanında tüm demografik özellikler hakkında aritmetik ortalama ve standart sapma hesaplamaları yapılmıştır. Verilerin analizinde istatistiksel anlamlılık değeri  $p < .05$  olarak belirlenmiştir.

Araştırmada 9 öğrenci ile yürütülen görüşmelerle elde edilen nitel veriler içerik analizine tabi tutulmuştur. İçerik analizi, insan davranışlarının dolaylı bir şekilde araştırılmasına olanak sağlayan bir tekniktir. İçerik analizi görüşme ve gözlem verilerini analiz etmede kullanışlı bir araçtır (Freankel ve Wallen, 2006). Metinleri ve çözümlenmeleri ele alan içerik analizinin amacı bir teori test etmek ya da üretmek amacıyla ortaya çıkan temaların ve önceden var olan kategorilerin kullanımı sayesinde verileri özet biçimine dönüştürmektir (Cohen, Manion ve Morrison, 2007: 476). Bu amaç doğrultusunda veriler öncelikli olarak bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Görüşme yapılan öğrencilerin isimleri belirtilmeden öz-yeterlik düzeylerine göre kodlamalar yapılmıştır (örneğin; düşük öz-yeterlik için ÖD5, ÖD6, ÖD7; orta öz-yeterlik için ÖO5, ÖO6, ÖO7; yüksek öz-yeterlik için ÖY5, ÖY6, ÖY7 gibi). Verilerin analizi, araştırmacı ve danışmanı tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırmacı, analiz sürecinde birbirinden bağımsız olarak sözcük, cümle ve paragraf birimlerine göre kodlamaları gerçekleştirmiştir. Daha sonra uzmanların birbirinden bağımsız olarak ulaştığı kod ve temalar bir araya getirilerek tutarlılık ve çelişkilere dayalı olarak tema ve alt temalara son hali verilmiştir. Bu kodlama sürecinde uzmanların yaptığı değerlendirmeler

araştırmacının kendisinin oluşturduğu kategorilerle karşılaştırılmış ve karşılaştırmalarda görüş birliği ve görüş ayrılığı sayıları tespit edilerek oluşturulan kod ve temaların güvenirliği Miles ve Huberman'ın (1994) formülü (Gvenirlik=grş birliği/görüş birliği+görüş ayrılığı) kullanılarak .79 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen bu uyum katsayısı nitel verilerin analizinin yüksek güvenirlikte olabileceğini göstermektedir. Bununla birlikte uzman görüşleri ile uyumluluk göstermeyen tema ve kodlar düzeltilerek analizler açısından bulguların son hali verilmiştir.



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### 3. BULGULAR

#### 3.1. Çalışmada Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterlik İle İlgili Elde Edilen Nicel Verilere İlişkin Bulgular

Bu başlık altında öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları incelenmiştir. Verilerin normal dağılıma sahip olması şartına bakmak için öncelikle çarpıklık ve basıklık katsayıları dikkate alınmıştır. Öz-yeterlik değişkenine ilişkin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri sırasıyla .83 ve .90'dır. Elde edilen bu değerler -1 ile +1 arasında olduğu için çalışma grubunun normal dağılım gösterdiği bulunmuştur. Bunun yanında öz-yeterlik puanları üzerinde uygulanan normallik testi sonuçları Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4

Öz-Yeterlik Puanları Üzerinde Uygulanan Normallik Testi Sonuçları

<b>Kolmogorov-Smirnov</b>			
	<b>İstatistik</b>	<b>Sd</b>	<b>p</b>
Öz-yeterlik	-.498	954	.158

Tablo 4'e göre yapılan normallik testine göre anlamlılık düzeyi. 05'ten büyük olduğundan öğrencilerin öz-yeterlik puanlarının normal dağılıma sahip olduğu belirlenmiştir. Bundan dolayı gruplar arası karşılaştırmalar için parametrik teste başvurulmasına karar verilmiştir. Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları cinsiyetlerine göre karşılaştırılması için t-testi uygulanmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5

Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterliklerine İlişkin Puanları Üzerinde Yapılan Bağımsız t-Testi Sonuçları

Grup	N	X	Ss	sd	t	p
Kız	443	3.7873	.74718	952	3.483	.001**
Erkek	511	3.6154	.77098			

\*\*p<.01 düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanlarının cinsiyetlerine göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız t-testi uygulanmış ve elde edilen bulgular Tablo 4.2.'de verilmiştir. Tablo 4.2. incelendiğinde öğrencilerin cinsiyetleri bakımından anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur ( $t_{(952)}=3.483$ ;  $p<.01$ ). Buna göre kız öğrencilerin öz-yeterlik puanları erkek öğrencilerin puanlarına göre daha yüksektir. Diğer deyişle kız öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliklerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek düzeyde olduğu belirtilebilir.

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre karşılaştırılmış ve elde edilen varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 4.3.'te verilmiştir.

Tablo 6

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Sınıf Düzeylerine Göre Öz-Yeterliliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	9.850	2	4.925		
Gruplar içi	547.066	951	.575	8.562	.000**
Toplam	556.917	953			

\*\*p<.01 düzeyinde anlamlı

Tablo 6'daki sonuçlara göre öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir [ $F_{(2-951)}=8.562$ ;  $p<.01$ ]. Buna göre öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyi, Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Diğer deyişle Sosyal Bilgiler dersi öz-

yeterliliği, sınıf düzeyine göre istatistiki bakımdan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

Tablo 7’te araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 7

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Öğrenim Gördükleri Sınıf Düzeylerine Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları

Sınıf düzeyi	N	X	Ss
5. sınıf	320	3.8281	.76852
6. sınıf	310	3.6752	.73765
7. sınıf	324	3.5831	.76802
Toplam	954	3.6952	.76445

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında bulunan anlamlı farkın hangi sınıflar arasında olduğunu belirlemek için LSD testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, 5. sınıfta okuyan öğrenciler ile 6. sınıfta öğrenimini sürdüren öğrencilerin öz-yeterlik inançları arasında 5. sınıf öğrencileri lehine anlamlı fark bulunmuştur. Diğer deyişle 5. sınıf öğrencilerinin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanları daha yüksektir. Sınıf düzeyi arttıkça öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının azaldığı tespit edilmiştir.

Tablo 8’de araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının annelerinin eğitim düzeylerine göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 8

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	34.536	5	6.907	12.535	.000**
Gruplar içi	522.380	948	.551		
Toplam	556.917	953			

\*\* p<.01 düzeyinde anlamlı

Tablo 8'deki sonuçlara göre, öğrencilerin annelerinin eğitim düzeylerine göre Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir [ $F_{(5-948)}=12.535$ ;  $p<.01$ ]. Buna göre öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyleri, Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Diğer deyişle Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliliği, annelerinin eğitim düzeylerine göre istatistiki bakımdan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

Tablo 9'da araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının annelerinin eğitim düzeylerine göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 9

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları

Anne Eğitim Düzeyi	N	X	Ss
Okuma-yazma bilmiyor	39	3.1364	.77464
İlkokul	320	3.5910	.74583
Ortaokul	260	3.6215	.75879
Lise	192	3.8744	.73332
Üniversite	123	3.9883	.68309
Lisansüstü	20	3.8880	.83891
Toplam	954	3.6952	.76445



Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında bulunan anlamlı farkın hangi anne eğitim düzeyleri arasında olduğunu belirlemek için LSD testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, annesi okuma-yazma bilmeyen öğrenciler ile annesi üniversite mezunu öğrencilerin öz-yeterlik inançları arasında üniversite mezunu anneler lehine anlamlı fark bulunmuştur. Diğer deyişle annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanları daha yüksektir. Lisansüstü eğitim durumu hariç anne eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının arttığı tespit edilmiştir.

Tablo 10’da araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının babalarının eğitim düzeylerine göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 10

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	33.538	5	6.708	12.149	.000**
Gruplar içi	523.379	948	.552		
Toplam	556.917	953			

\*\*p<.01 düzeyinde anlamlı

Tablo 10’daki sonuçlara göre, öğrencilerin babalarının eğitim düzeylerine göre Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir [ $F_{(5-948)}=12.149$ ;  $p<.01$ ]. Buna göre öğrencilerin babalarının eğitim düzeyleri, Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Diğer deyişle Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliliği, babalarının eğitim düzeylerine göre istatistiki bakımdan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

Tablo 11’de araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının babalarının eğitim düzeylerine göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 11

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları

<b>Baba Eğitim Düzeyi</b>	<b>N</b>	<b>X</b>	<b>Ss</b>
Okuma- yazma bilmiyor	18	3.1067	.72104
İlkokul	193	3.4338	.76757
Ortaokul	266	3.6486	.77424
Lise	275	3.8143	.68237
Üniversite	168	3.8590	.75034
Lisansüstü	34	4.0835	.79699
Toplam	954	3.6952	.76445

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında bulunan anlamlı farkın hangi baba eğitim düzeyleri arasında olduğunu belirlemek için LSD testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, babası okuma-yazma bilmeyen öğrenciler ile babası lisansüstü eğitim ve üniversite mezunu öğrencilerin öz-yeterlik inançları arasında eğitim düzeyi yüksek babalar lehine anlamlı fark bulunmuştur. Diğer deyişle babası üniversite mezunu veya lisansüstü eğitim mezunu olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanları daha yüksektir. Bu bağlamda baba eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının arttığı tespit edilmiştir.

Tablo 12’de araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının annelerinin çalışma durumuna göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 12

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Annelerinin Çalışma Durumuna Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	10.394	2	5.197	9.043	.000**
Gruplar içi	546.523	951	.575		
Toplam	556.917	953			

\*\*p<.01 düzeyinde anlamlı

Tablo 12'deki sonuçlara göre, öğrencilerin annelerinin çalışma durumuna göre Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir [ $F_{(2-951)}=9.043$ ;  $p<.01$ ]. Buna göre öğrencilerin annelerinin çalışma durumu, Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Diğer deyişle Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliliği annelerinin çalışma durumuna göre istatistiki bakımdan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

Tablo 13'de araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının annelerinin çalışma durumuna göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 13

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Annelerinin Meslek Durumuna Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları

Anne Çalışma Durumu	N	X	Ss
Ev hanımı	153	3.6322	.74179
İşçi	713	3.6687	.76491
Memur	88	4.0200	.72954
Toplam	954	3.6952	.76445

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında bulunan anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için LSD testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, annesi ev hanımı olan öğrenciler ile annesi memur olan öğrencilerin öz-yeterlik inançları arasında annesi memur olanlar

lehine anlamlı fark bulunmuştur. Diğer deyişle annesi memur olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanları daha yüksektir. Bunun yanında anlamlı fark bulunmasa da annenin işçi olarak çalışması öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının artmasına yol açmaktadır.

Tablo 14'te araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının babalarının meslek durumuna göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 14

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Babalarının Meslek Durumuna Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	12.539	3	4.180	7.294	.000**
Gruplar içi	544.378	950	.573		
Toplam	556.917	953			

\*\*p<.01 düzeyinde anlamlı

Tablo 14'teki sonuçlara göre, öğrencilerin babalarının meslek durumuna göre Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir [ $F_{(3-950)}=7.294$ ;  $p<.01$ ]. Buna göre öğrencilerin babalarının meslek durumu, Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Diğer deyişle Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliliği, babalarının meslek durumuna göre istatistiki bakımdan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

Tablo 15'te araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının babalarının meslek durumuna göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 15

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Babalarının Meslek Durumuna Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları

<b>Baba Meslek Durumu</b>	<b>N</b>	<b>X</b>	<b>Ss</b>
İşçi	734	3.6390	.76730
İşsiz	17	3.5671	.67026
Memur	155	3.9406	.74174
Emekli	48	3.8075	.66707
Toplam	954	3.6952	.76445

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında bulunan anlamlı farkın hangi baba meslek durumları arasında olduğunu belirlemek için LSD testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, babası işsiz olan öğrenciler ile babası memur olan öğrencilerin öz-yeterlik inançları arasında memur olarak çalışan babaların lehine anlamlı fark bulunmuştur. Diğer deyişle babası memur olarak görev yapan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanları diğer gruplara göre daha yüksektir. Bu bağlamda babanın çalışma durumu söz konusu oldukça ya da emekli babası olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının arttığı tespit edilmiştir.

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları evlerinde kendilerine ait odalarının bulunup bulunmamasına göre karşılaştırılması için t-testi uygulanmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 16'da gösterilmiştir.

Tablo 16

Öğrencilerin Evlerinde Kendilerine Ait Odalarının Bulunup Bulunmamasına Göre Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterliklerine İlişkin Puanları Üzerinde Yapılan Bağımsız t-Testi Sonuçları

<b>Evde kendine ait oda durumu</b>	<b>N</b>	<b>X</b>	<b>Ss</b>	<b>sd</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Var	739	3.7663	.75912	952	5.405	.000**
Yok	215	3.4508	.73322			

\*\*p<.01 düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanlarının evlerinde kendilerine ait odalarının bulunup bulunmamasına göre anlamlı olarak farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız t-testi uygulanmış ve elde edilen bulgular Tablo 16’da verilmiştir. Tablo 16 incelendiğinde öğrencilerin evlerinde kendilerine ait odalarının bulunup bulunmaması bakımından anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur ( $t_{(952)}=5.405$ ;  $p<.01$ ). Buna göre evlerinde kendilerine ait odası bulunan öğrencilerin öz-yeterlik puanları diğer öğrencilerin puanlarına göre daha yüksektir. Diğer deyişle öğrencilerin evlerinde kendilerine ait odalarının bulunması Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliklerinin odası bulunmayan öğrencilere göre daha yüksek düzeyde olduğu belirtilebilir.

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları dersten hoşlanma durumuna göre karşılaştırılmış ve elde edilen varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 17

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersinden Hoşlanma Durumuna Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	114.293	2	57.146		
Gruplar içi	442.624	951	.465	122.782	.000**
Toplam	556.917	953			

\*\*p<.01 düzeyinde anlamlı

Tablo 17’deki sonuçlara göre, öğrencilerin dersten hoşlanma durumuna göre Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir [ $F_{(2,951)}=122.782$ ;  $p<.01$ ]. Buna göre öğrencilerin dersten hoşlanma durumu, Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilik üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Diğer deyişle Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliği dersten hoşlanma durumuna göre istatistiki bakımdan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

Tablo 18’de araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının dersten hoşlanma durumuna göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 18

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Dersten Hoşlanma Durumuna Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları

<b>Dersten Hoşlanma Durumu</b>	<b>N</b>	<b>X</b>	<b>Ss</b>
Hoşuma gitmez	38	2.8495	.66566
Biraz hoşuma gider	427	3.4024	.65275
Çok hoşuma gider	489	4.0166	.70815
Toplam	954	3.6952	.76445

Tablo 18’deki sonuçlara göre öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında bulunan anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için LSD testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, Sosyal Bilgiler dersinden hiç hoşlanmayan öğrenciler ile çok hoşlanan öğrencilerin öz-yeterlik inançları arasında hoşlanan öğrencilerin lehine anlamlı fark bulunmuştur. Diğer deyişle dersten çok hoşlanan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanları diğer gruplara göre daha yüksektir. Bu bağlamda öğrencilerin dersten hoşlanma düzeyi arttıkça Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının da arttığı tespit edilmiştir.

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları ailelerinin gelir durumuna göre karşılaştırılmış ve elde edilen varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 19’da verilmiştir.

Tablo 19

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ailelerinin Gelir Durumuna Göre Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	8.111	2	4.055		
Gruplar içi	548.806	951	.577	7.027	.001**
Toplam	556.917	953			

\*\*p<.01 düzeyinde anlamlı

Tablo 19'daki sonuçlara göre, öğrencilerin ailelerinin gelir durumuna göre Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir [ $F_{(2-951)}=7.027$ ;  $p<.01$ ]. Buna göre öğrencilerin ailelerinin gelir durumu, Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilik üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Diğer deyişle Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliliği ailelerinin gelir durumuna göre istatistiki bakımdan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

Tablo 20'de araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının ailelerinin gelir durumuna göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 20

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Ailelerinin Gelir Durumuna Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları

Ailelerin Gelir Durumu	N	X	Ss
Düşük	39	3.4308	.83419
Orta	776	3.6744	.75238
Yüksek	139	3.8858	.77856
Toplam	954	3.6952	.76445

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında bulunan anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için LSD testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre ailelerinin gelir durumu düşük öğrenciler ile yüksek öğrencilerin öz-yeterlik inançları arasında yüksek gelirli aileye sahip



öğrencilerin lehine anlamlı fark bulunmuştur. Diğer deyişle aile geliri yüksek olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanları diğer gruplara göre daha yüksektir. Bu bağlamda öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyi arttıkça Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının da arttığı tespit edilmiştir.

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları kardeş sayısına göre karşılaştırılmış ve elde edilen varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 21’de verilmiştir.

Tablo 21

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Kardeş Sayısına Göre Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterliklerine İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	9.168	4	2.292	3.971	.003**
Gruplar içi	547.749	949	.577		
Toplam	556.917	953			

\*\*p<.01 düzeyinde anlamlı

Tablo 21’deki sonuçlara göre öğrencilerin kardeş sayısına göre Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir [ $F_{(4-949)}=3.971$ ;  $p<.01$ ]. Buna göre öğrencilerin kardeş sayısı, Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Diğer deyişle Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliği kardeş sayısına göre istatistiki bakımdan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

Tablo 22’de araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının kardeş sayısına göre ortalama ve standart sapma analiz sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 22

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Dersine Yönelik Öz-Yeterlik Puanlarının Kardeş Sayısına Göre Ortalama Ve Standart Sapma Analiz Sonuçları

Kardeş Sayısı	N	X	Ss
1	72	3.8111	.76669
2	361	3.7703	.78863
3	332	3.6863	.73442
4	123	3.4836	.75921
5 ve üzeri	66	3.5976	.71533
Toplam	954	3.6952	.76445

Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında bulunan anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için LSD testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre kardeş sayısı 1 olan öğrenciler ile 4 kardeşe sahip öğrencilerin öz-yeterlik inançları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Diğer deyişle kardeş sayısı 1 olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanları diğer gruplara göre daha yüksektir. Bu bağlamda öğrencilerin kardeş sayısı arttıkça Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının azaldığı tespit edilmiştir. Buna karşın 5 ve üzeri kardeş sayısında öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliklerinin artış gösterdiği öne sürülebilir.

### 3.2. Çalışmada Sosyal Bilgiler Dersi Öz-Yeterlik İle İlgili Elde Edilen Nitel Verilere İlişkin Bulgular

Gerçekleştirilmiş olan çalışmada odak grup görüşmesi yapılmıştır. Uygulanan “*Sosyal Bilgiler Öz-yeterlik Ölçeği*” sonucunda seçilen düşük, orta ve yüksek derecede öz-yeterliğe sahip öğrenciler ve aileleri ile yapılan görüşme soruları iki başlığa ayrılmıştır. *Öğrenci odaklı görüşmeler* ve *aile odaklı görüşmeler*. Öğrenci kaynaklı stres faktörleri *Sosyal Bilgiler Dersinden Kaynaklı Stres Faktörleri*, *Sosyal Bilgiler Öğretmeni* ve *Çevreden Kaynaklı Stres Faktörleri* ve *Aileden Kaynaklı Stres Faktörleri* olacak şekilde üç alt başlığa ayrılmıştır. Oluşturulan temalar öğrencilerin sorulara verdikleri cevaplar doğrultusunda ortaya çıkarılmıştır. Uygulanan “*Sosyal Bilgiler Öz-yeterlik*

*Ölçeği*” sonucunda elde edilen 9 öğrenci sırasıyla; öz-yeterliği düşük olan 5. sınıf öğrencisi ÖD5, öz-yeterliği orta olan ÖO5 ve öz-yeterliği düşük olan ÖD5; 6. sınıflarda düşük, orta ve yüksek öz-yeterliğe sahip öğrenciler ÖD6, ÖO6 ve ÖY6; 7. sınıflarda ise orta ve yüksek öz-yeterliğe sahip öğrenciler ÖD7, ÖO7 ve ÖY7 şeklinde kodlanmıştır.

### **3.2.1. Öğrenci Odaklı Görüşmeler**

Öğrenciler tarafından cevaplanan sorular kapsamında Sosyal Bilgiler Dersinden Kaynaklı Stres Faktörleri, Öğretmen ve Çevreden Kaynaklı Stres Faktörleri ve Aileden Kaynaklı Stres Faktörleri yer almaktadır.

#### **3.2.1.1. Sosyal Bilgiler Dersinden Kaynaklı Stres Faktörleri**

Bu temada Sosyal Bilgiler dersine yönelik beş alt tema şeklinde hazırlanan görüşme soruları öğrenciler tarafından cevaplanmıştır. Öz-yeterlik düzeyleri ve akademik stres düzeyleri arasındaki ilişki aşağıdaki tablolarda gösterilmiştir.

##### **- Sosyal Bilgiler Dersinin Öneminden Kaynaklı Stres**

Eğitim sisteminde verilen her ders büyük önem arz etmektedir. Ancak öğrenciler bazı durumlarda dersi yapıp yapamama durumlarına göre derslerde yaşanan stres düzeyleri farklılık gösterebilir. Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik düzeyine bağlı olarak yaşanan stres durumlarında farklılıklar gözlemlenmiştir. Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine verdikleri önemden dolayı yaşadıkları stres durumlarının belirlenmesi için “*Sosyal Bilgiler dersi sence önemli midir? Bu derste Stres yaşar mısın? Evetse/kısmense/hayırsa neden?*” sorusu üzerine stres düzeyleri tespit edilmiştir. Tablo 23’ te öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersinin öneminden kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 23

Sosyal Bilgiler Dersinin Öneminden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Bilememe Korkusu	ÖD5	1
	Kısmen evet	Zorluk derecesine göre	ÖD6	2
		Tarih konularında sıkılma	ÖD7	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Derste kısmen zorlanma	ÖÖ5	2
		Derste kısmen zorlanma, sıkılma	ÖÖ6	
	Hayır	Kolay ders	ÖÖ7	1
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Akademik bilgi düzeyi fazla olması	ÖY5	3
		Dersi sevme	ÖY6	
			ÖY7	

Tablo 23'e göre Sosyal Bilgiler dersinin öneminden kaynaklı stres durumlarının ne seviyede olduğuna cevabı "evet" olan 1 öğrenci (ÖD5) tespit edilmiştir. "Hayır" cevabı veren öğrenci sayısı 4 (ÖÖ7, ÖY5, ÖY6 ve ÖY7) olarak belirlenmiştir. "Kısmen evet" şeklinde cevaplayanlar ise 4 öğrenci (ÖD6, ÖD7, ÖÖ5 ve ÖÖ6) olarak ortaya çıkmaktadır. Sosyal Bilgiler dersine yönelik stresi etkileyen faktörler; derste soruları bilememe korkusu, öğrencilerin dersleri zorluk derecesine göre belirleyip kolay ya da zor derslerde düşük ya da yüksek stres yaşamaları, ders içindeki tarih konularından sıkılma durumları ve derse olan ilgi ve sevgi durumları olarak belirlenmiştir. Öz-yeterlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin hepsi Sosyal Bilgiler dersi öneminden kaynaklı stres sorusuna "hayır" cevabı verirken öz-yeterlik düzeyi düşük olan 1 öğrenci "evet", 2 öğrenci "kısmen evet" cevabını vermiştir. Orta düzeyde öz-yeterlik gösteren öğrenciler ise "kısmen evet" ve "hayır" cevaplarını vermişlerdir. Bu durumda öz-yeterlik ile stres oluşumu arasında ters yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Soruya yönelik öğrenci görüşleri şu şekildedir;

*ÖD5 "Evet. Sosyal dersi bilmemiz gereken bir ders benim için önemli. Çoğu zaman bilememekten korktuğum için stres yaşıyorum."*

ÖD6”Kısmen. Matematik dersi Sosyal dersinden daha önemlidir ama Sosyal Bilgiler de Beden Eğitimi dersine göre daha önemli bir derstir, Beden eğitimi dersinde çok fazla zorlanmadığım için fazla stres yapmıyorum ama Sosyal Bilgiler dersinde zorlanıyorum.”

ÖD7”Kısmen evet, tarih konuları daha önemli. Tarih konularının anlatıldığı derslere pek girmek istemem çok stresli olurum ve sıkılırım.”

ÖO5”Kısmen. Zorluk derecesine göre dersleri önemli tutarım ve ona göre stres yaşarım. Sosyal dersinden orta düzeyde zorlanıyorum ve orta seviyede stres yaşıyorum.”

ÖO6 “Hayır. Sosyal Bilgiler önemli bir derstir. Çok fazla stres yapmam biraz seviyorum dersi ama bazen sıkılıyorum.”

ÖO7”Hayır. Önemli bir derstir günlük yaşamımızı anlatıyor çünkü ama Sosyal dersinde çok fazla stres yaşamıyorum çünkü çok fazla zorlanmıyorum.”

ÖY5 “Hayır. Her ders benim için önemlidir ve hepsinde başarılı olmaya çalışırım, Sosyal Bilgiler dersi de önemlidir, bu derste çok fazla stres yapmıyorum çünkü çok bildiğim şeyler.”

ÖY6”Hayır. Benim için her ders önemlidir. Hepsine aynı şekilde çalışırım ama Sosyal Bilgiler dersine kendi isteğimle daha çok çalışırım. Stresli olmam çünkü çok seviyorum.”

ÖY7 “Hayır. Sosyal Bilgiler dersi önemli bir ders benim için çünkü hayata hazırlanmamızı sağlıyor. Seviyorum ve stres yapmıyorum.”

### **- Yapılan Etkinliklerden Kaynaklı Stres**

Ülkemizde derslerde yapılan etkinlikler eğitim –öğretim sürecinde büyük önem ifade etmektedir. Dersin işlenişine ve akılda kalıcılığına etkide bulunan etkinlikler eğitim-öğretim anlayışımızın temel faktörlerindedir. Yapılan çalışmada öğrencilere “Etkinlikler yapılmalı mı? Sosyal Bilgiler dersinde istemediğin ve olmasını daha çok istediğin etkinlikler nelerdir?” ve “Sosyal Bilgiler dersinde en çok hangi uygulamalar (yöntem, teknikler, aktiviteler vb.) yapılmaktadır?” soruları yöneltilmiştir. Tablo 24’te farklı düzeyde öz-yeterlik

gösteren öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersinde yapılan etkinliklerden kaynaklı stres durumları gösterilmiştir.

Tablo 24

Yapılan Etkinliklerden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Yarışma korkusu, çekinme	ÖD5	2
		Heyecanlanma	ÖD6	
	Hayır	Yapamama korkusu	ÖD7	1
		Evet	Yapılmazsa sıkılırim	ÖO6
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Film ve videolar olmalı, yarışmalarda heyecanlanma	ÖO5	2
		Grup oyunları olmalı, yarışma korkusu	ÖO7	
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Yarışma korkusu yok	ÖY5	3
		Grup oyunları olmalı	ÖY6	
		Yapılmazsa sıkılırim	ÖY7	

Tablo 24'e bakıldığında 4 öğrenci (ÖO6, ÖY5, ÖY6 ve ÖY7) etkinliklerin yapılıp yapılmaması durumunda "evet" cevabını vermişlerdir. 4 öğrenci (ÖD5, ÖD6, ÖO5 ve ÖO7) etkinliklerin kısmen olması gerektiğini belirtmişlerdir. "Hayır" cevabı veren sadece 1 öğrenci (ÖD7) vardır. Öğrenci öz-yeterlik düzeyi düşük olan üç öğrenci arasında yer almaktadır. Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi etkinliklerden kaynaklı stres durumlarını etkileyen faktörler arasında yarışma korkusu ya da korkunun olmaması, etkinlik olmaması durumunda sıkılma durumu, grupta çalışma isteği ve heyecan, etkinlikleri yapamama (becerememe) durumu olarak belirlenmiştir. Öz-yeterlikleri yüksek olan tüm öğrenciler etkinliklerin yapılması ve artırılmasının kendilerinde stres hissinin oluşmasında etken olmadığını belirtmişlerdir. Orta düzeyde öz-yeterlik sahibi 1 öğrenci arkadaşları ile aynı görüşte olup etkinliklerin olması gerektiğini belirtmiştir. Öğrenci cevapları şu şekildedir.

ÖD5 etkinliklerin derste çok fazla yapılmasını istemediğini belirterek öğretmenin dersi anlatmasını daha çok istediğini belirtmiştir. Öğrenci *bilgiye dayalı etkinliklerden korktuğunu* belirterek yarışmaların ders içinde olmasını

istememektedir. *Bireysel olarak yapılan etkinliklerden grup olarak yapılan etkinliklere oranla daha fazla çekindiğini* belirtmiştir.

ÖD6 “*Kısmen evet. Topluca oyunlar oynayalım bireysel etkinliklerde heyecanlanırım, yarışmalardan korkarım.*”

ÖD7 “*Hayır yapılmasın. Öğretmen anlatsın. Yapamayacağım etkinlikler olur diye korkarım.*” şeklinde ifade etmişlerdir.

ÖO6 dersi öğretmenin anlatmasından *sıkıldığını* belirtmiştir. Derste daha fazla oyunlar oynanmasını ve yarışma gibi etkinliklerin onu sıkıntıya uğratmayacağını belirtmiştir.

ÖO5 “*Dersi hep öğretmenim anlatırsa sıkılırım etkinlik olsun, filmler ve videolar izleyelim, yarışmalar biraz heyecanlandırabilir bu yüzden kısmen evet.*”

ÖO7 ise “*Kısmen evet. Derste grupça oyun oynamak çok güzel ama bence de yarışmalar biraz stres yapabilir.*” biçiminde ifade etmişlerdir.

ÖY7 etkinliklerin yapılmasını kendisini eğlendirdiğini belirterek sadece öğretmenin ders anlattığı durumlarda çok fazla *sıkıldığını* söylemiştir.

ÖY5 “*Etkinlikler yapılsın. Grup şeklinde oyunlar oynarken çok eğlenirim. Yarışmada kendimi rahat hissedirim her zaman olsa oynarım. Panikte yapmam.*”

ÖY6 “*Yapılmalı. Derste tabu gibi oyunlar oynamak isterdim hep beraber, etkinlikler strese girmeme sebep olmaz. Keşke daha çok oynayabilsek.*” şeklinde ifade etmişlerdir.

#### **- Ödev Yapımından Kaynaklı Stres**

Ev ödevleri öğretmenler tarafından kalıcılığı sağlamak için çok fazla kullanılmaktadır. Yapılan araştırmada öğrencilere “*Sosyal Bilgiler dersi için verilen ev ödevini yaptığın halde sınıfa getirmediğinde stres yapar mısın? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?*” şeklinde soru yöneltmiştir. Tablo 25’te öz-yeterlikleri farklı öğrenciler Sosyal Bilgiler dersi ödev yapımından kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 25

## Ödev Yapımından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Öğretmenden korkmuyorum	ÖD7	1
	Evet	Telaşlanırdım Öğretmen korkusu	ÖD5 ÖD6	2
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	İlimli öğretmen	ÖO7	1
	Kısmen evet	Not kaygısı	ÖO5 ÖO6	2
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Öğretmen inancı	ÖY5	3
			ÖY6 ÖY7	

Tablo 25'e göre ödev yapımından kaynaklı strese "evet" cevabını veren 2 öğrenci (ÖD5 ve ÖD6) olarak belirlenmiştir. "Hayır" cevabı veren 5 öğrenci (ÖD7, ÖO7, ÖY5, ÖY6 ve ÖY7) vardır. Bununla beraber "kısmen evet" diyen 2 öğrenci (ÖO5 ve ÖO6) belirlenmiştir. Ödev yapımından kaynaklı stres durumları farklılık gösteren öğrencilerin sorulara karşı nedenleri; öğretmen korkusu ya da ilimli öğretmene karşı korku duymama, telaşlanma, not kaygısı ve öğretmenin kendisine olan güvenini kırma durumu olarak belirlenmiştir. Öz-yeterlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin hepsi ödev yapımından kaynaklı olarak stres yaşamayacaklarını belirtmiştir. Buna karşılık öz-yeterlikleri düşük olan 3 öğrenciden sadece 1 tanesi stres yaşamayacağını belirtmiştir. Orta düzeyde yeterlik gösteren öğrencilerden 2 öğrenci kısmen stres yaşayacaklarını belirtmiş ve 1 öğrenci stres yaşamayacağını söylemiştir. Öğrenci cevapları şu şekildedir;

ÖD5 "Ödevimi yapıp da getirmemiş olsaydım öğretmenime durumu anlatmaya çalışırdım, telaşlanırdım."

ÖD6 "Ödevimi yapmamış olsam çok korkardım, öğretmenimden korkardım, müdürden annemi arardım ve getirmesini isterdim."

ÖD7 "Hayır yapmam. Öğretmenimiz fazla kızıyor bu konuda."

ÖO5 ve ÖO6 derslerde ödev kontrolü sırasında sadece (-) aldıklarını belirterek fazla strese girmeyeceklerini fakat ödev sonucunda eğer not alacaklar ise biraz stresli olabileceklerini belirtmişlerdir.



Ö07 ise “Hayır yapmazdım çünkü öğretmenim kızmıyor.” şeklinde ifade etmiştir..

ÖY5, ÖY6 ve ÖY7 “Ödevlerini zaten her zaman getirdiklerini”, “Unuttuklarında bu durumu öğretmenlere söyleyeceklerini ve öğretmenlerinin zaten onlara inandığını” belirtmişlerdir.

### - Alınan Notlardan/Başarısızlıktan Kaynaklı Stres

Öğrenciler için büyük önem taşıyan sınav notları kişiler üzerinde stres yaratabilmektedir. Öğrenciler üzerindeki not kaynaklı yaşanan stresin tespiti için sorulan “Sosyal Bilgiler dersinden düşük not aldığı/başarısızlık yaşadığında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa Neden” sorusuna cevaplar aranmıştır. Tablo 26 ’da öz-yeterlik düzeyleri farklı öğrencilerin alınan notlardan kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 26

Alınan Notlardan/Başarısızlıktan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Kurtaramama düşüncesi, üzüntü, ağlama Kaygı, karamsarlık	ÖD5 ÖD7	2
	Kısmen evet	-	ÖD6	1
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Aileden çekinme	ÖÖ5 ÖÖ7	2
		Üzüntü, aile korkusu	ÖÖ6	1
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Kendime güvenirim, düzeltirim	ÖY5 ÖY6 ÖY7	3

Tablo 26’ya göre alınan notlardan kaynaklı stres oluşumuna “evet” cevabı veren 2 öğrenci (ÖD5 ve ÖD7) tespit edilmiştir. “Kısmen evet” cevabı veren 4 öğrenci (ÖD6, ÖÖ5 ve ÖÖ7) varken “hayır” diyen 3 öğrenci (ÖÖ6, ÖY5, ÖY6 ve ÖY7) şeklinde belirlenmiştir. Öğrencilerin alınan notlardan kaynaklı stres durumlarını etkileyen faktörleri şu şekilde ifade ettiği belirlenmiştir; Kurtaramama

düşüncesinden kaynaklı üzüntü, kaygı, karamsarlık, aile korkusu ve kendilerine olan güvenleri. Genel olarak öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin alınan notlardan kaynaklı stres durumlarının pozitif olduğu, öz-yeterliği düşük olan öğrencilerin ise negatif olduğu görülmektedir. Öz-yeterliği orta olan öğrenciler ise “kısmen” ya da “hayır” diyerek stres durumlarını belirtmişlerdir. Öğrenci cevapları şu şekildedir;

ÖD5 “*Düşük not aldığımda çok üzülmediğimi ve bazen ağladığımı*” belirtmiş ve “*Bu durum karşısında çok karamsar olacağımı ve notunu düzeltememekten korkacağımı*” söylemiştir.

ÖD6 *Kısmen stresli olacağımı. Çok fazla üzüleceğimi ama ağlamayacağımı* belirtmiştir.

ÖD7 “*Evet. Notlarım düşük olduğunda çok kaygılanırım hep gelecek sınavları düşünürüm ilkini yapamadıysam belki diğer sınavları da yapamam.*” biçiminde düşüncesini belirtmiştir.

ÖO5 “*Kısmen diyebilirim. Düşük not alsam çok fazla üzülmem ama eve gitmeye biraz çekinirdim aileme söyleyeceğim için*”

ÖO6 “*Kısmen. Üzülürdüm, ailemin kızmasından korkardım ama dünyanın sonu değil çalışır düzeltirim.*”

ÖO7 ise “*Aldığım not düşük olursa sadece annemden korkardım o yüzden kısmen diyebiliriz*”

ÖY5 “*Düşük not almış olsam kâğıdımda bir sorun olduğunu düşünürdüm, öğretmenimden kontrol etmesini isterdim.*” şeklinde düşüncelerini belirterek yüksek öz-yeterliğe sahip olan birey davranışları sergilediği tespit edilmiş ve “*İyi düşünürüm çünkü diğer sınavlardan yüksek not alır geçerim.*” diyerek bu durumun kendisi için sorun olmayacağını belirtmiştir.

ÖY6 “*Sosyal Bilgiler dersi benim en çok sevdiğim ders düşük alacağımı düşünmem hep çalışırım düzeltirim*” biçiminde ifade etmiştir. Derse olan ilgi ve alakanın alınan düşük notlara pozitif yönde etki edebileceği görülmektedir.

ÖY7 “*Düşük not alsam kötü düşünmem, pes etmem kendime güveniyorum*” şeklinde ifade etmiştir.

### - Karmaşık Görülen Konulardan Kaynaklı Stres

Konunun öğretmenler tarafından anlatılmadan önce öğrenciler tarafından ön yargıları oluşabilir. Konuyu zor olarak görür ve akademik stres yaşanmasına sebep olabilir. Bu sebeple yapılan odak grup görüşmesinde öğrencilere; “*Sosyal Bilgiler dersinde zor ve karmaşık yeni bir konuya geçildiğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa neden?*” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 27’de öz-yeterlikleri farklı olan öğrencilerin karmaşık görülen konulardan kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 27

Karmaşık Görülen Konulardan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	F
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Anlamamaktan korkma, endişe	ÖD5	3
		Başarısız olma korkusu, endişe ve pes etme	ÖD7	
	Hayır	Anne yardımı, rahatlık	ÖD6	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Endişe	ÖO7	1
		Rahat olma	ÖO5	2
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Kendisine olan güven	ÖO6	3
		Derse ilgiliyim yapabilirim	ÖY5	
			ÖY7	

Tablo 27’ye göre karmaşık görülen konularda stres durumlarına “evet” diyen 3 öğrenci (ÖD5, ÖD6 ve ÖD7) tespit edilmiştir. Öğrenciler arasında “kısmen evet” cevabını veren 2 öğrenci (ÖO5 ve ÖO6) varken “hayır” diyen 4 öğrenci (ÖO7, ÖY5, ÖY6 ve ÖY7) şeklinde belirlenmiştir. Karmaşık konularda stres durumlarına etki eden faktörler konuyu anlamamaktan korkma, endişe, başarısız olma korkusu ve buna istinaden pes etme, anne yardımına karşı rahat olma durumu, endişe, kişinin kendine güveni ve derse olan fazla ilgi şeklinde tespit edilmiştir. Görülmektedir ki öz-yeterliği yüksek olan tüm öğrenciler bu durumda stres yaşamadıklarını belirtirken öz-yeterliği düşük olan tüm öğrenciler

bu durumun kendilerinde strese sebep olacağını belirtmişlerdir. Öğrenci cevapları şu şekildedir;

ÖD5 ilk başta *endişeleneceğini ama yine de konunun anlatılmasını bekleyeceğini belirtmiştir*. Nedenini ise *konuyu anlamayacağını düşüneceği için endişe duyacağını belirtmiştir*.

ÖD6 “*Karmaşık gördüysem endişeli olurum, anlamak için çabalamazdım, yapamam illaki o konuyu*” biçiminde belirtmiş ve yaşayacağı böyle bir durum karşısında pes edeceğini belirtmiştir.

ÖD7 “*Konuyu karmaşık gördüğümde anlamamaktan korkarım*” şeklinde belirtmiştir.

ÖÖ5, ÖÖ6 ve ÖÖ7 “*Konuların karmaşık olması biraz endişeye sebep olabilir, konuyu anlamaya çalışırdım*” diyerek bu konu açısından fazla bir sorun olmayacağını belirtmişlerdir. ÖÖ6 kısmen evet diyerek konunun karmaşık olmasının *dünyanın sonu* olmayacağını belirtmiş ancak geleceği ve derslerinin iyi olması açısından konuyu da öğrenmesi gerektiğini söylemiştir. *Rahat* bir durumda olacağını belirtmiştir.

ÖÖ5 “*Konuyu anlamak için çabalardım ama anlayamazsam endişe ederdim. Ama sorup öğrenmeyi düşünürdüm. Kısmen evet diyebiliriz.*”

ÖÖ7 “*Hayır. Rahat olurum. Annem bana öğretir o konuyu ona güvenirdim*” şeklinde belirtmişlerdir.

ÖY5 “*Hayır kendime güvenirim. Konuların karmaşık olması beni zorlamaz, zorlanacağımı hissetsem öğretmenime sorarım ve anlatır. Yine anlamazsam kendim evde çalışırım, öğretmenimin daha anlatmadığı bir konuya evde önceden okumaya başlarım, sorun olmaz.*”

ÖY6 bu durum karşısında rahat olacağını belirterek “*Sosyal Bilgiler dersini çok sevdiği için her geçilen konu ne kadar zor olursa olsun üstesinden geleceğini*” belirtmiştir.

ÖY7 “*Hayır. Çoğu konuyu başarırım çünkü. Sosyal Bilgiler dersinde kâşifler konusuna geçtiğimizde o kadar kişiyi nasıl aklıma tutacağım diye biraz*

tereddit etmişim ama çok zevkli bir konu olduğu için öyle bir şey olmadı.” şeklinde belirtmişlerdir.

### 3.2.1.2. Sosyal Bilgiler Öğretmeni ve Çevreden Kaynaklı Stres Faktörleri

Bu başlık altında öğrenciyi öğretmen, öğrenci, bulunulan ortamın fiziki yapısı, iklimi gibi faktörlerin stres durumuna olan etkisi açıklanmıştır.

#### - Beklenmedik Anda Gelen Sorulardan Kaynaklı Stres

Öğretmenler tarafından yapılan sözlüler ve ani soru sormalar öğrenciler tarafından korkuya sebep olan olaylar arasında gösterilmektedir. Bu durumda stres oluşumuna sebep olan bu durumun öz-yeterlikleri farklı öğrenciler arasında ne derece etki ettiğini belirlemek amacıyla öğrencilere; “Sosyal Bilgiler dersi öğretmeniniz beklemediğin bir anda sana soru sorduğunda stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa Neden?” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 28’de öz-yeterlikleri farklı öğrencilerin beklenmedik anda gelen sorulardan kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 28

Beklenmedik Anda Gelen Sorulardan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Soruları bilemem düşüncesi, endişe	ÖD5	3
		Öğretmen korkusu	ÖD6	
		Arkadaşlarından utanma, heyecanlanma	ÖD7	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Öğretmen korkusu	ÖÖ5	1
		Sık sorulan sorulara alışma	ÖÖ6	
	Hayır	Kendine güven, heyecansızlık	ÖÖ7	2
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Sık sorulan sorulara alışma	ÖY5	3
		Öğrenmeye olan istek	ÖY6	
			ÖY7	

Tablo 28'e göre beklenmedik anda gelen sorular karşısında "evet" cevabını veren 4 öğrenci (ÖD5, ÖD6, ÖD7 ve ÖO5) tespit edilmiştir. Buna karşılık "hayır" cevabını veren 5 öğrenci (ÖO6, ÖO7, ÖY5, ÖY6 ve ÖY7) şeklinde belirlenmiştir. Beklenmedik anda gelen sorular karşısında stres faktörlerini öğrenciler; soruları bilememe endişesi, öğretmen korkusu, arkadaşlarından utanma, heyecan, sık sorulan sorulara karşı stresin körelmesi, kendine güven ve öğrenmeye olan istek şeklinde açıklamışlardır. Elde edilen verilere göre öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin tümü beklenmedik anda gelen sorulara karşı stres yaşamadığını belirtirken öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin tümü stres yaşadıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin cevapları şu şekildedir;

ÖD5 *"Evet. Bana sorulan sorulardan çok korkarım, çünkü bilemeyeceğimi düşünürüm, sözlü yapılacağı zaman bana sıra gelmesin diye dua ederim. Endişelenirdim."*

ÖD6 *"Evet. Çok korkardım seçilmekten, bilemezsem öğretmen bağıryor bazen."*

ÖD7 *"Evet. Bende sıranın bana gelmesini istemezdim, heyecanlanırdım. Arkadaşlarımda içinde bilemezsem utanırdım."* şeklinde ifade etmişlerdir

ÖO5 sorulara hazırlıklı olmaya çalıştığını fakat heyecanlandığını, bu durum karşısında öğretmeninden çekindiğini belirtmiştir.

ÖO6 *"Her zaman soruyor öğretmenimiz gitgide alışıyorum, o yüzden hayır."*

ÖO7 ise *"Hayır. Soru sorulduğunda tedirginlik yaşarım ama ayağa kalktığımda ve konuşmaya başladığımda bu durum yavaş yavaş geçer. Heyecansız olurum, sorulan soruyu bilirim ben."*

ÖY5 *"Hayır. Öğretmenimiz zaten hep soruyor, benim için sorun yaratmaz"*

ÖY6 *"Hayır. Sorunun cevabını bilmesem bile öğrenmiş olurum bana sorulan sorularda korkmam."*

ÖY7 “Hayır. Çok heyecan yapmam, öğretmenimiz sözlü yaparken hep parmak kaldırırım beni seçmesi için, bilemesem bile ipucu isteyerek bilmeye çalışırım hoşuma gidiyor.”

### - Sınıf Ortasında Öğretmenden Alınan Uyarılardan Kaynaklı Stres

Sınıf ortamında öğrencinin yaptığı hatadan dolayı aldığı uyarılar bireyin arkadaşlarına ve öğretmenine karşı stres düzeyinde artışı sağlayan etkenlerden biri olarak gösterilmektedir. Bu bağlamda öğrencilere; “Sosyal Bilgiler dersi öğretmeniniz derste iken arkadaşların içerisinde seni uyardığında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa neden?” sorusu öğrencilere yöneltilmiştir. Tablo 29’da öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin sınıf ortasında öğretmenden alınan uyarılara karşı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 29

Sınıf Ortasında Öğretmenden Alınan Uyarılardan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Değersiz hissetme, utanma	ÖD5	2
		Arkadaşların alaycı tavırları, utanma	ÖD6	
	Kısmen evet	Uyarılmaya alışma, utanma	ÖD7	1
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Suçluluk duygusu	ÖO7	1
	Hayır	Uyarı normal bir durum	ÖO5	2
			ÖO6	
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Hatayı kabul etme	ÖY5	3
			ÖY6	
		Uyarı normal bir durum	ÖY7	

Tablo 29’a göre sınıf ortasında öğretmenden alınan uyarılara karşı stres durumuna “evet” cevabı veren 3 öğrenci (ÖD5, ÖD6 ve ÖO7) olarak belirlenmiştir. “Kısmen evet” cevabı veren 1 öğrenci (ÖD7) ve “hayır” cevabı veren 5 öğrenci (ÖO5, ÖO6, ÖY5, ÖY6 ve ÖY7) şeklinde belirlenmiştir. Öğrenciler öğretmenden alınan uyarılara karşı stres durumlarına etki eden faktör nedenleri olarak; kendini diğer arkadaşlarına göre değersiz hissetme, utanma,

arkadaşların alaycı tavırları, uyarılmaya alışma durumu, suçluluk duygusu, hatayı kabul etme ve uyarılmayı normal kabul etme şeklinde belirlenmiştir. Öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin tümü bu durum karşısında stresli olmayacaklarını belirtirken öz-yeterliği düşük olan öğrencilerden 2'si "evet" 1 tanesi "kısmen evet" cevabını vermiştir. Orta öz-yeterlik gösteren öğrencilerden 2'si "hayır" derken 1 tanesi "evet" yanıtını vermiştir. Öğrencilerin cevapları şu şekildedir;

Ders esnasında uyarı aldığında *utandığını* belirten ÖD5 "*Bir kere konuşmuştum derste öğretmenim de kızdı, çok utanmışım, arkadaşlarımdan da utanmışım. Daha konuşmadım ondan sonra.*" şeklinde belirterek öğretmenin kendisine kızdığında onu *diğerlerine göre daha az sevdiğini düşündüğünü* belirtmiştir. Bu durum da öğrenci utancının kaynağının arkadaşlarına oranla daha değersiz olduğunu hissetmesi sebebiyle oluştuğunu belirtmiştir.

ÖD6 "*Evet. Çok fazla utanırdım ve daha konuşmazdım, çok fazla kızmış ise belki ağlardım daha önce ağlamıştım çünkü. Arkadaşlarım dalga geçmişti.*" şeklinde ifade etmişlerdir.

ÖD7 "*Kısmen evet diyebilirim çünkü çoğu zaman uyarılıyorum biraz utaniyorum.*" şeklinde belirtmişlerdir.

ÖÖ5 ve ÖÖ6 öğretmenden uyarı almanın *normal* bir durum olduğunu ve bu durum karşısında sorun yaşamayacaklarını belirtmişlerdir.

ÖÖ7 "*Evet. Çok fazla konuşmadığım için uyarılmışsam suçluyumdur kesin.*"

ÖY5, ÖY6 Eğer uyarı almışsalar "*uyarılı haklı olarak almış olabileceklerini*" belirtmişler ve bu durum karşısında *sorun yapmayacaklarını* söylemişlerdir.

ÖY7 "*Hayır. Uyarı alıyorum, o an biraz üzülebiliyorum ama hemen geçiyor, sınıfta herkes uyarı alabiliyor zaten sorun yapmam gerekmiyor.*" şeklinde ifade etmiştir.



### - Fiziki Mekân ve İklim, Doğa Şartlarından Kaynaklı Stres

Öğrencilerin içinde buldukları ortam stres yaşamalarında etkili bir faktör olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda öğrencilere “Fiziki mekân ve iklim, doğa şartları (Mekânın ısı, ses düzeyi, sıcaklığı, kokusu, iklimsel farklılıklar doğa olayları) sende strese neden olur mu? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 30’da öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin fiziki mekân ve iklim, doğa şartlarından dolayı meydana gelebilecek strese yönelik öğrenci görüşleri belirtilmiştir.

Tablo 30

Fiziki Mekân ve İklim, Doğa Şartlarından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Karanlık korkusu	ÖD6	2
		Işıklı ortamda sinirlenme	ÖD7	
	Kısmen evet	Sesten rahatsızlık	ÖD5	1
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Sıcak ortamda kendini rahat hissetme	ÖÖ6	1
	Kısmen evet	Sesten rahatsızlık	ÖÖ5	1
	Hayır	Rahatsız olmama	ÖÖ7	1
	Kısmen evet	Soğuk ortamda konsantre bozukluğu	ÖY6	1
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Rahatsız olmama	ÖY5	2
			ÖY7	

Tablo 30’a göre “evet” cevabını veren 3 öğrenci (ÖD6, ÖD7 ve ÖÖ6), “kısmen evet” diyen 3 öğrenci (ÖD5, ÖÖ5 ve ÖY6) ve “hayır” cevabı veren 3 öğrenci (ÖÖ7, ÖY5 ve ÖY7) şeklinde belirlenmiştir. Öğrencileri strese yönelten faktörler arasında; Karanlık korkusu, ışıklı ortamda sinirlilik, sestem rahatsızlık duyma, soğuk ortamda kendini rahatsız hissetme ve konsantre olamama şeklinde belirlenmiştir. Öz-yeterlik düzeyleri yüksek olan öğrenciler fiziki ortam ve çevre koşullarından çok fazla etkilenmediğini belirtmişler fakat 1 öğrenci sıcak ortamlarda daha rahat edeceğini belirtmiştir. Buna karşın öz-yeterlikleri düşük

olan öğrencilerin hepsi fiziki çevre ve iklim koşullarının strese sebebiyet verdiğini belirtmiştir. Öğrenci cevapları şu şekildedir.

ÖD5 çok sesli ortamlarda *rahatsız olduğunu* belirtmiş ve ÖD7 ise çok fazla ışıklı yerlerde duramadığını belirterek gözlerinin acıması durumunda *sinirlendiğini* ifade etmiştir.

ÖD6 “*Evet. Işıksız ortamları sevmiyorum, karanlıktan korkarım. Aydınlık olmalı her yer.*” şeklinde belirtmiştir.

ÖO6 Sıcak ortamlarda kendisini daha “*rahat hissettiğini*” belirtmiştir. ÖO7 ise bu durumun kendisini *rahatsız etmeyeceğini* belirtmiştir.

ÖO5 “*Kısmen evet. Kardeşlerim ses yapınca odamda ders çalışırken sinirlenirim.*”

ÖY5 ve ÖY7 bu durum karşısında *rahatsız olmayacaklarını ve bir şey hissetmeyeceklerini* belirtmişlerdir.

ÖY6 “*Kısmen evet. Çok fazla etkilenmem ama sıcak ortamlarda daha iyi konsantre olurum.*”

### **- Yapılan Ödevin Eksik Ya Da Sınıf Arkadaşlarına Göre Daha Yetersiz Olmasından Kaynaklı Stres**

Ortamda ortaya konulmuş olan herhangi ürünler içerisinde bireyin kendi yaptığı ürün eksik ya da yetersiz olduğunda bireyi strese sokan faktörler arasında bu durum gösterilmektedir. Bu sebeple öğrencilere “*Sosyal Bilgiler dersi için verilen görevleri (ev ödevi, proje ödevi vb.) arkadaşların senden daha ayrıntılı ve düzenli yaptıklarında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa neden?*” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 31’de öz-yeterlikleri farklı öğrencilerin yapılan ödevin eksik ya da arkadaşlarına göre daha yetersiz olmasından kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 31

Yapılan Ödevin Eksik Ya Da Sınıf Arkadaşlarına Göre Daha Yetersiz Olmasından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Utanma, korku	ÖD5	3
		Sinirlilik	ÖD6	
		Çekinme	ÖD7	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Üzüntü	ÖO7	1
	Kısmen evet	Çekinme	ÖO5	1
	Hayır	Düşük utanç hissi	ÖO6	1
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Arkadaşlara kırılma	ÖY7	1
	Hayır	Daha iyisi için çalışma	ÖY5	2
		Emeğine değer verme	ÖY6	

Tablo 31’de yapılan ödevin eksik ya da arkadaşlarına göre daha yetersiz olmasından kaynaklı stres durumları ile ilgili öğrenciler arasından 4 öğrenci (ÖD5, ÖD6, ÖD7 ve ÖO7) “evet” cevabını vermiştir. Öğrenciler arasından 2 öğrenci (ÖO5 ve ÖY7) kısmen evet cevabını vermiştir. Buna karşılık 3 öğrenci ise (ÖO6, ÖY5 ve ÖY6) “hayır” cevabını vermişlerdir. Öğrencilerin nedenleri arasında; Utanma, korku, sinirlenme, üzüntü, emeğine olan saygı ve daha iyisini yapabilme gücü çekinme ve arkadaşlarına kırılma gibi faktörler tespit edilmiştir. Öz-yeterlikleri düşük olan tüm öğrenciler yapılan ödevin eksik ya da arkadaşlarına göre daha yetersiz olmasından kaynaklı streslerinin olduğunu söylerken öz-yeterliği yüksek olan 2 öğrenci stres yaşamadıklarını belirtmişlerdir. 1 öğrenci ise kısmen stresli olabileceğini belirtmiştir. Öğrencilerin cevapları şu şekildedir;

ÖD7 ödev kontrolü yapılmadan önce düzeltmeye çalışacağını belirterek ödevini *göstermek istemeyeceğini* ve bu durum öğretmen ve arkadaşlarından *çekineceğini* belirtmiştir. ÖD5 ise ödevini ya da görevini öğretmene teslim etmeyeceğini ancak *öğretmenden korktuğu* için teslim edeceğini belirtmiştir.

ÖD6 “*Evet. Ödevimi bende çıkarmak istemezdim ama eksi almamak için çıkarırdım, sinir olurum*” şeklinde ifade etmiştir.

ÖO5 bu durum karşısında *çekineceğini* ve teslim etmeyeceğini belirterek istemeyerek de olsa teslim etmek zorunda olduğunu belirtmiştir. ÖO7 ise kendisini *çok kötü hissedeceğini* ve daha iyisini yapıp tekrar getirmek isteyeceğini söylemiştir. Bu durumun kendisini *üzeceğini* dile getirmiştir.

ÖO6 “*Hayır. Herkes çok güzel yapmışsa ödevi biraz utanırdım ama yine de ödevimi gösteririm. O kadar yapabildiğimdir. Diğerleri aileleri ile yapmış olabilir.*” şeklinde belirtmiştir.

ÖY7 bu durumda *arkadaşlarına kırılacağını* söylemiştir. Kendisini önceden uyardıkları gerektiğini belirtmiş ve öğretmeninden düzeltmek için izin almaya çalışacağını söylemiştir.

ÖY5 “*Hayır. Öğretmenimden zaman isterdim, yarın daha güzel şekilde getirebileceğimi söylerdim. Arkadaşlarım gibi yapmaya çalışırdım.*”

ÖY6 “*Hayır. Ödevim ne kadar eksik ya da yetersiz olsa da yine gösterirdim çünkü o benim emeğim, bir emek harcamışımdır. Stresli olmazdım.*” şeklinde belirtmişlerdir.

#### **- Konuları Anlamamaktan Kaynaklı Stres**

Öğrenciler anlatılan konuları anlamakta zorluk çektiklerinde belirli düzeyde algılanan stres üzerinde artış olabilir. Bu sebeple öz-yeterlikleri belirlenen öğrencilere stres yaratabileceği düşünülen bu faktör için “*Sosyal Bilgiler dersinde konuyu anlamadığında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa neden?*” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 32’de öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin konuları anlamamaktan kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 32

## Konuları Anlamamaktan Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Sınav korkusu	ÖD7	2
		Soru sorulma korkusu	ÖD6	
	Kısmen evet	Sınav korkusu	ÖD5	1
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Üzüntü	ÖO5	1
	Hayır	Yardım isteme	ÖO6	2
		Aile desteği alma	ÖO7	
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Arkadaşlarını kıskanma	ÖY5	1
	Hayır	Anlamakta ısrarcı olma	ÖY6	2
		Aile desteği alma	ÖY7	

Tablo 32’ye göre konuları anlamamaktan kaynaklı streslerine ilişkin “evet” diyen öğrenci sayısı 3 (ÖD6, ÖD7 ve ÖO5) olarak tespit edilmiştir. “Kısmen evet” cevabını veren 2 öğrenci (ÖD5 ve ÖY5) tespit edilmiştir. Soruya “hayır” cevabı veren öğrenci sayısı 4 (ÖO6, ÖO7, ÖY6 ve ÖY7) olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin konuları anlamamaktan kaynaklı streslerine ilişkin nedenleri ise sınav korkusu ve kıskançlık, başkalarından yardım isteyerek ve aile desteği ile aşabilme, anlamadıkları konuların üzerine düşerek daha ısrarcı davranma ve anlama, konu hakkında kendisine soru sorulmasından korkma ve anlamadığında üzüntü hissetmek olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin ifadeleri şu şekildedir. Öz-yeterlikleri yüksek olan öğrencilerin 2 tanesi stresli olamayacaklarını belirtirken 1 tanesi kısmen stresli olacağını belirtmiştir. Buna karşılık öz-yeterliği düşük olan 2 öğrenci bu durum karşısında stresli olacağını belirtmiş 1 öğrenci ise kısmen stres yaşayacağını söylemiştir. Orta düzey yeterliğe sahip öğrencilerden 2 tanesi stressiz olacağını belirtirken 1 tanesi stres yaşayacağını belirtmiştir. Öğrencilerin cevapları şu şekildedir;

ÖD6 konuyu anlamadığımda öğretmenime tekrar anlatmasını istemeyeceğim, çünkü utanacağımı. Anlamadığı konu hakkında *kendisine soru sorulabileceğini* düşündüğü için stres hissedebileceğini belirtmiştir. ÖD7 ise

kendisinin de öğretmenimden tekrar anlatmasını istemeyeceğini ama *sınavda nasıl yapacağımı* düşünüp strese gireceğini ifade etmişlerdir.

ÖD5 “*Kısmen evet. Öğretmenime sorardım ama yine anlamazsam ikinci defa sormaya utanırdım, herkes anlamış sadece ben anlamamış gibi hissedirdim, konuyu anlamak için de uğraşmazdım ama sınav olacağımızı düşündüğümde korkardım.*” şeklinde ifade etmiştir.

ÖO5 “*Evet. Sosyal kolay bir ders üzüldüm anlamadığım için.*”

ÖO6 “*Hayır. Konuyu anlamazsam eğer öğretmenime sorarım yine anlamazsam bu sefer stres yaparım çünkü tekrar soramam ama aileme ya da arkadaşlarıma sorarım, sonra anlarım herhalde hiç anlaşılmayacak kadar çok zor bir konu değildir.*”

ÖO7 “*Eğer konuyu anlamamış olsam çok stres yapmam öğretmenime söylerim yine anlamazsam annem anlatır.*”

ÖY5 “*Kısmen evet. Konuyu eğer anlayamadıysam öğretmenimden tekrar anlatmasını isterim, bende anlarım ama yine anlamadıysam arkadaşlarım anladiysa kıskanırdım, bu yüzden stres yapardım.*”

ÖY6 “*Hayır. Öğretmenime sorardım bende eğer yine anlamazsam yine sorardım tekrar anlamayacak olursam da sorardım sonuçta bir gün anlayacağım, daha önce hiç anlamadığım olmadı.*”

ÖY7 ise “*Hayır. Konuyu kendim anlamaya çalışırdım, kitabımdan çok defa okurdum ama sorun yapmazdım çünkü çalışırsam anlarım. Evde annem anlatır bana*” biçiminde belirtmişlerdir.

### **- Proje/Ev Ödevlerinin Zamanında Teslim Edilmemesinden Kaynaklı Stres**

Verilerin elde edilmesi amacıyla stres yaratan durumlar arasında zaman yönetimine bağlı olarak geç kalmaların öğrencilerin stres düzeylerini etkilediği tespit edilmiş ve bu durum sonucunda öğrencilere “*Sosyal Bilgiler dersinde verilen proje/ev ödevlerini zamanında yetiştiremediğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa Neden?*” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 33’de öz-

yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin proje/ev ödevlerinin zamanında teslim edilmemesinden kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 33

Proje/Ev Ödevlerinin Zamanında Teslim Edilmemesinden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Üzüntü, not korkusu	ÖD5	2
		Öğretmen korkusu	ÖD6	
	Kısmen evet	Not korkusu	ÖD7	1
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Not korkusu	ÖO6	1
	Hayır	Öğretmenin kızmaması	ÖO5	2
		Anneye güven	ÖO7	
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Suçluluk duygusu	ÖY6	1
	Hayır	Notun zaten yüksek olması	ÖY5	2
			ÖY7	

Tablo 33'e göre elde edilen verilerde herhangi bir görevi zamanında yetiştirememeye karşısında yaşanılacak olan stres durumuna "evet" cevabını veren 2 öğrenci (ÖD5 ve ÖD6) olarak tespit edilmiştir. Her iki öğrencin de düşük öz-yeterlik gösteren öğrenciler arasındadır. Sebep olarak not ve öğretmen korkusu olarak gösterilmiştir. "Kısmen evet" cevabını veren 3 öğrenci (ÖD7, ÖO6 ve ÖY6) belirlenmiştir. Kısmen evet cevabını veren öğrencilerde düşük orta ve yüksek öz-yeterliğe sahip birer öğrenci olduğu belirlenmiştir. Sebep olarak ise not korkusu ve öğrencinin kendisini suçlaması olarak belirlenmiştir. "Hayır" cevabını veren 4 öğrenci (ÖO5, ÖO7, ÖY5 ve ÖY7) olarak tespit edilmiştir. Öz-yeterlik düzeyi yüksek olan 2 öğrencinin "hayır" yanıtını verdiği belirlenmiştir. Diğer 2 öğrenci ise orta düzeyde öz-yeterlik gösteren öğrenciler arasındadır. Öğrenciler öğretmenin kendilerine kızmaması, annelerinin ödevi yetiştirmesi ya da yetiştiremese bile öğretmenle konuşması, notlarının zaten yüksek olması gibi sebeplerden dolayı hayır cevabı verdiklerini söylemişlerdir. Öğrencilerin cevapları şu şekildedir;

ÖD5 bu durum karşısında öğretmenine yalvaracağını bunun sebebi olarak ise *düşük olan notunun* daha da düşmesinden dolayı üzüntü yaşayacağını belirtmiştir.

ÖD6 *“Evet. Öğretmenimin kızacağını düşünerek korkardım ve çok stresli olurum, ek süre de isteyemem ama öğretmenim kendisi söylerse tekrar yapabilirim.”*

ÖD7 ise bu durumu *“Kısmen evet. Sadece notum daha da düşebilir bu yüzden üzülürdüm.”* şeklinde ifade etmişlerdir

ÖO5 öğretmenin bu durum karşısında *kızmayacağını* söyleyerek zaman isteyeceğini ancak zamanın verilmemesi durumunda çok fazla sıkıntı yaşamayacağını belirtmiştir. ÖO7 ise annesinin her zaman proje ödevlerini hallettiğini yetişmemesi durumunda ise annesinin öğretmen ile konuşup bu konuyu halledebileceğini söylemiştir.

ÖO6 ise *“Kısmen evet. Bir kere yetiştirememiştim notum düşmüştü çünkü yine düşecek diye tedirgin olurdum.”* şeklinde ifade etmiştir.

ÖY5 *notlarının yüksek olduğunu belirterek* yetiştirememe durumunda bu durumun kendisi için *sorun yaratmayacağını* belirtmiştir. ÖY6 Sosyal Bilgiler dersine olan *sevgisini belirterek* verilen projeleri *unutmayacağını* ve yaparken çok *eğlendiğini* belirtmiştir. Ayrıca ÖY6 *“Kısmen evet. Eğer unutmuşsam kendimi suçlardım. Hata benim kabul ederdim”* şeklinde ifade etmiştir.

ÖY7 ise *“Bu durum hiç sorun yapmazdım ek süre isterdim vermezse de sorun olmaz benim de notlarım yüksek.”* şeklinde belirtmiştir.

### **3.2.1.3. Aileden Kaynaklı Stres Faktörleri**

Oluşturulan temalar doğrultusunda ailenin öğrenciler tarafından algılanan streslerini belirlemek amacıyla aile faktörleri 5 alt temaya ayrılarak sorular hazırlanmıştır.



### - Ailenin Öğrenciyi Çalışmaya Zorlamasından Kaynaklı Stres

Ailenin öğrenciler üzerinde kurdukları baskı sonucunda oluşacak stres düzeyleri öz-yeterlik bakımından farklılık gösteren öğrencileri farklı düzeylerde etkilemektedir. Buna bağlı olarak öğrencilere yöneltilen soru “ *Ailen seni Sosyal Bilgiler dersine çalışmaya zorladığında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa Neden?*” şeklindedir. Tablo 34’te öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin ailenin öğrenciyi çalışmasından kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 34

Ailenin Öğrenciyi Çalışmaya Zorlamasından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Sinirlenirim	ÖD5	2
		Baskı altında ve yetersiz hissedirim	ÖD6	
	Kısmen evet	Ailem az zorluyor	ÖD7	1
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Babamdan korkarım, çalışmayı istemem	ÖO6	2
		Annemden korkarım, çalışmayı istemem	ÖO7	
	Hayır	Karşı çıkarım	ÖO5	1
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Sinirlenirim	ÖY6	1
	Hayır	Aile zorlaması yok	ÖY5	
			ÖY7	2

Tablo 34’e göre elde edilen bilgilere bakılacak olursa ailenin ders çalışmaya zorlamasına yönelik sorulara “evet” cevabını veren 2 öğrenci (ÖD5 ve ÖD6) tespit edilmiştir. Cevap veren 2 öğrencide öz-yeterliği düşük olan öğrenciler arasındadır. “Kısmen evet” diyen 4 öğrenci (ÖD7, ÖO6, ÖO7 ve ÖY7) tespit edilmiştir. “Hayır” cevabını veren 3 öğrenci (ÖO5, ÖY5 ve ÖY7) tespit edilmiştir. Ailenin çalışmaya zorlaya yönelik stresi etkilenen faktörler; baskıya karşı sinirlilik ve öğrencinin dersi başaramaması sebebiyle yetersiz hissetmesine rağmen ailenin zorlaması, aileleri tarafından az düzeyde zorlanmak,

ebeveynlerden sadece anne ya da babadan korkma ve zorlanılan durumlarda da öğrencinin karşı çıkması belirlenmiştir. Öz-yeterliği düşük öğrencilerin 2 tanesi stresli olacaklarını belirtirken 1 öğrenci kısmen stres yaşayacağını belirtmiştir. Buna karşılık öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerden 2 tanesi stres yaşamayacaklarını belirtmiş 1 tanesi ise kısmen stresli olacağını söylemiştir. Orta düzeyde öz-yeterlik sahibi öğrencilerde ise 2 öğrenci kısmen stres yaratırken 1 öğrenci stressiz olacağını belirtmiştir. Öğrenci cevapları şu şekildedir;

ÖD6 konuları anlamakta güçlük çektiğini ve bu sebeple çalışmadığını, ailesinin çalışmamasına karşılık kendisini zorlaması durumunda kendisini *baskı altında hissettiğini* ve çalışıp anlamadığı durumlarda *yetersiz olarak* gördüğünü belirtmiştir.

ÖD5 “*Evet. Sürekli çalışmamı söylüyorlar bende odama gidip oturuyorum, çalıştığımı zannediyorlar, çünkü sürekli çalış demeleri beni sinirletiyor üzerimde baskı varmış gibi hissediyorum.*”

ÖD7 “*Kısmen. Ailem çok fazla zorlamaz ama bazen zorladıklarında orta düzeyde bir stres yaşarım çünkü her zaman yapmazlar.*” şeklinde belirtmiştir.

ÖO5 “*Hayır. Beni zorlasalar bile karşı çıkıyorum, sorun olmuyor.*”

ÖO6 “*Kısmen. Çünkü annem zorlarsa sorun yok ama babam zorlarsa korkuyorum. Yapmak istemediğim halde ders çalıştırıyor.*”

ÖO7 ise “*Beni de zorlamıyorlar ama ben babamdan değil de genellikle annemden korkarım ve üzerime geldiğinde sinirlenirim çalışmam odama geçerim ve tabletimle oynarım, böyle olunca stres yapabilirim. Çünkü istediğim zaman ders çalışmak istiyorum.*” şeklinde ifade etmişlerdir.

ÖY5 ve ÖY7 ailelerinin kendilerini çalışmaya zorlamadığını zaten çalışmalarını gerektiği zamanlarda görevlerini yerine getirdiklerini belirtmişlerdir.

ÖY6 ise “*Kısmen. Ben ne zaman çalışacağımı biliyorum evet bana sürekli git çalış derseler sinirlenirim.*” şeklinde belirtmiştir.

### - Yapılan Hataların Aileye Bildirilmesinden Kaynaklı Stres

Yapılan hataların aileye bildirilmesinden bireylerin stres durumlarında farklılıklar oluşumunu belirlemek amacıyla “*Sosyal Bilgiler dersinde yaptığın olumsuz/uygun olmayan davranışların ailene söylendiğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa neden?*” sorusu öğrencilere yöneltilmiştir. Tablo 35’te öz-yeterlikleri farklı olan öğrencilerin yapılan hataların aileye bildirilmesinden kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 35

Yapılan Hataların Aileye Bildirilmesinden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Aile korkusu	ÖD5	3
		Ağlama	ÖD6	
		Ailenin güvenini kırma düşüncesi	ÖD7	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Baba korkusu	ÖÖ6	2
		Ceza verilme korkusu	ÖÖ7	
	Kısmen evet	İlımlı aile	ÖÖ5	1
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Babadan çekinme	ÖY7	1
	Hayır	İlımlı aile	ÖY5	2
			ÖY6	

Tablo 35’e göre yapılan hataların aileye bildirilmesinden kaynaklı stres yaratma durumlarına “evet” cevabı veren 5 öğrenci (ÖD5, ÖD6, ÖD7, ÖÖ6 ve ÖÖ7) olarak belirlenmiştir. “Kısmen evet” cevabını veren 2 öğrenci (ÖÖ5 ve ÖY7) tespit edilmiştir. Öğrenciler cevaplarına neden olarak; belirtmişlerdir. Yöneltilen soruya “hayır” cevabını veren 2 öğrenci (ÖY5 ve ÖY6) tespit edilmiştir. Yapılan hataların aileye bildirilmesi durumunda strese etki edebilecek faktörler; ailelerinin ılımlı tutumunu, aile korkusu ve ailenin güvenini kaybetme, babadan çekinme durumu ve ceza olarak belirlenmiştir. Alınan cevaplara göre öz-yeterliği düşük olan tüm öğrenciler yapılan hataların aileye bildirilmesi

durumunda stresli olacaklarını belirtirken öz- yeterlikleri yüksek olan öğrencilerin 2'si hayır cevabını vermiş ve 1 tanesi kısmen evet şeklinde ifade etmiştir. Orta düzeyde yeterlik gösteren öğrencilerden 2'si bu durum karşısında stresli olacaklarını 1 tanesi ise kısmen stres yaşayacağını belirtmiştir. Öğrenci cevapları şu şekildedir.

ÖD5 *ailesinin kızmasından korktuğunu* belirterek bu durum karşısında korkudan *ağlayacağını* belirtmiştir. ÖD6 aynı şekilde *ailesinin kızacağından* korktuğunu belirterek *eve gitmek istemeyeceğini* ifade etmiştir.

ÖD7 ise “*Önceden çok hata yaptım ve aileme bunlar bildirildi, tekrar aynı hataları yapmayacağıma anneme ve babama söz verdim bu yüzden onlara bildirilmesi beni çok kaygılandırır onların güvenlerini kırmış olurum.*” şeklinde ifade etmiştir.

ÖO7 *ailesinin kendisine ceza vermesinden korkacağını*, ÖO6 ise hatasının aileye bildirilmesi durumunda *babasının kendisine kızacağından* korktuğunu belirterek “*aramamaları için hatamı düzeltmeye çalışırdım*” şeklinde belirtmişlerdir.

ÖO5 ise “*Kısmen evet. Önceden anneme bu durumu haber verebilme ihtimalim olsa önceden haber vermeye çalışırdım ancak çok fazla tepki vermeyeceklerini biliyorum.*” şeklinde ifade etmiştir.

ÖY5 “*Hayır. Eğer hata yapmışsam çok büyük bir hata değildir ve bu durumu düzeltebilirim, bundan dolayı ailemin fazla tepki vereceğini düşünmediğimden fazla kaygılanmam.*”

ÖY6 “*Hayır olmaz. Daha önce hiç aileme haber verilmedi, zaten hata yapacağımı zannetmiyorum, ailem hatamın sebebini sorar benimle konuşurlar bu yüzden stres yapmam.*”

ÖY7 “*Kısmen evet. Hata yapmam ancak bunu ileme bildirilmesi sonucunda biraz sıkıntı çekebilirim çünkü babam sinirlenebilir. Babamın bana kızmasını istemem.*” şeklinde ifade etmişlerdir.

### - Ailenin Yeterli İlgi Göstermemesinden Kaynaklı Stres

Öğrencilerin ailelerinin ilgi düzeyleri açısından yaşadıkları stresi tespit etmek amacıyla öğrencilere “Ailen tarafından Sosyal Bilgiler dersi için yeterince ilgi/destek/yardım göremediğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa neden?” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 36’da öz-yeterlikleri farklı olan öğrencilerin ailenin yeterli ilgi göstermemesinden kaynaklı stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 36

Ailenin Yeterli İlgi Göstermemesinden Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Yardımsız kalma korkusu, kızgınlık	ÖD5	1
	Kısmen evet	Küçük çocuk olmadan kaynaklı ilgi	ÖD6	1
	Hayır	İlgili aile	ÖD7	1
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Yardımsız kalma korkusu	ÖO7	1
	Kısmen evet	Anne ilgisizliği üzüntüsü	ÖO6	1
	Hayır	İlgili aile	ÖO5	1
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Üzüntü yok, ilgili aile	ÖY5	3
		İlgisizliğe karşı çaba gösterme	ÖY6	
		Rahat hissetme	ÖY7	

Tablo 36’ya baktığımızda “evet” cevabını veren 2 öğrenci (ÖD5 ve ÖO7) şeklinde belirlenmiştir. “Kısmen evet” diyen 2 öğrenci (ÖD6 ve ÖO6) olarak tespit edilmiştir. “Hayır” cevabını veren 5 öğrenci (ÖD7, ÖO5, ÖY5, ÖY6 ve ÖY7) biçiminde elde edilmiştir. Ailenin ilgisiz kalmasından kaynaklı yaşanacak stres durumlarına neden olarak; yardımsız kalma korkusu, en küçük çocuk olmaktan kaynaklı ilgi, anne ilgisizliğine üzülmeye durumu ve ilgisizliğe karşı tek başına çaba gösterme ve rahat olma olarak tespit edilmiştir. Öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin hepsi bu durum karşısında stresli olmayacaklarını belirtirken orta ve düşük öz-yeterlik gösteren her 3 öğrencinin her biri stresli olacağını,

kısmen olacağını ve olmayacağını belirtmiştir. Öğrencilerin cevapları şu şekildedir.

ÖD5 “Evet. Kızarıım aileme. Ödevlerimi yaparken zorlanıyorum mesela eğer yardım etmezlerse korkarım. Ya da okulla ilgili bir şey yapılacak olsa ve onlar yapmazsa çok korkarım yapmaları için diretirim.”

ÖD6 “Kısmen. Bazen diğer kardeşimle daha çok ilgileniyorlar mesela o zaman çok sıkılabiliyorum ama ben küçük olduğum için benimle daha iyi ilgileniyorlar.”

ÖD7 “Hayır. İlgi gösteriyorlar ama bazen zor ödevlerim oluyor o zaman ilgi göstermeseler stresli olurum ama orta düzeyde.” biçiminde belirtmiştir.

ÖO5 “Hayır. Bu durumda stresli olmam ama ilgisiz değiller bana karşı.”

ÖO6 “Kısmen. Annem daha çok ilgilidir o yüzden ilgisiz olursa üzülürüm.”

ÖO7 ise “Evet. Mesela ödevlerimi yapamamaktan endişelenirdim.”

ÖY5 “Hayır. Her zaten benimle ilgilenirler. Üzülmem”

ÖY6 “Hayır. Bana da çok ilgilidir ailem ama onlar ilgisiz kalsalar yine bir şeyler için çabalardım.”

ÖY7 “Hayır. Ailem ilgi gösteriyor ama göstermezlerse de çok fazla stres yapmam. Rahat hissederim kendimi.” şeklinde ifade etmişlerdir.

#### **- Ders İçin Gerekli Malzeme Temini Yapılmadığından Kaynaklı Stres**

Yapılan görüşme sırasında öğrencilerin yetersiz ders araç gereçlerine sahip olmaları durumunda yaşayacakları stresi tespit etmek için “Sosyal Bilgiler dersinde yazılı kitapları (test kitapları, yaprak testler, deneme kitapçıkları vb.) temin edemediğin durumlarda stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa neden?” sorusu öğrencilere yöneltilmiştir. Tablo 37’te öz-yeterlikleri farklı olan öğrencilerin ders için gerekli malzeme temini yapılmadığında kaynaklanan stres durumları belirtilmiştir.

Tablo 37

Ders İçin Gerekli Malzeme Temini Yapılmadığından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f	
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Utanma	ÖD5	2	
		Üzüntü	ÖD6		
	Kısmen evet	Utanma	ÖD7	1	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Arkadaş kıskanma	ÖO5	2	
		Aileye sinirlenme	ÖO7		
	Kısmen evet	Üzüntü	ÖO6	1	
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Hayır	Kısmen evet	Arkadaşlardan utanma	ÖY5	1
		Hayır	Arkadaş yardımı, farklı kaynaklardan ulaşma	ÖY6	2
			Başarısız oma düşüncesi, sorun yapmama	ÖY7	

Tablo 37'ye göre ders içi gerekli malzeme temini yapılamadığında yaşanan strese “evet” cevabını veren 4 öğrenci (ÖD5,ÖD6, ÖO5 ve ÖO7) tespit edilmiştir. “Kısmen evet” cevabını veren 3 öğrenci (ÖD7, ÖO6 ve ÖY5) belirlenmiştir. “Hayır” cevabını veren ise sadece 2 öğrenci (ÖY6 ve ÖY7) olduğu belirlenmiştir. Ders içi malzeme temini yapılamamasından kaynaklı stres faktörleri; utanç, üzüntü, arkadaşlarını kıskanma durumu, sinirlilik, başarısız olma düşüncesi ve farklı kaynaklardan ve arkadaşlarından yararlanma olarak belirlenmiştir. Öğrenciler arasında büyük bir çoğunluğun malzeme temini konusunda yaşayacağı stresin arttığı tespit edilmiştir. Bu durum karşısında hayır cevabını veren öğrenciler ise öz-yeterliği yüksek olan öğrenciler arasındadır. Öğrencilerin cevapları şu şekildedir;

ÖD5”Evet. Annemin gelip öğretmenim ile konuşmasını isterdim, utanırdım.”

ÖD6“Evet, üzülürdüm benden başka birileri de getiremesin diye dua ederdim.”

ÖD7 ise “Kısmen evet. Eğer alamadığım bir şey olursa mesela kitap gibi sınıfta biraz utanırdım.” şeklinde ifade etmişlerdir.

ÖO5 ise “Evet. Derse girmek istemezdim. Arkadaşlarım almışsa benimde almam gerekiyordu diye düşünürüm”, “evet arkadaşlarımı kıskanırdım.”

ÖO6 “Kısmen. Araç ve gereçleri almak için elimden geleni yapmaya çalışırdım, aileme söyledim ama yine alamadıysam üzülürdüm.” şeklinde ifade ederek yaşadığı orta düzeyde stresi belirtmiştir.

ÖO7 “Evet. Aileme sinirlenirdim herhalde, almak için ısrar ederdim.” şeklinde belirtmişlerdir.

ÖY5 “Kısmen evet. Arkadaşlarım almışsa utanırdım.”

ÖY6 “Hayır. Arkadaşlarımdan alırdım eksik olan şeyleri. Hem zaten internet var o yüzden oradan da gerekli bilgileri alabilirim” şeklinde ifade etmişlerdir.

ÖY7 “Hayır. Dersim için gerekli bir araç gerekse ve bu benim başarısız olmama yol açacaksa üzülürdüm biraz ama çok sorun yapmazdım”

#### **- Küçük Hataların Cezalandırılmasından Kaynaklı Stres**

Gerçekleştirilen görüşmede öğrencilerin yaptıkları hatalar karşısında ailelerinin verecekleri tepkiler sebebiyle yaşayacakları stres durumları tespit edilmiştir. Sonuca ulaşmak için öğrencilere “Sosyal Bilgiler dersinde yaptığın küçük bir hatada ailen tarafından sana ceza verildiğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/hayırsa neden?” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 38’de öz-yeterlikleri farklı olan öğrencilerim küçük hataların cezalandırılmasına karşı stres durumları belirtilmiştir.



Tablo 38

## Küçük Hataların Cezalandırılmasından Kaynaklı Stres Konusunda Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Ders çalışma cezası, ağlama	ÖD5	2
		Ders çalışma cezası, sıkılma	ÖD6	
	Kısmen evet	Tablet, telefon cezası, sıkılma	ÖD7	1
Orta Öz-yeterlik Düzeyi	Evet	Tablet, telefon cezası	ÖO7	1
	Kısmen evet	Baba korkusu	ÖO6	1
	Hayır	İlimli aile	ÖO6	1
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi	Kısmen evet	Babadan çekinme	ÖY6	1
	Hayır	İlimli aile	ÖY5	2
		Cezadan kaçma	ÖY7	

Tablo 38’de “evet” cevabını veren 3 öğrenci ( ÖD5, ÖD6 ve ÖO7) tespit edilmiştir. “Kısmen evet” diyen öğrenciler 3 öğrenci (ÖD7, ÖO6 ve ÖY6) olup, “hayır” cevabını veren 3 öğrenci (ÖO6, ÖY5 ve ÖY7) şeklinde belirlenmiştir. Bu durum karşısında stres faktörleri olarak; ders çalışmama isteğine karşı ağlama ve sıkılma, tablet, telefon vb. gibi araçlarla cezalandırılma, babadan korkma ve çekinme durumu, ılımlı aileler ve verilen cezalardan kaçma şeklinde belirlenmiştir. Öz- yeterliği düşük olan öğrencilerin 2’si evet yanıtını verirken biri kısmen evet yanıtını vermiştir. Öz-yeterliği düşük olan öğrenciler arasında hayır diyen bulunmamaktadır. Öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin 2 tanesi hayır cevabını verirken 1 tanesi kısmen evet demiştir. Orta düzeyde öz-yeterliği bulunan öğrenciler ise evet, hayır ve kısmen evet cevaplarını vermişlerdir. Öğrencilerin cevapları şu şekildedir.

ÖD5 “*Evet. Ders çalışma cezası veriyor ya da fazladan soru çözdürüyorlar. Bende bazen kafadan atıyorum kontrol ettiğimde çok stres yaparım çünkü yapamıyorum, kızıyor bende ağlıyorum.*”

ÖD6 ise “Evet. Ceza alıyorum, annem kızar bana ama bazen babama söyleyince daha çok korkuyorum, bana da ders çalışma cezası verirler. Her zaman ceza vereceklerinde yine ders çalış diyecekler diye çok sıkıyorum.”

ÖD7 “Önceden çok hata yapıyordum annem ve babam hep kızıyordu. Tabletimi ve bilgisayarımı vermezdiler bana, çok sinirlenirdim. Kısmen evet çünkü şimdi biraz daha az hata yapmaya başladım.”

ÖO5 “Hayır. Cezalarım genellikle hafif düzeyde olur ve annem verir. Babam hiç dersim yüzünden ceza vermedi bana hep annem ilgilenir ceza konusunda, annemde tabletimi alır benden kardeşlerimle oynarım zaman geçer, o yüzden düşük stres yaşarım.”

ÖO6 “Kısmen. Düşük not alınca ceza alırım, genellikle annem verir cezaları çok fazla stresli olmam ama bazen babam ceza verince tedirgin oluyorum.”

ÖO7 ise “Evet. Annem sürekli ceza verir bana. Tabletimi almasından korkarım tabletimi kullanmama izin vermez ve ders çalışmamı ister ama odama gider ders çalışır gibi yaparım.”

ÖY5 “Annem ve babam çok fazla ceza vermezler çünkü çok hata yapmam. Eğer haklı oldukları konuda ceza verirlerse sorun olmaz ama ben haklıysam diretirdim ceza almamak için. Cezalarım da çok kötü olmadığından sorun olmaz.”

ÖY6 “Kısmen. Genellikle ceza alacak bir hata yaptığım zaman bana bir şey söylemezler çünkü biraz duygusalım. Mesela babam ceza verirse anneme göre daha çok etkilenirim. Çünkü çekinirim babamdan”

ÖY7 ise “Hayır. Genellikle bana bilgisayar yasağı koyarlar, çok seviyorum oyun oynamayı o yüzden ama ben oynamayınca ikiz kardeşim oynuyor onu seyrederken gizli gizli oynuyorum o yüzden çok etkilenmiyorum cezalardan.

### 3.3. Veli Görüşmelerinden Elde Edilen Bulgular

Yapılan çalışmada öğrencilerle beraber gelen velilere ise odak grup görüşmesi yapılmıştır. Bu kapsamda öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin stres üzerinde etkileri tespit edilmiştir.

#### *-Ders Çalışmaya Zorlamadan Kaynaklı Stres Durumu*

Yapılan görüşmelerde öğrenciler üzerinde ders çalışmaya zorlamadan kaynaklı stres faktörleri belirlenmeye çalışılmıştır. Bu kapsamda öğrenci velilerine “Çocuğunuzu ders çalışması için zorlar mısınız, zorladığınızda çocuğunuzun bu duruma tepkisi nasıldır? Evetse/Kısmen evetse/hayırsa neden?” Tablo 39’da öz-yeterlikleri farklı olan öğrenci velilerinin stres yaratma durumları ve öğrencilerin zorluklar durumunda verdikleri tepkiler belirtilmiştir.

Tablo 39

Ders Çalışmaya Zorlamadan Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Öğrenci tepkisi	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Evet	Başarıdan memnun kalmama	Sessiz kalma, içine kapanma	VD5	1
	Kısmen evet	Başarıdan memnun kalmama	Üzüntü	VD6	2
		İlımlı aile tutum	Sessiz kalma, soru sormama	VD7	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Evet	Baba zorlaması, kızması	Korku	VO6	1
	Kısmen evet	Öğrencinin zorlamaya karşılık vermesi, ılımlı aile	Tepki vermez	VO5	2
		Anne zorlaması	Babaya sığınma	VO7	
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Kısmen evet	Öğrencinin başarısız olmasını istememe	Sorun Yapmama	VY6	1
	Hayır	İlımlı aile		VY5	2
				VY7	

Tablo 39'a göre ailelerin öğrencileri derse karşı zorlama ve öğrencilerin tepkileri durumu konusunda verdikleri yanıtlar şu şekildedir; Veliler arasında "evet" yanıtını veren 2 (VD5 ve VO6) kişi belirlenmiştir. "Kısmen evet" diyen 5 veli (VD6, VD7, VO5 ve VO7) varken "hayır" yanıtını veren 2 veli (VY5 ve VY7) tespit edilmiştir.

Velilerin zorlama sebepleri; öğrencinin başarısız olmasına karşılık zorla çalıştırma, sadece anne ya da babanın zorlama durumu ve ailenin ılımlı yapısı sebebiyle çocuğu zorlamama durumu olarak ulaşılmıştır. Sonuçlara bakıldığında düşük öz-yeterliğe sahip öğrencilerin velileri öğrenci başarısından kaynaklı olarak derse zorladıklarını belirtirken, öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin aileleri herhangi bir zorlamada bulunmadıklarını çocuklarının görevlerini bildiklerini belirtmişlerdir.

Öz-yeterliği yüksek olan 1 veli çocuğunun başarılı olmasını istediğini belirterek kısmen zorlama olduğunu ifade etmiştir. Öz-yeterlikleri düşük olan öğrenciler zorlanma karşısında içine kapanma, sessiz kalma ve soru sormama gibi davranışlar sergilerken, öz-yeterlikleri yüksek olan çocuklar zorlanma durumunda sorun yapmazken öz-yeterlikleri düşük olan öğrenciler üzüntü, içine kapanma, sessiz kalma ve soru sormama gibi davranışlar sergilemektedir. Bu kapsamda ailelerin görüşleri şu şekildedir;

VD5 *"Evet. Sürekli çalışsın diye uğraşırım, öğretmenleriyle konuşurum, ek olarak eğitim almasını sağlarım, bir şeyi gelip bana sormaz içine kapanır, çok sessizdir hiç sesi çıkmaz, çokta memnun değilim başarısından çok üzerine düşerim"*

VD6 *"Kısmen evet. Çalış derim ona bazen de kızarım. Notları iyi değil o yüzden kızıyorum. Zorlandığında üzülür daha çok."*

VD7 *"Kısmen. Önceden durumu çok kötüydü kızardık, zorlardık. Son zamanlarda öğretmeni ile konuştuk yardım aldık biraz daha toparladı kendini. Eskisi kadar zorlamıyoruz daha serbest bıraktık. Eskiden zorlandığında kimseye bir şey söylemezdi şimdi sormaya başladı."*

VO5 “Kısmen. Bazen zorlarım ama sürekli konuşan bir çocuktur zorlasam cevap verir. Kendi görevini bilir. Zorlandığında çok büyük tepkiler vermez.”

VO6 “Evet. Ben fazla değil ama babası çok zorlar, kızar. Ders çalışmak istemiyor babası da kızıyor. Zorlandığında korkar.”

VO7 “Kısmen. Bizim ailemizde annesi daha çok çalışması için zorlar. O çok fazla zorlayınca bende dengeyi sağlamak için çok fazla üzerine gitmiyorum. Zorlandığında hemen bana (babaya) gelir, annesinden kaçır.”

VY5 ve VY7 çocuklarını çok fazla zorlamadıklarını belirterek bu durum sorun yapmadıklarını belirtmişlerdir.

VY6 “Kısmen evet. Aslında üzerine gitmek istemem ama her anne- baba gibi biz de zorlarız, başarısız olsun istemeyiz. Çok fazla sorun yapmaz.” şeklinde ifade etmiştir.

### **-Çocuğun Hata Yapması Veya Kötü Not Alması Durumundan Kaynaklı Stres**

Öğrenciler yaptıkları hatalar karşısında nasıl hissettikleri sorulmuş ve cevapları alınmıştır. Bununla beraber öğrencilerin kötü not aldıklarında ve hataları olduğunda velileri tarafından nasıl gözlemlendiğini ve ailelerinin nasıl tepki verdiğini öğrenmek amacıyla velilere “Çocuğunuz hata yaptığında veya kötü not aldığında kızar mısınız? Çocuğunuz bu duruma nasıl tepki verir?” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 40’te velilerin hata ve kötü not karşısında verdikleri tepkiler belirtilmiştir.

Tablo 40

Çocuğun Hata Yapması Veya Kötü Not Alması Durumundan Kaynaklı Stres Konusunda Veliler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Öğrenci tepkisi	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Evet	Öğrencideki çalışmama durumunun devam etmesi	Üzüntü, ağlama	VD6	1
	Kısmen evet	İçine kapanık çocuk, önceden uyarma durumu		VD5	1
	Hayır	İlımlı aile	Üzüntü	VD7	1
Orta Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Kısmen evet	Kötü nota tepki	Telaş	VO6	2
		Öğrenci başarısı sebebiyle	Tedirginlik	VO7	
	Hayır	Çocuğa güven, ılımlı aile	Çok üzülmemeye	VO5	1
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Kısmen evet	Hatayı kabul etmeme	Hatayı kabullenme	VY7	1
			İyi hissetme	VY5	2
	Hayır	İlımlı aile	Kendine güven	VY6	

Tablo 40'a göre öğrencilerin hata yapması ve kötü notlar alması durumunda 1 veli (VD6) "evet" cevabını verirken "kısmen evet" diyen 4 veli (VD5, VO6, VO7 ve VY7) ve "hayır" cevabı veren 4 veli (VD7, VO5, VY5 ve VY6) olarak belirlenmiştir. Bu duruma etki eden faktör olarak uyarılan öğrencinin düşük not aldığı uyarılması ve yine de ders çalışmamaya devam etmesi durumunda yaşanan kızgınlık, içine kapanık olan çocuğa kızmayarak daha da içine kapanma durumunu ortadan kaldırma isteği, başarısızlık karşısında ailenin sinirlenmesi ve ailenin ılımlı olarak yaşlaşması belirlenmiştir. Bu durum karşısında öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin ailelerinin daha ılımlı bir tutum içerisinde olduğu anlaşılmaktadır. Bu sebeptendir ki öğrenciler bu durum karşısında kendilerini iyi hissedip kendilerine güvenli bir şekilde hatalarını kabul etmektedir. Buna karşılık öz-yeterliği düşük olan öğrenciler üzüntü, ağlama ve telaş hissetmektedir. Ailelerin cevapları şu şekildedir;

VD5 “Kısmen evet. Çok fazla sessiz bir kız olduğu için fazla kızıp iyice içine kapanmasını istemiyorum ama düşük not aldığında sinirlenebiliyorum. Çünkü zamanında çalış demişimdir ona. Kendisi de çok üzülür hata yapsa ya da düşük not alsa, bazen ağladığı da oldu.”

VD6 “Evet. Sürekli nasihat ederim ona biz okumadık sen oku diye. Eve gelir üzülür, ağlar ama yine çalışmaz bu sefer kızıyorum ister istemez.”

VD7 bu durum karşısında kızgın bir tepki vermeyeceklerini bunun nedeni olarak öğrencinin daha önceden düşük notlar aldığı ve hatalarının fazla olması sebebiyle çocuklarına çok fazla kızdıklarını fakat gerekli yardımları alarak destek sağladıklarını, şu anki durumunun öncesine nazaran daha iyi olduğunu belirtmişlerdir. Bu sebeple aynı sorunları yaşamamak adına çocuklarına karşı daha ılımlı olduklarını belirtmişlerdir. Ayrıca çocuklarının kötü not ve hata yapma karşısında üzüleceğini belirtmişlerdir.

VO5 “Hayır. Genellikle böyle bir durumla karşılaşmayız. Olursa da güveniyorum düzeltir. Çok üzülmez.”

VO6 “Kısmen. Kötü not almışsa düzelir ama hata yapmışsa kızarım. Kendi de telaşlanır böyle bir şey olduğu zaman.”

VO7 “Kısmen evet. Annesi tepki gösterir hemen öğretmenleri aranır. Sonuçta kızmaların sinirlenmelerin hepsi onun başarısı için. Kendisi de tedirgin olur bu durumdan.”

VY5 “Hayır. Başarılı bir çocuk kolay da hata yapmaz yapsa bile konuşurum onunla. İyi hisseder kötü hissetmez”

VY6 “Hayır. Böyle bir durum olunca tamam ben hallederim der her zaman. Kendine güvenir.”

VY7 “Kısmen. Notlarını çok söylemez bize ama karnesi hep iyi gelir, hatası da olmadı şimdiye kadar ama hatası olursa şikâyet gelirse kızarım biraz tabi. Kızarsam tamam der dediğimi yapar, hatasını da bilir.”

### - Çocuğa Ceza Verilmesi Durumundan Kaynaklı Stres

Öğrenciler ile yapılan görüşmeler sonucunda ceza almaları durumunda stres durumları tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu durumun tutarlılığını ve daha derinlemesine sebeplerini öğrenmek adına öğrenci ailelerine “Çocuğunuza ceza verir misiniz? Çocuğunuz cezalar karşısında nasıl tepki vermektedir?” sorusu yöneltilmiştir. Velilerin çocuklarına yönelik vermiş oldukları cezalar, verilme sebepleri, öğrencilerin bu durum karşısında tepkileri Tablo 41’de belirtilmiştir.

Tablo 41

Çocuğa Ceza Verilmesi Durumundan Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Öğrenci tepkisi	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Evet	Ders çalışmama durumu	Ağlama	VD5	3
		Cezayı hak etme durumu	Sessiz olma	VD6	
		Öğretmen ve arkadaşlara yapılan hata durumu	Sinirlilik	VD7	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Evet	Ödev yapılmadığında	Çok konuşma	VO5	3
		Not ve hata yapma durumunda	Korkma	VO6	
		Ders çalışmama durumunda	İtiraz etme	VO7	
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Evet	Hata yapma durumunda	Üzülme (Düşük düzeyde)	VY5	3
		Not durumunda	Çekinme	VY6	
		Yaramazlık durumunda	Normal olma	VY7	

Tablo 41’e göre tüm öğrenci velileri “evet” cevabını vermişleridir. Ceza konusunda velilere cezaya iten faktörler arasında; öğrencinin ders çalışmaması, öğretmen ve arkadaşlarına yapılan hatalar, notlarından kaynaklı olarak verilen cezalar ve yaramazlık olarak belirlenmiştir. Ceza verilmesi durumunda öz-yeterlikleri düşük öğrenciler ağlama, içine kapanarak sessiz kalma ve sinirlilik gibi davranışlar sergilerken, öz-yeterliği yüksek olan öğrenciler üzüntü (düşük düzeyde), babadan çekinme ve bu durum karşısında normal tepki verme gibi davranışlar sergilemektedir. Orta öz-yeterlik düzeyine sahip olan öğrencileri ise



cezalara itiraz etme, çok konuşma ve korkma gibi davranışlar sergilemektedir. Ailelerin cevapları şu şekildedir.

VD5 “Evet veririm. Tablet, telefon kullanmama cezası veririm. Ders çalışmadığı için. Sessiz kalır ama bazen kızınca ağlıyor.”

VD6 “Evet. Gerektiği yerde veririm ceza, hak etmişse. Sesi çıkmaz ceza verince.”

VD7 “Evet. Genellikle teknoloji ile cezalandırırız, arkadaşları ya da öğretmenlerine karşı yaptığı hatalardan dolayı. Çok sinirlenebiliyordu ama şimdi biraz daha sakin davranıyor.” şeklinde ifade etmektedir.

VO5 ceza verdiklerini belirterek ödevlerini yapmaması durumunda cezaya başvurduklarını söylemiş ve genellikle tabletine el koyduklarını belirtmiştir. Bu durum karşısında öğrencinin çok fazla konuşmaya başlayarak, söylenir bir şekilde ödevini yaptığını belirtmiştir.

VO7 “Evet. Cezalar çok katı değildir bizde her aile gibi tablet ve bilgisayarla cezalandırıyoruz. Tabi ki ders çalışmama durumunda oluyor böyle bir şey. Cezaya karşı itiraz eder genellikle ama başa gelen çekilir.”

VY5 ceza verdiklerini belirtmiş ve genellikle hatalı olduğu zamanlarda cezaya başvurduklarını belirtmiştir. Dışarıya çıkma cezası verilen öğrencinin bazen üzüldüğünü ancak üzüntüsünün yüksek düzeyde olmadığını belirtmiştir.

VY6 “Evet. Notlar konusunda verimiz genellikle. Babasından çekinir biraz.”

VY7 “Evet. Yaramazlık yaparsa ceza alır. Bana karşı gelmez ceza alınca. Normal olur.”

### **- Başarısızlık Durumunda Suçlu Seçiminden Kaynaklı Stres**

Öğrencilerin başarısız olmaları durumunda hissettikleri tespit edilmiş ve velilerinin bu konuda olan izlenim ve düşüncelerini tespit etmek amaçlı “Çocuğunuzun başarısız olduğunda sorunu kendinizde arar mısınız? Kimde ararsınız? Başarısızlık durumunda çocuğunuz nasıl tepki verir?” soruları ailelere

yöneltmiştir. Tablo 42’da öz-yeterlikleri farklı olan öğrencilerin başarısızlık durumunda veli görüşleri ve öğrenci tepkileri belirtilmiştir.

Tablo 42

Başarısızlık Durumunda Suçlu Seçiminden Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Öğrenci tepkisi	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Kısmen evet	Öğrenci çabalamıyor	Fazla üzüntü	VD7	1
		Öğrencinin çabalamaması	Ağlama	VD5	
	Hayır	Ailenin imkân sağlaması, öğretmen uğraşması, öğrenci çabalamaması	Üzüntü	VD6	2
Orta Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Kısmen evet	Öğrencinin çalışmama ve çaba göstermemesi	Hırslanma	VO5	3
			Üzüntü	VO6	
		Karşılıklı hata bulma	Korku	VO7	
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Kısmen evet	Karşılıklı hata bulma	Sorun yapmaz	VY5	2
			Daha çok çalışır	VY6	
	Hayır	Ne isterse yapılır, tek görevi çalışmak	Sorun yapmaz	VY7	1

Tablo 42’ye göre “kısmen evet” cevabı veren 6 veli (VD7, VO5, VO6, VO7, VY5 ve VY6) olarak tespit edilmiştir. “Hayır” cevabı veren 3 veli (VD5, VD6 ve VY7) olarak tespit edilmiştir. Genel bir ifadeyle tüm veliler öğrencilerin başarısız olmaları durumunda bu durumdan çocuklarını sorumlu tutmaktadır. Ancak bazı aileler (VO7, VY5 ve VY6) bu durum karşısında karşılıklı olarak sorunları olabileceğini belirtmişlerdir. Ailelerin başarısızlık durumunda öğrencilerin verdiği tepkiler arasında üzüntü, ağlama, hırslanma, korku, başarısızlık karşısında daha çok çalışma ve başarısızlığı sorun yapmama bulunmaktadır. Başarısızlık karşısında sorun yapmayan her iki öğrenci de öz-yeterliği yüksek olarak tespit edilen öğrencilerdir. Bu durum karşısında öğrenci ailelerinin cevapları şu şekildedir.

VD5 başarısızlık durumunda suçlu olarak öğrenciyi göreceğini belirterek, çocuğun başarısız olmasını *çalışmamış olmasına* bağlamaktadır. Başarısız olunca öğrencinin *ağladığını* belirtmiştir. VD6 öğrencisine her *imkânı sağladığını* ve *öğretmenlerinin fazlasıyla uğraştığını* belirterek *sorumlunun öğrenci olduğunu* belirtmiştir. Başarısız olması halinde *çok üzüldüğünü* ifade etmiştir.

VD7 ise “*Kısmen evet. Sonuçta kendimizde de hata aramamız lazım ama kendisinde de suç var. Başarısız olmuşsa yeterince çabalamamış demek ki. Çok fazla üzülür bu durumda.*” şeklinde belirtmiştir.

VO5 *kısmen evet* cevabı vererek tüm suçu çocuğunda bulmayacağını fakat *çalışmamış ise sorumluluğu onundur* şeklinde ifade etmiştir. Başarısız olunca çocuğunun *hırslanacağını* belirtmiştir. VO6 aynı şekilde belirterek daha çok *çabalaması gerektiğini* söylemiş ve başarısızlık durumunda çocuğun *üzüleceğini* belirtmiştir.

VO7 “*Kısmen evet. Çünkü tüm suçu çocukta ya da kendimizde bulamayız karşılıklı hatalar olabilir. Bizim de hatalarımız vardır. Başarısız olunca annemiz biraz kızır, çocuk korkabiliyor tabi ki.*” şeklinde ifade etmiştir.

VY5 aile ve çocuk olmak üzere *iki tarafta da hata olabileceğini* belirterek sorunun çözüm yollarını bulmaya çalışacağını belirtmiştir. Çocuğun başarısızlık durumunda *sorun yapmayacağını* söylemiştir. VY6 ise aynı şeyleri belirterek başarısızlık durumunda kendi öğrencisinin *daha çok çalışacağını* söylemiştir..

VY7 “*Hayır. Biz ne isterse yaparız. Tek görevi çalışmak, çalışır da zaten. Bazen notlarında sıkıntı olur söyler ama düzelttim der, sıkıntı yapmaz.*” şeklinde ifade etmiştir.

### **- Ailenin İlgi Düzeyinden Kaynaklı Stres**

Öz-yeterlikleri farklı olan öğrenciler ile yapılan görüşmelerde ailelerinin ilgisiz tutumları karşısında davranışları tespit edilmiş ve bu durum karşısında velilere “*Çocuğunuzun akademik başarısı için kendinizi yeterince ilgili görüyor musunuz? İlgisiz kalma durumunda çocuğunuz nasıl tepki verir?*” sorusu yöneltilmiştir. Tablo 43’te öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin aileleri

tarafından ailenin ilgi durumu ve öğrencilerin göstermiş oldukları tepkiler belirtilmiştir.

Tablo 43

Ailenin İlgi Düzeyinden Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Öğrenci tepkisi	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Evet	İlgiliyiz	Sinir	VD6	2
			Kardeşleri kıskanma	VD7	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Kısmen evet	Küçük kardeşlere daha çok ilgi gösterme	Telaş	VD5	1
			Evet	İlgiliyiz	Sorun yapmaz
Kısmen evet	Annenin daha çok ilgilenme durumu	Bazen üzülür			VO7
		Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Evet	İlgiliyiz	Üzüntü
Evet	İlgiliyiz				İlgi isteğini dile getirme
		Evet	İlgiliyiz	Sorun yapmaz	VY6
					Sorun yapmaz

Tablo 43'e göre ailelerin öğrencilere ilgi durumuna karşı "evet" cevabını veren 7 veli (VD7, VD6, VO5, VO7, VY5, VY6 ve VY7) tespit edilmişken "kısmen evet" cevabını veren 2 veli (VD5 ve VO6) olarak tespit edilmiştir. Öz-yeterlik düzeyleri yüksek olan öğrencilerin velilerinin hepsi bu durum karşısında "evet" cevabını vererek ilgili oldukları belirtmişler ve öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin aile ilgisizliğine karşı sorun yapmadıkları ve ilgisiz kalma durumunda bunu ailelerine karşı dile getirdikleri belirlenmiştir. Öz-yeterliği düşük olan öğrencilerin aileleri ise ilgili olduklarını ve küçük kardeşlere ayrılan zamanın daha fazla olduğunu gerekçe göstererek kısmen ilgili olduklarını belirtmişler ve öğrencilerinin ilgisiz kalma durumunda sinirlendiklerini, kıskançlık yaşadıklarını ve telaşa kapıldıklarını belirtmişlerdir. Orta öz-yeterlik sahibi öğrenciler ise bu durum karşısında tepki vermeme ve düşük seviyede üzüntü gösterme gibi durumlar sergilediği belirlenmiştir. Ailelerin cevapları şu şekildedir;

VD6 her zaman ilgili olduklarını belirterek ilgilenmedikleri zamanlarda öğrencinin *sinirlendiğini*, VD7 aynı şekilde ilgili olduklarını ve ilgisizlik durumunda öğrencinin *kardeşlerini kıskandığını* belirtmiştir. Bu durum karşısında öğrenci ailelerinin cevapları şu şekildedir.

VD5 *“Kısmen evet. Kardeşleri ondan küçük diye fazla ilgilenemiyorum ama öğretmenleriyle her zaman konuşurum. Yapması gereken bir şeyi yapamazsa hemen yanıma gelir, o an yapmak ister, kendi yapamazsa telaşlanıyor çünkü.”*

VO5 her zaman çocukları ile ilgilendiklerini ve ilgilenmeme durumunda öğrencinin bu durumu *sorun yapmadığını* belirtmiş, VO7 aynı şekilde ilgili davrandıklarını ancak ilgisizlik durumunda çocuklarının *bazen üzüldüğünü* belirtmiştir.

VO6 *“Kısmen evet. Daha çok ben (anne) ilgilenirim. Bazen üzülür.”* şeklinde belirtmiştir.

VY5 ve VY6 çocuklarına karşı ilgili olduğunu belirterek çocuklarının ilgi görememesi durumunda ilgi isteyeceklerini ve bunu sözlü olarak kendilerine ifade edeceklerini belirtmişlerdir.

VY7 *“Evet ilgiliyiz. Çok fazla sorun yapmaz öyle ilgi isteyen bir çocuk değildir.”* şeklinde belirtmiştir.

#### **- Araç-Gereç Temininden Kaynaklı Stres**

Araç-gereç teminine bağlı olarak öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin bu durum karşısında davranışları belirlenmiş ve buna bağlı olarak öğrenci ailelerine *“Çocuğunuzun eğitiminde gerekli olan araç ve gereçleri karşılamada kendinizi başarılı görüyor musunuz? Gerekli araç- gereç temin edilemediğinde çocuğunuz nasıl tepki verir?”* sorusu yöneltilmiştir. Tablo 44’te öz-yeterlik düzeyleri farklılık gösteren öğrencilerin ailelerinin gerekli araç gereç temini karşısında görüşleri ve öğrencilerin sergiledikleri davranışlar belirtilmiştir.

Tablo 44

## Araç-Gereç Temininden Kaynaklı Stres Konusunda Aileler Tarafından Verilen Cevapların Dağılımı

Öz-yeterlik Durumu	Kod	Tema	Öğrenci tepkisi	Katılımcı	f
Düşük Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Kısmen evet	Her istenilen olamaz	Okula gitmeme isteği, çekinme	VD5	3
		Öğrencinin ihtiyaçlarını söylememesi	Üzüntü	VD6	
		Karşılanamayınca ailede üzüntü	Ağlama	VD7	
Orta Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Kısmen evet	İkiz oldukları için zor yetiştirme	Kızma	VO5	3
		Babanın eksik annenin ilgili olması	Kıskançlık, sinirlilik	VO6	
		Şımartma	Tepki vermeme	VO7	
Yüksek Öz-yeterlik Düzeyi Öğrenci Velisi	Evet	Kardeşleri olma durumu	Tepki vermeme	VY7	1
	Kısmen evet		Sorun yapmaz	VY5 VY6	2

Tablo 44'e göre ailelerin büyük çoğunluğu "kısmen evet" cevabını verirken sadece öz-yeterliği yüksek olan öğrenci velisi (VY7) "evet" cevabını vermiştir. Veliler bu durumun sebebi olarak çocuk sayılarını, annenin yeterli babanın eksik kalma durumu, öğrencinin gerekli ihtiyaçlarını bildirmeme durumu ve her istenilenin olamayacağı şeklinde ifade etmişlerdir. Genel olarak araç-gereç temininde öz-yeterlikleri düşük olan öğrenciler; çekinme, üzüntü ve ağlama gibi tepkiler verirken öz-yeterlikleri yüksek olan öğrenciler bu durum karşısında tepki vermemekte ve sorun yaratmamaktadır. Tespit edilen aile görüşleri şu şekildedir.

VD5 *her istediği alınamayacağını* ve öğrencinin bir şeyi eksik olursa *okula gitmek istemeyeceğini ve çekineceğini* belirtmiştir. VD6 ise bu duruma katılarak öğrencinin böyle bir olay karşısında *üzüldüğünü* belirtmiştir.

VD7 *"Kısmen evet. Yani her aile gibi biz de elimizden geleni yapıyoruz bazen söylemez bize ihtiyaçlarını eksikliği olur kızarız ona. Sonra da geç kalınca ağlar."*

VO5 “Kısmen evet. Her şeyine yetişmeye çalışıyoruz eğer karşılayamazsak biz de üzülürüz. Biz okuyamadık onlar okusun. Bir şeyini eksik edersek zaten o akşam laf işitiriz kızlar bize.”

VO6 “Kısmen evet. İkiz oldukları için her şey iki katına çıkıyor zaten zor yetişiyoruz. Birine bir şey alınca diğeri kıskanır. Sinirlenirler.”

VO7 “Kısmen evet. Daha çok annesi ilgilenir ben biraz eksik kalırım bu konuda. Çok fazla bir tepki vermez.”

VY5 kardeşleri olması sebebiyle her temin etme konusunda sıkıntılar yaşanabileceğini ve öğrencinin sorun yapmayacağını belirtmiştir. VY6 çocuk sayısını belirterek bu duruma katılmış ve öğrencinin sorun yapmayacağını ifade etmiştir.

VY7 “Evet. Her istediği olur. Bizde biraz şımartıyoruz galiba, O eksik bu eksi diye bir şey demez, tepki vermez.” şeklinde belirtmiştir.

## 4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

### 4.1. Tartışma ve Sonuç

#### 4.1.1. Öğrencilere Uygulanan Öz-Yeterlik Ölçeğinden Çıkan Sonuçlar ve Tartışma

Çalışmanın ilk aşamasında uygulanan Sosyal Bilgiler öz-yeterlik ölçeği sonucunda öğrencilerin cinsiyetleri bakımından anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Buna göre kız öğrencilerin öz-yeterlik puanları erkek öğrencilerin puanlarına göre daha yüksektir. Diğer deyişle kız öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliklerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek düzeyde olduğu belirtilebilir. Literatüre bakıldığında, Oğuz ve Kalender (2018) kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre akademik öz-yeterlik algılarının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Ülper ve Bağcı (2012) kadın öğretmen adaylarının özel alan bilgisi bölümünde öz-yeterlik puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşırken, Akbaş ve Toros (2017) yapmış oldukları çalışmada erkek öğretmen adaylarının öz-yeterlik puanlarının kadın öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Bunun yanı sıra Kurbanoğlu ve Takunyacı (2012) matematik dersine yönelik kaygı, tutum ve öz-yeterlik inançlarının öğrencilerin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği ve Geçit ve Beldağ (2014) ise Sosyal Bilgiler öğrenci, öğretmen adayı ve öğretmen karşılaştırması üzerinde yaptıkları çalışmada öz-yeterlik düzeylerinde cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Kız öğrencilerin öz-yeterlik bakımından yüksek çıkması gelişen eğitim seviyesi ve kadınların eğitim ve iş hayatına atılmaları ile doğru orantılı olarak kız çocuklarının okumaya teşvik edilmesinin artması ve yüreklendirilmeler sebep olarak söylenebilir.



Gerçekleştirilen çalışmada öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu sonucuna varılmıştır. 5. sınıf öğrencilerinin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlik puanları daha yüksektir. Sınıf düzeyi arttıkça öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlik puanlarının azaldığı tespit edilmiştir. Literatüre baktığımızda, Oğuz ve Kalender (2018) çalışmalarında 6, 7 ve 8. sınıf öğrencileri arasında, 6. sınıf öğrencileri lehine anlamlı sonuçlar tespit etmişlerdir. Buna karşılık Kahyaoğlu ve Yangın (2007) yaptıkları çalışmada öz-yeterlik düzeyleri, sınıf düzeylerine göre herhangi bir farklılaşma göstermediği sonucuna ulaşmışlardır. Elde edilen sonuca göre sınıf düzeyi arttıkça öğrenilen konuların zorlaşması, ortaokul öğrencilerinin lise giriş sınavlarına yaklaştıkça kendilerine güvenlerinin azalması öz-yeterlik inancının düşmesine sebep olarak gösterilebilir. Bunun yanında sınıf düzeyi arttıkça ergenliğin getirebileceği durumlar (fiziksel, ruhsal değişimler) öz-yeterliğin düşmesine sebep olabilmektedir.

Elde edilen sonuçlara göre, annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilik puanları daha yüksektir. Lisansüstü eğitim durumu hariç anne eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlilik puanlarının arttığı tespit edilmiştir. Bununla beraber babası üniversite mezunu veya lisansüstü eğitim mezunu olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilik puanları daha yüksektir. Bu bağlamda baba eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlilik puanlarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatüre bakıldığında İnnalı ve Aydın (2014) çalışmalarında anne ve baba eğitim düzeyi düşük olan öğrencilerin okur öz-yeterlik ortalama puanlarını da düşük olarak tespit etmişlerdir. Bunun aksi olarak Başoğlu (2017) yaptığı çalışmada anne-baba eğitim durumu değişkeni açısından öz-yeterlik düzeylerinde herhangi bir farklılık tespit etmemiştir. Aldan Karademir (2013) yaptığı çalışmada öz yeterliği anne- baba eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Anne- baba eğitim durumu arttıkça öz-yeterlik inancında olan artışa, anne ve babanın eğitim durumu arttıkça

çocuklarının özgürlüğüne karşı tutumlarının değişmesi sebep olabilir. Ayrıca eğitim durumu yüksek olan ailelerin çocukları verilen görev ya da ödevleri anne-babalarının yardımıyla daha kolay bir şekilde sonuçlandırabileceklerini düşünmelerinden kaynaklanabilmektedir.

Anne ve babanın sahip olduğu meslek durumunda araştırma sonucunda annesi memur olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilik puanları daha yüksektir. Bunun yanında anlamlı fark bulunmasa da annenin işçi olarak çalışması öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlilik puanlarının artmasına yol açmaktadır. Babası memur olarak görev yapan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilik puanları diğer gruplara göre daha yüksektir. Bu bağlamda babanın çalışma durumu söz konusu oldukça ya da emekli babası olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlilik puanlarının arttığı tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığı zaman Dönmez ve Uslu (2014) katılımcılar üzerinde anne meslek durumu değişkeninin farklılaşma olduğu ancak baba meslek durumlarına göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçlardan anne- baba mesleğinin çocuklarının Sosyal Bilgiler öz-yeterliğinde önemli bir etkiye sahip olduğu yargısına ulaşılabilir. Hatta günlük hayatta çalışan veliler çocuklarında Sosyal Bilgiler alanında daha yüksek oranda öz-yeterlilik bulunmasına vesile olduğu bu araştırma ile ortaya çıkmıştır.

Verilerin analizi sonucunda öğrencilerin evlerinde kendilerine ait odalarının bulunması Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliliklerinin odası bulunmayan öğrencilere göre daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Önder ve Gelbal (2016) yaptıkları çalışmada kendisine ait odası olan öğrencilerin matematik öz-yeterlilik puan ortalaması ile kendisine ait odası olmayan öğrencilerin öz-yeterlilik puan ortalaması arasında anlamlı bir fark bulmuşlardır. Kendine ait odası olan bireylerin yaşam alanları daha özgürdür, kendilerine ait eşyaları, düşünme alanları, sırları, problemleri, çalışma ortamları bulunması sebebiyle öz-yeterliliğin artmasında bir etken olarak görülmektedir.

Sosyal Bilgiler dersine yönelik hoşlanma durumunda farklılık olan öğrencilerin öz-yeterlik düzeylerinde farklılık tespit edilmiştir. Dersten çok hoşlanan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilik puanları diğer gruplara göre daha yüksektir. Bu bağlamda öğrencilerin dersten hoşlanma düzeyi arttıkça Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlilik puanlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Her birey yapmaktan hoşlandığı şeylerin üstesinden daha kolay gelebileceğini düşünür. Severecek yapılan birçok şey akılda daha kalıcı ve öğrenmesi daha kolaydır. Sosyal Bilgiler dersine karşı hoşlanma duyan öğrenciler dersi başarabilme konusunda kendilerine daha fazla inanmaktadır.

Diğer yandan aile geliri yüksek olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilik puanları diğer gruplara göre daha yüksektir. Bu bağlamda öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyi arttıkça Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlilik puanlarının da arttığı sonucu elde edilmiştir. Aktürk ve Aylaz (2013) yaptıkları çalışmada ailelerin gelir durumu arttıkça öğrencilerin öz-yeterlik alt boyutlarında aldığı puanlarının da arttığı saptanmıştır. Buna karşın Gerçek, Yılmaz, Köseoğlu ve Soran (2006) yapmış oldukları çalışmada öz-yeterlik inançlarının ailelerin aylık gelirlerine göre incelendiğinde anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde Deniz ve Tican (2017) öz-yeterlik inancının sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık yaratmadığını belirtmişlerdir. Öğrencilerin gelir durumlarının artışıyla beraber karşılaşılabilecekleri zor durumları daha kolay aşabilecekleri düşüncesi, akademik başarıyı arttırmak için kaynakların (dershane, kaynak kitaplar, testler, araç-gereçler vb.) daha kolay ulaşılabilir olması öz-yeterlik düzeyinin yüksek olmasına sebebiyet verecek faktörlerdir.

Öğrenciler arasında kardeş sayısı 1 olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilik puanları diğer gruplara göre daha yüksektir. Bu bağlamda öğrencilerin kardeş sayısı arttıkça Sosyal Bilgiler dersine yönelik öz-yeterlilik puanlarının azaldığı tespit edilmiştir. Buna karşın 5 ve üzeri kardeş sayısında öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterliliklerinin artış gösterdiği öne sürülebilir. Bu bağlamda Yılmaz, Yiğit ve Kaşarcı (2012) 2 kardeşi olanların, 4 ve daha fazla kardeşi olanlara göre, 3 kardeşi olanların ise 5 ve daha fazla kardeşi

olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek öz-yeterlilik puanları olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte Ayan (2017) ailenin tek çocuğu olan öğrencilerin öz-yeterlilik düzeylerinin diğerlerinden yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Kardeş sayısındaki artışla beraber öz-yeterlilik düzeyinde azalma olmasının kişi sayısının artmasıyla beraber ebeveynlerin çocuklarına ayırdıkları sürenin azalma durumu olarak söylenebilir. Ayrıca çok fazla kardeşe sahip olmayan bireyler karşılaşabilecekleri güçlüklerle tek başlarına karşı koyma durumunda olmaları göz önünde bulundurulursa bu faktöründe öz-yeterliliği etkileyebileceği düşünülebilir.

#### **4.1.2. Öğrencilere ve Ailelerine Uygulanan Odak Grup Görüşmelerinden Çıkan Sonuçlar ve Tartışma**

Çocukluk ve ergenlik çağında bulunan ilköğretim öğrencilerinin gelişim sürecini rahat bir şekilde aktarabilmeleri ancak stresle başarı yöntemlerini bilmeleri ile mümkündür (Bozkurt 2001). Stres durumlarını belirlemek adına odak grup görüşmesi yapılan öz-yeterlilikleri farklılık gösteren öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersine yönelik stres durumlarının değerlendirilmesi Sosyal Bilgiler dersinden kaynaklı, öğretmen ve çevreden kaynaklı ve aileden kaynaklı olmak üzere aşağıda belirtilmiştir.

##### **- Sosyal Bilgiler Dersinden Kaynaklı Stres Durumu Sonuçları**

Eğitim ortamında stresin azaltılması için gerekli önlemlerin zamanında alınması, eğitim öğretim açısından son derece önemlidir. Bu nedenle; öğrencilerin kaygı düzeyleri öğrenmeye etki eder, öğrencilerde stres oluştuğunda beyin strese cevap üretirken, öğrenme ve hafızayla bağlantılı olarak noral sistemlerin işleyişinde performans azalması ortaya çıkmaktadır (Ülgen, 2002: 69). Öz-yeterlilik düzeyleri farklılık gösteren öğrenciler üzerinde yapılan görüşmelerde öz-yeterlilikleri yüksek olan öğrencilerde Sosyal Bilgiler dersine ve zorluk derecesine yönelik farklılık olduğu tespit edilmiştir. Stres durumunu etkileyen faktörler; derste soruları bilememe (yapamama) korkusu, öğrencilerin dersleri zorluk

derecesine göre belirleyip kolay ya da zor derslerde düşük ya da yüksek stres yaşamaları, ders içindeki tarih konularından sıkılma durumları ve derse olan ilgi ve ilgi durumları olarak belirlenmiştir. Öz- yeterlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin hepsi Sosyal Bilgiler dersi öneminden kaynaklı stres yaşamadıklarını belirtmiş buna karşılık öz- yeterlik düzeyi düşük olan öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersinde daha stresli oldukları belirlenmiştir. Bu durumda öz-yeterlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin akademik başarılarının yüksek olması, her derse ayrı önem vererek hepsinde başarılı olmak istemelerinin yaşanan stresi etkilediği söylenebilir.

Sosyal Bilgiler dersi içerisinde yapılan etkinlikler büyük önem taşımaktadır. Fakat her öğrenci üzerinde farklı stres durumları yaratabilecek faktörler taşıyabilmektedirler. Öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersi etkinliklerden kaynaklı stres durumlarını etkileyen faktörler arasında yarışma korkusu, grupla çalışma isteği ve heyecan, etkinlikleri yapamama (becerememe) durumu olarak belirlenmiştir. Öz –yeterlikleri yüksek olan tüm öğrenciler etkinliklerin yapılması ve artırılmasının kendilerinde stres hissinin oluşmasında etken olmadığını belirtirken öz-yeterlikleri düşük olan öğrenciler yapılan etkinliklerin yarışma gibi bilgiye ve rekabete dayalı olmaları durumunda stres yaşayabileceklerini belirtmişlerdir. Ayrıca öz-yeterliği düşük olan öğrenciler toplu olarak yapılan faaliyetlerin bireysel olarak yapılan faaliyetlere oranla daha az strese sebebiyet vereceğini belirtmişlerdir. Bu durumun nedeni olarak bireysel olarak yapılan çalışmalarda kendilerini başarısız bulmaları ve topluca yaparak, yardım alarak bu durumu sorunsuz geçirmeleri söylenebilir. Ayrıca akademik olarak kendilerini yeterli görmemeleri turnuva ve yarışma gibi etkinliklerde stresli olmalarına sebebiyet olabilmektedir. Gültekin, Atalay ve Ay (2014) çalışmalarında öğrencilerin ders dışında çeşitli etkinliklere yer verilmesini istedikleri sonucuna ulaşmışlardır.

Ders içerisinde bilgilerin kalıcılığını sağlamak amacıyla öğretmenler tarafından en yoğun şekilde başvurulan yöntem “ev ödevi” olarak söylenebilir. Bu durum karşısında öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrenciler ödev yapmama

durumlarında nasıl hissettikleri belirlenmiştir. Ödev yapmadan kaynaklı strese sebebiyet veren faktörler; öğretmen, telaşlanma, not kaygısı ve öğretmenin kendisine olan güvenini kırma durumu olarak belirlenmiştir. Öz-yeterlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin hepsi ödev yapımından kaynaklı olarak stres yaşamayacaklarını belirtirken buna karşılık öz-yeterlikleri düşük olan öğrencilerde bu durumun strese sebebiyet verdiği belirlenmiştir.

Öğrenciler üzerinde etkili bir stres sebebi olan diğer bir faktör sınav notlarıdır. Stres, Kesici ve Aşılıoğlu'nun da (2017) stresin ana kaynaklarından biri olarak belirttiği gibi ülkemizde lise ve üniversite gibi önemli kurumlara öğrenci seçimi sınavlar yapılarak gerçekleştirilmek de bu da ortaokul öğrencilerinde baskı ve strese neden olduğu bu çalışmada da ortaya konmuştur. Öğrencilerin alınan notlardan kaynaklı stres durumlarını etkileyen faktörler kurtaramama düşüncesinden kaynaklı üzüntü, kaygı, karamsarlık, aile korkusu şeklinde belirlenmiştir. Genel olarak öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin alınan notlardan kaynaklı stres durumlarının pozitif olduğu, öz-yeterliği düşük olan öğrencilerin ise negatif olduğu görülmektedir. Yüksek öz-yeterliğin akademik başarıya etkisi düşünülecek olursa öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerde başarının yüksek olması bu duruma neden olabileceği düşünülmektedir. Öz-yeterliği yüksek öğrenciler düşük puanlar karşısında kurtarabileceklerini düşünürken öz-yeterlikleri düşük olan öğrenciler kurtaramayacaklarını düşünmektedir. Aileler ile yapılan görüşmeler sonucunda ailelerin başarısızlık durumunda öğrencilerin verdiği tepkiler arasında üzüntü, ağlama, hırlanma, korku, başarısızlık karşısında daha çok çalışma ve başarısızlığı sorun yapmama bulunmaktadır. Başarısızlık karşısında sorun yapmayan her iki öğrenci de öz-yeterliği yüksek olarak tespit edilen öğrencilerdir. Bu durumun sebebi olarak öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin kendilerini motive edebilmeleri, başarı için pes etmeden çabalamaları ve başarısız olsalar bile tekrar düzeltebileceklerine olan güvenleri söylenebilir. Ayrıca akademik olarak kendilerini yeterli görmemeleri turnuva ve yarışma gibi etkinliklerde stresli olmalarına sebebiyet olabilmektedir. Gültekin, Atalay ve Ay

(2014) çalışmalarında öğrencilerin ders dışında çeşitli etkinliklere yer verilmesini istedikleri sonucuna ulaşmışlardır.

Öğrencilerin karmaşık konularda stres artışına etki eden faktörler konuyu anlamamaktan korkma, endişe, başarısız olma korkusu ve buna istinaden pes etme, şeklinde tespit edilmiştir. Görülmektedir ki öz-yeterliği yüksek olan tüm öğrenciler bu durumda stres yaşamadıklarını belirtirken öz-yeterliği düşük olan tüm öğrenciler bu durumun kendilerinde strese sebep olacağını belirtmişlerdir. Öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin kendilerine olan güvenleri ve derse olan ilgileri sebebiyle bu durum ortaya çıkmaktadır.

#### **- Öğretmen ve Çevreden Kaynaklı Stres Durumu Sonuçları**

Öğrencilerin sınıf içerisinde stres yaşamalarına neden olabilecek bir diğer faktör öğretmen tarafından gelen ani sorulardır. Beklenmedik anda gelen sorular karşısında stres faktörlerini öğrenciler; soruları bilememe endişesi, öğretmen korkusu, arkadaşlarından utanma, heyecan, şeklinde açıklamışlardır. Elde edilen verilere göre öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin tümü öğretmen tarafından yöneltilen ve beklenmedik anda gelen sorulara karşı stres yaşamadığını belirtirken öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin tümü stres yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bu durumun sebebi ise öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin sorular karşısında hata yapsalar dahi pes etmemeleri ve öğrenmeye her zaman istekli olmaları söylenebilir.

Sınıf içerisinde birçok olay meydana gelmektedir. Öğretmenler ders işlerken öğrencileri yönlendirebilmekte ve uyarabilmektedir. Öğrenciler uyarı karşısında farklı tepkiler verebilmektedir. Öğrenciler öğretmenden alınan uyarılar ile kendini diğer arkadaşlarına göre değersiz hissetme, utanma, arkadaşların alaycı tavırları, uyarılmaya alışma durumu, suçluluk duygusu, hatayı kabul etme ve uyarılmayı normal kabul etme şeklinde tepkiler vermiştir. Öz-yeterliği yüksek olan öğrencileri bu durum karşısında stresli olmayacaklarını belirtmiştir. Öz-yeterliği düşük olan öğrenciler ise stres yaratan bir durum olduğunu belirtmişlerdir. Öğrencilerin arkadaşlarına ve öğretmenlerine karşı utanmaları

durumunda bu durum ortaya çıkabilmektedir. Ayrıca yüksek öz-yeterliğe sahip öğrenciler sosyal çevre edinme, kendini ifade edebilme bakımından daha başarılı bir yapıdadır ve bu durum karşısında kendilerini daha iyi ifade edebilmektedir. Bu sebeple toplum içinde kendisine yöneltilen uyarılara karşı daha yapıcı olabilmektedir.

Stres oluşuma kaynaklık yapan faktörler arasında doğal çevre, bulunulan ortam ve iklim şartları bulunmaktadır. Öğrencileri fiziki mekân ve iklim, doğa şartlarından kaynaklı strese yönelten faktörler arasında; karanlık korkusu, ışıklı ortamda sinirlilik, sesten rahatsızlık duyma, soğuk ortamda kendini rahatsız hissetme ve konsantre olamama şeklinde belirlenmiştir. Öz-yeterlik düzeyleri yüksek olan öğrenciler fiziki ortam ve çevre koşullarından çok fazla etkilenmediğini belirtmişler fakat 1 öğrenci sıcak ortamlarda daha rahat edeceğini belirtmiştir. Buna karşın öz-yeterlikleri düşük olan öğrencilerin hepsi fiziki çevre ve iklim koşullarının strese sebebiyet verdiğini belirtmiştir. Öz-yeterliği düşük olan öğrencilerin dikkatlerinin daha kolay dağılması ve karşılıklarına çıkan zor durumlara karşı çıkamama olarak söylenebilir. Ayrıca öğrencilerin fiziksel özellikleri (göz, kulak, burun sağlığı ve özellikleri) bu durumu etkileyen faktörler arasında bulunmaktadır. Öte yandan öz-yeterliği yüksek öğrenciler tehdit edici durumlara ve engellemelere daha iyi karşı çıkarlar.

Sınıf içerisinde gelişen diğer bir olay ise öğrencilerin ödev ve görevlerini yerine getirmelerine rağmen arkadaşlarına ve çevrelerine oranla eksik ya da hatalı yapması durumudur. Bu durum karşısında stresli olacaklarını belirten öğrenciler sebep olarak; Utanma, korku, sinirlenme, üzüntü, çekinme ve arkadaşlarına kırılma gibi faktörler tespit edilmiştir. Öz-yeterlikleri düşük olan tüm öğrenciler yapılan ödevin eksik ya da arkadaşlarına göre daha yetersiz olmasından kaynaklı streslerinin olduğunu söylerken öz-yeterliği yüksek olan 2 öğrenci stres yaşamadıklarını belirtmişlerdir. 1 öğrenci ise kısmen stresli olabileceğini belirtmiştir. Bu durum karşısında düşük öz-yeterlik gösteren öğrencilerin daha fazla stres yaşadığı sonucuna ulaşılmaktadır. Bu durumun oluşmasındaki etkenler öz-yeterliği yüksek öğrencilerin başarısız olmaları durumunda pes etmemeleri ve



daha iyisi için tekrar deneyerek başarıya ulaşma istekleri, emek gösterme ve gösterdiği emeğe olan inancı söylenebilir. Bunun aksine öz-yeterliği düşük olan öğrenciler diğerlerine göre daha başarısız işler ortaya koyduklarında daha çekingen ve karamsar düşünmektedir ve toplum tarafından onay görme gibi baskı altında kalmalarına neden olabilecek faktörlerin etkisi bulunmaktadır.

Öğrencilerin anlatılan konuları yeterli düzeyde anlamamaları durumunda stresli hissetmelerine yönelik öğrencilerin ilişkin nedenleri ise sınav korkusu, kıskançlık, başkalarından yardım isteyerek ve aile desteği ile aşabilme, konu hakkında kendisine soru sorulmasından korkma ve anlamadığında üzüntü hissetmek olarak tespit edilmiştir. Öz-yeterlikleri yüksek olan öğrencilerin düşük olan öğrencilere göre daha az stresli olduğu tespit edilmiştir. Öz-yeterliği düşük olan öğrencilerin konuları anlamama durumunda yeterli motiveyi sağlayamamaları ve bunun sonucunda başarısız olacakları düşüncesi neden olarak karşımıza çıkmaktadır. Baş (2012), Yapmış olduğu çalışmada ilköğretim öğrencilerinde öğrenim sırasında çeşitli nedenlerle ortaya çıkan stresin onların tükenmiş düzeylerine yansıdığını belirtmiştir. Bu çalışmada ise öğrencilerin başarısızlıklarına neden olduğu saptanmış olup stres ile ilgili benzer sonuçlar elde edilmiştir.

Proje ve ev ödevlerinin zamanında teslim edilmemesine yönelik stres durumu ise öz-yeterlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin düşük olan öğrencilere göre az stresli oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerde zaman yönetiminin daha iyi olması ve çalışılan sürenin daha fazla olması, öğretmenin kendilerine kızmaması, aile faktörü (annelerinin ödevi yetiştirmesi ya da yetiştiremese bile öğretmenle konuşması), öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin notlarının zaten yüksek olması gibi faktörler bu durumu etkilemektedir.

### - Aileden Kaynaklı Stres Durumu Sonuçları

Çocuklardaki Sosyal Bilgiler dersine dönük streslerin önemli bir kaynağına da aileler oluşturmaktadır. Bu bulgu, Özmen ve Özmen (2012) tarafından belirtilen ailelerin çocuklar üzerindeki strese neden olma durumları ile örtüşmektedir. Aileler öğrencinin stres yaşamasında etkili olan önemli faktörler arasındadır. Ailenin çalışmaya zorlamasına yönelik stresi etkileyen faktörler; baskıya karşı sinirlilik ve öğrencinin dersi başaramaması sebebiyle yetersiz hissetmesine rağmen ailenin zorlaması, ebeveynlerden sadece anne ya da babadan korkma şeklinde belirlenmiştir. Öz-yeterliği düşük öğrencilerin öz-yeterliği yüksek olan öğrencilere göre daha stresli olacakları tespit edilmiştir. Stres oluşumunun öz-yeterliği düşük olan öğrencilerde daha yoğun olması, öğrencilerin çalışma ve uğraşmaya olan ilgisizliği sebebiyle düşük akademik başarı sonucunda ailenin daha fazla öğrenciyi zorlaması olarak açıklanabilir. Öğrenci aileleri ile yapılan görüşme sonuçlarına bakıldığında düşük öz-yeterliğe sahip öğrencilerin velileri öğrenci başarısından kaynaklı olarak derse zorladıklarını belirtirken, öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin aileleri herhangi bir zorlamada bulunmadıklarını çocuklarının görevlerini bildiklerini belirtmişlerdir. Öz-yeterlikleri yüksek olan çocuklar zorlanma durumunda sorun yapmazken öz-yeterlikleri düşük olan öğrenciler üzüntü, içine kapanma, sessiz kalma ve soru sormama gibi davranışlar sergilemektedir. Yaptığımız çalışmada, sosyal bilgiler dersine yönelik, aile kaynaklı stres içerisinde, ailenin ders çalışmaya zorlaması, hata ve kötü not alımından kaynaklanan tepki, ailenin ceza vermesinden kaynaklanan tepkiler strese neden olduğu açık bir şekilde ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar Ardıç'ın (2009) çalışması ile neredeyse birebir örtüşmektedir.

Öğrencilerin aileleri tarafından stres altında olmasındaki bir başka etken yapılan hataların ailelere bildirilmesidir. Yapılan hataların aileye bildirilmesi durumunda strese etki edebilecek faktörler; aile korkusu ve aileni güvenini kaybetme, babadan çekinme durumu ve ceza olarak belirlenmiştir. Öz-yeterliği düşük olan tüm öğrenciler yapılan hataların aileye bildirilmesi durumunda stresli olacaklarını belirtirken öz-yeterlikleri yüksek olan öğrenciler bu durum

karşısında stres yaşamamakta veya çok düşük bir stres yaşamaktadırlar. Aile görüşmeleri sonucunda öğrencileri strese yönelten aile davranışları; öğrencinin düşük not aldığıında uyarılması ve yine de ders çalışmamaya devam etmesi durumunda yaşanan kızgınlık, içine kapanık olan çocuğa kızmayarak daha da içine kapanma durumunu ortadan kaldırma isteği, başarısızlık karşısında ailenin sinirlenmesi olarak belirlenmiştir. Öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin ailelerinin daha ılımlı bir tutum içerisinde olduğu anlaşılmaktadır. Bu sebeptendir ki öğrenciler kendilerini iyi hissedip kendilerine güvenli bir şekilde hatalarını kabul etmektedir. Buna karşılık öz-yeterliği düşük olan öğrenciler üzüntü, ağlama ve telaş hissetmektedir.

Ailenin öğrenciye yeterli ilgi göstermemesi stresi arttıran etkenler arasındadır. Ailenin ilgisiz kalmasından kaynaklı yaşanacak stres durumlarına neden olarak; yardımsız kalma korkusu, anne ilgisizliğine üzülmeye durumu olarak tespit edilmiştir. Öz-yeterliği yüksek olan öğrencilerin hepsi bu durum karşısında stresli olmayacaklarını belirtirken düşük öz-yeterlik gösteren öğrenciler stresli olacağını belirtmişlerdir. Öz-yeterliği düşük olan öğrencilerin aileleri ilgili olduklarını ve küçük kardeşlere ayrılan zamanın daha fazla olduğunu gerekçe göstererek kısmen ilgili olduklarını belirtmişler ve öğrencilerinin ilgisiz kalma durumunda sinirlendiklerini, kıskançlık yaşadıklarını ve telaşa kapıldıklarını belirtmişlerdir. Öz-yeterlik düzeyi düşük olan öğrenciler bir işin üstesinden tek başlarına gelebileceklerini düşünemeyerek gerekli destek ve yardıma ihtiyaç duyabilmektedir. Ailelerinin ilgi göstermemesi durumunda başarıya ulaşamayacaklarını düşünmelerinden dolayı stres yapabilecekleri belirtilebilir.

Öğrenciler üzerinde strese neden olabilecek durum arasında ders içi gerekli malzeme temini bulunmaktadır. Ders içi malzeme temini yapılamamasından kaynaklı stres faktörleri; utanç, üzüntü, arkadaşlarını kıskanma durumu, sinirlilik, başarısız olma düşüncesi olarak belirlenmiştir. Öğrenciler arasında büyük bir çoğunluğun malzeme temini konusunda yaşayacağı stresin arttığı tespit edilmiştir. Ancak öz-yeterlikleri yüksek olan öğrenciler bu durum karşısında diğerlerine oranla stres yaşamayacaklarını belirtmişlerdir. Veliler bu

durumun sebebi olarak çocuk sayılarını, annenin yeterli babanın eksik kalma durumu, öğrencinin gerekli ihtiyaçlarını bildirmeme durumu ve her istenilenin olamayacağı şeklinde ifade etmişlerdir. Veli görüşmelerinden elde edilen sonuçlara göre genel olarak araç-gereç temininde öz-yeterlikleri düşük olan öğrenciler; çekinme, üzüntü ve ağlama gibi tepkiler verirken öz-yeterlikleri yüksek olan öğrenciler bu durum karşısında tepki vermemekte ve sorun yaratmamaktadır. Sınıf ortamında bazı eşyaların eksik olması öğrencilerde ekonomik durumun kötü olduğu etkisi yaratması sebebiyle öğrencilerde strese sebebiyet vermektedir. Bunun yanında öz-yeterliği düşük olan öğrencilerin sosyalleşme düzeyleri daha az olması sebebiyle arkadaşları karşısında utanmalarına sebep olabilmektedir.

Cezalar bazen caydırıcı özellikleri olsa da öğrenciler üzerinde baskı ve strese yol açabilmektedir. Bu durum karşısında stres yaratan faktörler olarak; ders çalışma cezaları, tablet, telefon vb. gibi araçlarla cezalandırılma, babadan korkma ve çekinme durumu şeklinde belirlenmiştir. Bu konuda öz-yeterlikleri düşük olan öğrencilerin öz-yeterlikleri yüksek olan öğrencilere oranla daha fazla stres yaşadığı tespit edilmiştir. Düşük öz-yeterlik düzeyine sahip öğrenciler; ağlama ve sıkılma gibi tepkiler verirken, Yüksek öz-yeterliğe sahip öğrenciler bu durumda sorun yaşamamaktadır. Aile görüşmelerinden elde edilen verilere göre ceza konusunda velilere cezaya iten faktörler arasında; öğrencinin ders çalışmaması, öğretmen ve arkadaşlarına yapılan hatalar, notlarından kaynaklı olarak verilen cezalar ve yaramazlık olarak belirlenmiştir. Ceza verilmesi durumunda öz-yeterlikleri düşük öğrenciler ağlama, içine kapanarak sessiz kalma ve sinirlilik gibi davranışlar sergilemektedir. Ailelerin düşük akademik başarıya karşı ders çalışma cezası ve teknolojik olarak çocukları kısıtladıkları düşünülürse düşük öz-yeterlik sergileyen öğrencilerin akademik olarak yüksek öz-yeterliğe sahip öğrencilerden daha başarısız olmaları sebebiyle bu durumda daha çok kısıtlanıp stres yaşayacakları düşünülmektedir.

Stres ile ilgili yapılan diğer çalışmalarda da (Kaya, Peker ve Gündüz 2016; Özdemir ve Özdemir 2015) öğrencilerin eğitim streslerinin onların başarı performansını önemli ölçüde düşürdüğünü ortaya koymuşlardır ki bu bulgular da tarafımızca yapılan çalışma ile önemli ölçüde paralellik göstermektedir.

Genel itibarı ile öz-yeterlikleri farklılık gösteren öğrencilerin stres düzeylerinde de farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yüksek öz-yeterlik gösteren öğrencilerin Sosyal Bilgiler dersinde ders, öğretmen çevre ve aileleri bakımından stres düzeylerinin öz-yeterlikleri düşük olan öğrencilere göre daha az olduğu tespit edilmiştir. Orta öz-yeterlik düzeyine sahip öğrenciler ise seçilen her üç öğrencide bazı konularda stres yaşarken bazı konularda stresli olmamaktadır. Stres düzeyleri düşük öz-yeterlik gösterenlere oranla az, yüksek öz-yeterlik gösterenlere oranla ise kısmen fazla olarak tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde Şanlı (2017) algılanan stres özelliklerinin yetersiz öz-yeterlilik algısı davranışı ile algılanan stres genel davranışı arasında yüksek düzeyde ilişki olduğunu tespit etmiştir. Sahranç (2008) öz-yeterlik ve stres kontrol değerlendirmesi arasında olumlu yönde bir ilişki bulunduğunu ifade etmiştir. Asıcı ve Uygur (2017) ise üniversite öğrencilerinin duygusal öz-yeterlik düzeylerinin artması durumunda algıladıkları stres düzeyinin azaldığı sonucuna ulaşmışlardır. Gözüm (1999) yaptığı çalışmada bireyin öz-etkililik-yeterlik ile stresle başa çıkma algısı arasında aynı doğrultuda ilişki bulmuştur. Karabatak, Alanoğlu ve Polattaş (2018) öğretmenler üzerinde yaptıkları çalışmada öz-yeterlik inançlarının öğretmenlerin stres düzeylerini düşürdüğünü tespit etmişlerdir.

Stresin meydana gelmemesi ya da bireyin algıladığı stresin azaltılması için gerekli tedbirlerin zamanlı olarak alınması, eğitim öğretimin amacına ulaşması açısından son derece önem ifade etmektedir. Stres ve stresi ortaya çıkaran durumların, öğrencinin öğrenme başarısını negatif yönde etkilediği düşünöldüğünde; bunun üzerinde daha ayrıntılı araştırmalar yapılarak, stres ve stresi ortaya çıkaran durumlar ortadan kaldırılmalıdır (Demirci, Engin, Bakay ve Yakut 2013).

#### 4.2. Öneriler

- Öğretmenler öz-yeterlik düzeyi düşük öğrencilere yönelik daha farklı ılımlı davranmalı ve kendilerine olan inançlarını arttırmaya yönelik etkinlikler yapmalıdırlar.
- Öz-yeterlik düzeyleri yüksek olan öğrenciler öğretmenleri ve aileleri tarafından teşvik edilerek motivasyonları her zaman üst düzeyde tutulmalıdır.
- Öz-yeterlik düzeyleri düşük olan aileler stres konusunda bilinçlendirilmeli ve stres yönetimine dair projeler arttırılarak teşvik edilmelidir.
- Okul psikolojik danışmanları, stres yaşayan ve öz-yeterliği düşük olan öğrencilerin belirlenmesinde önemli bir rol oynama potansiyeline sahiptir. Dolayısıyla bu durumdaki öğrenciler belirlenerek onlara sosyal destek sağlama, iletişim becerileri kazandırma ve arkadaşlık ilişkilerini geliştirme gibi konularda destek verilebilir.
- Öğrenciler alakalı (öğretmen ve çevre, aile ve Sosyal Bilgiler dersi kaynaklı stres faktörleri) konularda stres yaşadıklarında, stresin üstesinden gelme adına rehberlik ve danışma merkezleri tarafından seminer, konferans gibi uygulamalar yapılmalıdır.
- Daha kaliteli bir eğitim ortamı oluşması açısından Sosyal Bilgiler alanında daha derinlemesine araştırmalar yapılarak stres ve stresi ortaya çıkaran durumlar ortadan kaldırılmalıdır.

## KAYNAKLAR

- Akbaş, Y., & Toros, S. (2017). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının mekânsal teknolojilere yönelik öz-yeterlik algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(54),668-677.
- Akpınar, M. (2016). *Okul Tükenmişliği ile akademik stres ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Akbaş, A., & Çelikkaleli, Ö. (2006). Sınıf öğretmeni adaylarının Fen öğretimi öz-yeterlik inançlarının cinsiyet, öğenim türü ve üniversitelerine göre incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 98-110.
- Aktürk, Ü., & Aylaz, R. (2013). Bir ilköğretim okulundaki öğrencilerin öz-yeterlik düzeyleri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 6(4), 177-183.
- Aldan Karademir, Ç. (2013). *Öğretmen adaylarının sorgulama ve eleştirel düşünme becerilerinin öğretmen öz-yeterlik düzeyine etkisi* (Doktora Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Andersen, A.M., Dragsted, S., Evans, R.H.,& Sørensen, H. (2004). The Relationship Between Changes in Teachers' Self-efficacy Beliefs and the Science Teaching Environment of Danish First-Year Elementary Teachers. *Journal of Science Teacher Education*, 15(1):25–38.
- Ang, R. P., & Huan, V. S. (2006). Relationship between academic stress and suicidal ideation: Testing for depression as a mediator using multiple regression. *Child psychiatry and human development*, 37(2), 133.
- Ardıç, A. (2009). Öğrencilerde strese neden olan etkenler ve başa çıkma davranışları. *TC Millî Eğitim Bakanlığı, Eğitimi Araştırma ve Geliştirme Dairesi Başkanlığı, Ankara*.
- Asghari, A., Kadir, R., Elias, H., & Baba, M. (2013). Personality traits and examination anxiety: Moderating role of gender. *Alberta Journal of Educational Research*, 59(1), 45-54.

- Asıcı, E., & Uygur, S.S. (2017). Duygusal öz-yeterlik ve affetmenin algılanan stres düzeyini yordayıcı rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, (6)3, 1353-1375.
- Aşçı, Ö., Hazar, G., Kılıç, E., & Korkmaz, A. (2015). Üniversite öğrencilerinde stres nedenlerinin ve stresle başa çıkma biçimlerinin belirlenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (8)4, 213-232.
- Avşaroğlu, S. (2007). *Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Doktora Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Ayan, A. (2014). *Ortaokul öğrencilerinin matematik öz-yeterlik algıları, motivasyonları, kaygıları ve tutumları arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Ayan, A. (2017). Yalnızlık ve utangaçlık düzeyinin öz-yeterlik ve öfke kontrolü üzerine etkisi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 87-108.
- Aydın, A., Üçüncü, K., & Taşdemir, T. (2011). Akademik performansı etkileyen stres kaynaklarının belirlenmesine yönelik bir alan çalışması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(2), 387-399.
- Aykol, N. (2017). *Lise öğrencilerinin yabancı dile yönelik kalıplaşmış düşüncelerini ve yabancı dil öz-yeterlik algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Ayva, Ö. (2010). Sosyal bilgiler dersi öğrenme öğretme süreci ile ilgili öğrenci görüşleri. In *International Conference on New Trends in Education and Their Implications*, 11-13.
- Baş, G. (2012). İlköğretim öğrencilerinde tükenmişlik: Farklı değişkenler açısından bir değerlendirme. *Journal of European Education*, 2(2), 31-46.
- Başoğlu, B. (2017). Grekoromen yıldız erkek güreş milli takım oyuncularının başarı algısı ve öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 2536-5339.



- Bayram, S.B. (2016). *Ergenlerin mükemmeliyetçilik özellikleri ve akademik alanda arzuların ertelenmesi ile akademik stres arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Blashill, M. M. (2016). *Academic stress and working memory in elementary school students*.
- Bozkurt, N. (2001). İlköğretim okulu öğrencilerinin stres düzeyleri ile bazı değişkenler arasındaki ilişki. *Ege Eğitim Dergisi*, 1(1), 54-61.
- Caine, R.N., Ülgen, G.(2002). *Beyin temelli öğrenme* (Çev. G.Ülgen) Ankara.
- Can, S. (2013). Kamu personeli seçme sınavı nedeniyle öğretmen adaylarında oluşan stresle başa çıkma yöntemleri. *Education Sciences*, 8(1), 27-45.
- Chacon, C.T. (2005). Teachers' perceived efficacy among English as a foreign language teachers in middle schools in Venezuela. *Teaching and Teacher Education* 21(3), 257-272.
- Cıla, M.S. (2015). *Anadolu Lisesi 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının, akademik öz-yeterlik, mükemmeliyetçilik ve akademik güdülenmeden yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Ciritci, H.M. (2012). *Sosyal Bilgiler programında yer alan kavramların 6. ve 7. sınıf Sosyal Bilgiler ders kitaplarındaki metinlerde kullanılma sıklıkları ile giriş, gelişme ve pekiştirme düzeyleri açısından değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Cofer, C. N., & Appley, M. H. (1964). *Motivation: Theory and research*. New York: Wiley.
- Cohen, L., Manion, L.,& Morrison, K. (2007). *Research Methods in Education*. London and New York.
- Coşkun, G. (2017). *Üniversite öğrencilerinin İngilizce dersine ilişkin kaygıları, yutumları, öz-yeterlik inançları ve dil öğrenme stratejilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.

- Çapulcuoğlu, U. (2012). *Öğrenci tükenmişliğini yordama da stresle başa çıkma, sınav kaygısı, akademik yetkinlik ve anne- baba tutumları değişkenlerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Çapulcuoğlu, U., Gündüz, B. (2013). Lise öğrencilerinde tükenmişliğin cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü ve algılanan akademik başarı değişkenlerine göre incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 12-24.
- Çetin Özden, E. (2010). *Polis Yüksek Okulu Öğrencilerinde Algılanan Stres Düzeyi ile Stresle Başa Çıkma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Çokluk, Ö., Yılmaz, K., & Oğuz, E. (2011). Nitel bir görüşme yöntemi: Odak grup görüşmesi. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 4(1), 95-107.
- Demirci, N., Engin, A.O., Bakay, İ., & Yakut, Ö.(2013). Stres ve stresi ortaya çıkaran durumların öğrenci üzerindeki etkisi. *Eğitim ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 288-296.
- Deniz, S.,& Tican, C. (2017). Öğretmen adaylarının öğretmen öz-yeterlik inançları ile mesleki kaygılarına yönelik görüşlerinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (4), 1838-1859.
- Deveci, S.E., Çalmaz, A., & Açıık, Y.(2012). Doğu Anadolu'da yeni açılan bir üniversitenin öğrencilerinde kaygı düzeylerinin sağlık, sosyal ve demografik faktörler ile ilişkisi. *Dicle Tıp Dergisi*, 39(2), 189-196.
- Doğan, B., & Eser, M. (2015). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri: Nazilli MYO örneği. *Ejovoc (Electronic Journal of Vocational Colleges)*, 3 (4), 29-39.
- Doğan, N., İlhan Beyaztaş, D., & Koçak, Z. (2012). Sosyal Bilgiler Dersine İlişkin Öz-yeterlik Düzeyinin Başarıya Etkisinin Sınıf ve Cinsiyete Göre İncelenmesi: Erzurum İli Örneği. *Eğitim ve Bilim*, 37(165), 224-237.

- Doruk, M., Öztürk, M., & Kaplan, A. (2016). Ortaokul Öğrencilerinin Matematiğe Yönelik Öz-yeterlik Algılarının Belirlenmesi: Kaygı ve Tutum Faktörleri. *Adıyaman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 283-302.
- Dönmez, C., & Uslu, S. (2014). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının özel alan yeterliklerine ilişkin öz-yeterlik inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 460-482.
- Duban, N., & Küçükylmaz, E. A. (2008). Sınıf öğretmeni adaylarının alternatif ölçme-değerlendirme yöntem ve tekniklerinin uygulama okullarında kullanımına ilişkin görüşleri. *İlköğretim online*, 7(3), 769-784,
- Engin, A.O., Demirci, N., & Yeni, E. (2013). Stres ve öğrenme arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2 (2), 290-299.
- Er, H., & Kaya, M.F. (2014). Sosyal Bilgiler öğretmen adaylarının stres kaynaklarının belirlenmesi. *Cumhuriyet International Journal of Education-CIJE*, 3 (2), 1 – 15.
- Erdoğan, T., Ünsar, A. S., & Süt, N. (2009). stresin çalışanlar üzerindeki etkileri: bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(2), 447-461.
- Erez, M. (2012). 7- 11 yaş arası özel eğitim gören zihinsel engelli öğrenci annelerinin stres belirtileri ve sosyal kaygı düzeyi açısından karşılaştırılması (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik döneminde stres ve başa çıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(2), 20-37.
- Fettahlıoğlu, P., Güven, E., İnci Aka, E., Sert Çıbık, A. & Aydoğdu, M. (2011). Fen Bilgisi öğretmen adaylarının Fen öğretimine yönelik öz-yeterlik inançlarının akademik başarı üzerine etkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(3), 159-175.

- Fırat, M., Yurdakul, I. K., & Ersoy, A. (2014). Bir eğitim teknolojisi araştırmasına dayalı karma yöntem araştırması deneyimi. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 65-86.
- Fraenkel, J.R., & Wallen, N.E. (2006). *How to design and evaluate research in education*. Mc Graw Hill Higher Education. New York, NY.
- Geçit, Y., & Beldağ, A. (2014). Sosyal bilgiler öğretmenlerinin coğrafya alanına yönelik öz-yeterlik seviyelerinin farklı değişkenler açısından değerlendirilmesi (Rize ili örneği). *Education Sciences*, 9(4), 353-363.
- Gerçek, C., Yılmaz, M., Köseoğlu, P., & Soran, H. (2006). Biyoloji eğitimi öğretmen adaylarının öğretiminde öz-yeterlik inançları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(1), 57-73.
- Gist, M.E., & Mitchell, T.R. (1992). Self-efficacy: a theoretical analysis of its determinants and malleability. *Academy of Management Review*, 17(2), 183-211.
- Gözüm, S. (1999). Öz-etkililik-yeterlik ölçeğinin Türkçe formunun yapı geçerliliği: öz-etkililik-yeterlik ile stresle başa çıkma algısı arasındaki ilişki. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 2 (1), 35-43.
- Gülmez, T. (2015). *Fen Bilgisi öğretmen adaylarının internet öz-yeterlik düzeyleri ile bilgi okuryazarlık öz-yeterlikleri arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Gültekin, M., Atalay, N., & Ay, Y. (2014). İlköğretimde serbest etkinliklere yönelik sınıf öğretmeni ve öğrenci görüşleri. *Kastamonu eğitim dergisi*, 22(2), 419-437.
- Güneş, F. (2011). Üniversite öğrencilerinin sosyal problem çözme düzeylerinin sosyal yetkinlik ve bazı değişkenler açısından incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Hanlon, E.H., & Schneider, Y. (1999). Improving math proficiency through self efficacy training. *Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association (Montreal, Quebec, Canada, April 19-23)*.

- Horoz, B. (2012). *Stresle başa çıkma programının ilköğretim 5. sınıf öğrencilerinin kaygı düzeyleri üzerindeki etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Hussain, A., Kumar, A., & Husain, A. (2008). Academic stress and adjustment among high school students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 34*, 70-73.
- İnnalı, H. Ö., & Aydın, İ. S. (2014). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin okur öz-yeterliklerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, 9(9)*, 651-682.
- Jogaratnam, G., & Buchanan, P. (2004). Balancing the demands of school and work: Stress and employed hospitality students. *International journal of contemporary hospitality management, 16(4)*, 237-245.
- Kaçmaz, N. (2005). Tükenmişlik (burnout) sendromu. *İstanbul Tıp Fakültesi Dergisi, 68(1)*, 29-32.
- Kadapatti, M.G., & Vijayalaxmi, A.H.M. (2012). Stressors of academic stress - a study on pre-university students. *Indian J.Sci.Res.3(1)*, 171-175.
- Kahyaoğlu, M., & Yangın, S. (2007). İlköğretim öğretmen adaylarının mesleki öz-yeterliklerine ilişkin görüşleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 15(1)*, 73-84.
- Kandemir, M., & Özbay, Y. (2012). Akademik öz-yeterlik ölçeği (AÖYÖ): Geçerlik güvenirlik çalışması. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 14(2)*, 201-214.
- Karaduman, B. (2017). Sınav stresi ölçeğinin uyarlanması ve ölçme değişmezliğinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Karafil, B. (2015). *Yükseköğretim İngilizce hazırlık sınıflarında güç paylaşım düzeyi ile öğrencilerin İngilizce öz-yeterlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.

- Kaya, A., & Sezgin, M. (2017). Ortaokul öğrencilerinin mutluluklarının eğitim stresi ve okul yaşam kalitesi tarafından yordanması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(41), 245-264.
- Kaya, F., Peker, A., & Gündüz, B. (2016). Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının eğitim stresi açısından incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 586-599.
- Kelly, A.L., & Berthelsen, D.C. (1995). Preschool teachers' experiences of stress. *Teaching and Teacher Education* 11(4), 345-357.
- Kesici, A., & Aşılıoğlu, B. (2017). Ortaokul Öğrencileri İçin Stres Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Kastamonu Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(6), 2413-2426.
- Kılınçkaya, Ö. (2018). *Sosyal Bilgiler öğretmenlerinin Türkiye'deki sosyal bilgiler eğitimine ilişkin görüşleri* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Koç, C., & Arslan, A. (2017). Ortaokul öğrencilerinin öz-yeterlik algıları ve okuma stratejileri, biliş üstü farkındalıkları. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(14), 745-778.
- Kurbanoğlu, N.İ., & Takunyacı, M. (2012). Lise öğrencilerinin matematik dersine yönelik kaygı, tutum ve öz-yeterlik inançlarının cinsiyet, okul türü ve sınıf düzeyi açısından incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(1), 1303-5134.
- Kutsal, D., & Bilge, F. (2012). Lise öğrencilerinin tükenmişlik ve sosyal destek düzeyleri. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 283-297.
- Lazarus, R. S., & DeLongis, A. (1983). Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, 3, 245-254.
- Lee, D.H., Kang, S., & Yum, S. (2005). A qualitative assessment of personal and academic stressors among Korean college students: *An exploratory study*. *College Student Journal*, 39, 442-448. <https://www.questia.com/library/journal/1G1-135842829/a-qualitative-assessment-of-personal-and-academic> adresinden 05.03.2019 tarihinde edinilmiştir.

- Lent, R., Brown, S., & Larkin, K. (1986). Self-efficacy in the prediction of academic performance and perceived career options. *Journal of Counseling Psychology*, 33( 3), 265-269.
- McCarthy, M. E., Pretty, G. M., & Catano, V. (1990). Psychological sense of community and student burnout. *Journal of college student development*. (31), 211-216.
- Merkan, S. (2011). *Genel Lise ve Anadolu Lise'lerinde Görevli Öğretmenlerin Örgütsel Stres Kaynaklarının Karşılaştırmalı Analizi (Malatya İli Örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *An expanded sourcebook: Qualitative data analysis*. Thousand Oaks London: Sage.
- Mutlu, D. (2017). *Üniversite öğrencilerinin özel yaşam alanlarına yönelik umut düzeyleri ile stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Oğuz, A., & Kutlu Kalender, M.D. (2018). Ortaokul öğrencilerinin üst bilişsel farkındalıkları ile öz-yeterlik algıları arasındaki ilişki. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 14(2), 170-186.
- Önder, R., & Gelbal, S. (2016). PISA 2012 sonuçlarına göre matematik öz-yeterlik ve kaygı puanlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(3), 271-278.
- Özdemir, İ. (2013). *Aile yanında yaşayan ve ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek, stresle başa çıkma tarzları, kaygı düzeyleri ve psikolojik belirtiler açısından karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Özerkan, E. (2007). *Öğretmenlerin öz-yeterlik algıları ile öğrencilerin sosyal bilgiler benlik kavramları arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.

- Özgan, H., Balkar, B., & Eskil, M. (2008). Eğitim fakültesi öğrencileri tarafından sınıfta algılanan stres nedenleri ve kişisel değişkenlerin strese olan etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(24), 337-350.
- Özkal, N. (2013). Sosyal bilgiler dersine yönelik olumlu tutumların öz-yeterlik inançlarına göre yordanması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 399-408.
- Özmen, S. K., & Özmen, A. (2012). Anne baba stres ölçeğinin geliştirilmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 42(196), 20-35.
- Peleg-Popko, O. (2004). Differentiation and test anxiety in adolescents. *Journal of Adolescence*, 27(6), 645-662.
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of educational psychology*, 82(1), 33.
- Polat, E. (2017). Kaygı düzeyi ve akademik öz-yeterlik inancının akademik başarı ile ilişkisi. *Yönetim ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 15(1), 1-22.
- Reifman, A., & Dunkel-Schetter, C. (1990). Stress, structural social support, and well-being in university students. *Journal of American College Health*, 38(6), 271-277.
- Sahranç, Ü. (2008). Bir durumluk akış modeli: stres kontrolü, genel öz-yeterlik, durumluk kaygı, yaşam doyumu ve akış ilişkileri. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16, 122-144.
- Seçer, İ., Veyis, F., & Gökçen, R.A. (2015). Eğitim stres ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması: Güvenirlilik ve Geçerlik çalışması. *İlköğretim online*, 14(1), 216-229.
- Sharma, M., & Jagdev, T. (2012). Use of music therapy for enhancing self-esteem among academically stressed adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 27(1), 53-64.
- Şanlı, Ö. (2017). Öğretmenlerin algılanan stres düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16 (61), 385-396.



- Taşdemir, C. (2012). Lise son sınıf öğrencilerinin matematik öz-yeterlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi (Bitlis ili örneği). *Karadeniz Fen bilimleri Dergisi*, 2(6), 39-50.
- Tataroğlu, B. (2009). *Matematik öğretiminde akıllı tahta kullanımının 10. sınıf öğrencilerinin akademik başarıları, matematik dersine karşı tutumları ve öz-yeterlik düzeylerine etkileri* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Tay, B. (2017). 2005 Sosyal Bilgiler dersi öğretim programı ile 2017 Sosyal Bilgiler dersi taslak öğretim programının karşılaştırması. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 8(27), 461-487.
- Temel, E., Bahar, A., & Çuhadar, D. (2007). Öğrenci hemşirelerin stresle baş etme tarzları ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2(5), 107-118.
- Uçal Canakay, E. (2007). *Aktif öğrenmenin Müzik Teorisi dersine ilişkin akademik başarı, tutum, öz-yeterlik algısı ve yüklemeler üzerindeki etkileri* (Doktora Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Uluruh, A. (2008). *Ortaöğretim öğrencilerinde stres yaratan yönetici davranışları ve öğrencilerin başa çıkma davranışları* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Uslu, T. (2018). *Üniversite öğrencilerinin liderlik, akademik öz-yeterlik ve okula yabancılaşma algıları (Erzincan Üniversitesi örneği)* (Doktora Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Uzuner, Y. (1999). Niteliksel araştırma yaklaşımı. *Ünite*, 9, 175-190.
- Ülker, M. (2017). *Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin kişilik özellikleri, karar verme stilleri, stresle başa çıkma stratejilerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.

- Ülper, H., & Bağcı, H. (2012). Türkçe öğretmeni adaylarının öğretmenlik mesleğine dönük öz-yeterlik algıları. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 7(2), 1115-1131.
- Ünal, S. (1999). Okullardaki stres kaynakları verimlilik ilişkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(11), 365-372.
- Vrugt, A.J., Langereis, M.P., & Hoogstraten, J. (1997). Academic self-efficacy and malleability of relevant capabilities as predictors of exam performance. *The Journal of Experimental Education*, 66( 1 ), 61-72.
- Yalçın, A. (2016). *Cumhuriyetten günümüze Sosyal Bilgiler programlarının Sosyal Bilgiler öğretim yaklaşımlarına göre incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Yener, Ş. (2015). Sosyal bilgiler öğretiminde karşılaşılan öğretmen ve öğrenci kaynaklı sorunlar: Muş il örneği. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2), 105-120.
- Yetim, N. (2014). *Ortaöğretim öğrencilerinde yansıtıcı düşünme becerisi, akademik stres düzeyi ve yabancı dil dersi akademik başarı ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Yıldırım, İ. (2006). Akademik başarının yordayıcısı olarak gündelik sıkıntılar ve sosyal destek. *H.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi (H.U. Journal of Education)*, 30(30), 258-267.
- Yıldırım, İ., & Ergene, T. (2003). Lise son sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının yordayıcısı olarak sınav kaygısı, boyun eğici davranışlar ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(25), 224-234.
- Yılmaz, D. (2010). *İlköğretim ve ortaöğretim düzeyindeki devlet okullarında öğretmenlerin öz-yeterlik algıları ve okullarında algılanan değişime açık olma durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.

- Yılmaz, M., Gürçay, D., & Ekici, G.(2007). Akademik öz-yeterlik ölçeğinin Türkçe' ye uyarlanması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)*, 33(33), 253-259.
- Yılmaz, E., Yiğit, R., & Kaşarcı, İ. (2012). İlköğretim öğrencilerinin öz-yeterlik düzeylerinin akademik başarı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 371 – 388.
- Zeytin, Y. (2015). *Üniversite giriş sınavlarına hazırlanan öğrencilerin akademik beklentilere ilişkin stres ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Watters, J.J., & Ginns, L.S. (1995). Origins of, and changes in preservice teachers' science teaching self efficacy. *Presented at the Annual Meeting of National Association for Research in Science Teaching*, 22-25.
- Wood, R.E., & Locke, E.A. (1987). The relation of self-efficacy and grade goals to academic performance. *Educational and psychological measurement*, 47, 1013-1024.

## EKLER

### Ek-1: Uygulama İzin Belgeleri

## UYGULAMA İZİN BELGELERİ

The image shows a screenshot of a Gmail email and a Windows taskbar. The email is from Dilek İlhan Beyaztaş to Şule Bilgin, dated 5 Aralık 2017 22:14. The subject is "İlt: sosyal bilgiler öz-yeterlilik ölçeği". The email content includes a greeting, a reference to a previous email, and a note about the attachment. The attachment is a Word document titled "SOSYAL BİLGİLER ÖLÇEĞİ 2.doc". The Windows taskbar at the bottom shows the taskbar with several open applications and the system tray with the date and time (23:25, 8.12.2018).

**İlt: sosyal bilgiler öz-yeterlilik ölçeği**

**dilek ilhan beyaztaş** <dilekilhanbeyaztas@hotmail.com>  
Alıcı: "sulebilgin469@gmail.com" <sulebilgin469@gmail.com> 5 Aralık 2017 22:14

Sayın Bilgin,

Ek'te Sosyal Bilgiler dersine yönelik geliştirmiş olduğumuz öz-yeterlilik ölçeği bulunmaktadır.

Tarafımızdan geliştirilen öz-yeterlilik ölçeğini çalışmanızda referans göstermeniz ve ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin elde ettiğiniz yeni verileri bildirmeniz koşuluyla kullanmanıza izin verilmiştir (Doç. Dr. Nuri Doğan, Yrd. Doç. Dr. Dilek İlhan Beyaztaş, Yrd. Doç. Dr. Zülfiye Köçak).

Şimdiden kolaylıklar diliyorum. Sevgiler.

Not: Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik bilgileri makalede ifade edilmiştir.

Dr. Dilek İLHAN BEYAZTAŞ  
Erzincan University  
Faculty of Education  
Department of Primary Education  
Erzincan

**SOSYAL BİLGİLER ÖLÇEĞİ 2.doc**  
60K HTML olarak görüntüle İndir

Windows'u Etkinleştir  
Windows'u etkinleştirmek için kişisel bilgisayar ayarlarına gidin. [Tümünü göster](#)

1321-10054-2-P8.pdf 26.rasim\_onder.pdf

23:25  
8.12.2018

## Ek-2: Ailelere İmzalatılan Çalışmaya Gönüllü Katılım Formu

### AİLELERE İMZALATILAN ÇALIŞMAYA GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU AYDINLATILMIŞ KATILIM / ONAM FORMU

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türkçe ve Sosyal Bilgiler Eğitimi Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Şule BİLGİN tarafından ortaokul öğrencilerinin Sosyal Bilgiler dersi öz-yeterlilikleri ile akademik stres düzeyleri arasındaki ilişki konusunda yürütülen araştırmaya katılımınız rica olunmaktadır. Bu çalışmada katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayanır. Lütfen aşağıdaki bilgileri okuyunuz ve katılmaya karar vermeden önce anlamadığımız herhangi bir şey varsa çekinmeden sorunuz.

#### ÇALIŞMANIN BAŞLIĞI

Ortaokul öğrencilerinin sosyal bilgiler dersi öz-yeterlilikleri ile akademik stres düzeyleri arasındaki ilişki.

#### ÇALIŞMANIN AMACI

Çalışmada ortaokul 5, 6 ve 7. sınıf öğrencilerini Sosyal Bilgiler dersi öz yeterliliklerine göre kategorize ederek her bir gruptaki öğrencilerin akademik streslerinin detaylı bir şekilde incelenmesi amaçlanmıştır.

#### PROSEDÜRLER

Bu çalışmaya gönüllü katılmak istemeniz halinde yürütülecek çalışmalar şöyledir;  
Öz-yeterlilikleri farklılık gösteren 5, 6 ve 7. sınıf öğrencileri arasından 9 öğrencinin araştırmacı tarafından hazırlanan 17 görüşme sorusunu ve 9 öğrenci velisinin 6 görüşme sorusunu cevaplaması beklenmektedir.

#### OLASI RİSKLER VE RAHATSIZLIKLAR

Araştırmamıza katılmanın herhangi bir riski yoktur.

#### TOPLUMA VE/VEYA DENEKLERE OLASI FAYDALARI

Öz-yeterlilikleri farklılık gösteren öğrencilerin akademik stres durumlarının ne derece eğitim ve günlük hayatına etkili olduğunu tespit etme adına ve ailelerin akademik strese yönelik tedbirler almasını sağlamak adına yarar sağlayacağı düşünülmektedir.

#### GİZLİLİK

Bu çalışmayla bağlantılı olarak elde edilen ve sizinle özdeşleşmiş her bilgi gizli kalacak, kişilerle paylaşılmayacak ve yalnızca sizin izniniz veya kanunun gerektirdiği ölçüde ifşa edilecektir. Gizlilik tanımlanmış bir kodlama prosedürüyle sağlanacak ve kod çözümüne erişim yalnızca çalışmanın sorumlusu araştırmacıyla sınırlı kalacaktır. Tüm veriler, sınırlı erişime sahip güvenli ve şifreli bir veri tabanında tutulacaktır.

#### KATILIM VE AYRILMA

Bu çalışmanın içinde olmak isteyip istemediğinize tamamı ile bağımsız ve etki altında kalmadan karar verebilirsiniz. Bu çalışmaya gönüllü olarak katılmaya karar vermeniz halinde dahi, sahip olduğunuz herhangi bir hakkı kaybetmeden veya herhangi bir cezaya maruz kalmadan istediğiniz zaman çekilebilirsiniz.

#### ARAŞTIRMACININ KİMLİĞİ

Bu araştırma ile ilgili herhangi bir sorunuz veya endişeniz varsa, lütfen iletişime geçiniz:

Şule BİLGİN  
Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi  
Sosyal Bilimler Enstitüsü Türkçe ve Sosyal Bilgiler Eğitimi Anabilim Dalı  
E-posta: sulebilgin469@gmail.com

Yukarıda açıklanan prosedürleri anladım. Sorularım tatmin olacağım şekilde yanıtlandı ve dilediğim zaman ayrılma hakkım saklı kalmak koşulu ile bu çalışmaya katılmayı onaylıyorum. Bu formun bir kopyası da bana verildi.

Katılımcı Adı-Soyadı

Katılımcı İmzası Tarih

Araştırmacının İmzası

Tarih

## Ek-3: Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Bilgiler Öz-Yeterlilik Ölçeği

### ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN

### SOSYAL BİLGİLER ÖZYETERLİLİK ÖLÇEĞİ

**Yönerge:** Aşağıdaki her ifadeyi okuyarak lütfen samimi şekilde cevaplandırınız. Bu araç, bir sınav kâğıdı değildir ve kesinlikle not verilmeyecektir. Teşekkür ederim.

Şule BİLGİN / sulebilgin469@gmail.com

1. Adınız: Soyadınız:
2. Cinsiyeti: Kız ( ) Erkek: ( )
3. Sınıfı: 5. Sınıf ( ) 6. Sınıf ( ) 7. Sınıf ( )
5. Size göre ailenizin gelir durumu nasıldır? Düşüktür ( ) Orta düzeydedir ( ) Yüksek düzeydedir ( )
6. Evinizde kendinize ait bir odanız var mı? Var ( ) Yok ( )
7. Sosyal Bilgiler ile ilgili dersler ve konular hoşunuza gider mi?  
Hoşuma gitmez ( ) Biraz hoşuma gider ( ) Çok hoşuma gider ( )
8. Anne eğitim durumu: Okur-yazar değil ( ) İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu ( )  
Lise mezunu ( ) Üniversite mezunu ( ) Lisansüstü eğitim ( )
9. Baba eğitim durumu: Okur-yazar değil ( ) İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu ( )  
Lise mezunu ( ) Üniversite mezunu ( ) Lisansüstü eğitim ( )
10. Annenizin meleği nedir?.....
11. Babanızın mesleği nedir?.....
12. Kaç kardeşsiniz? .....
13. Kaçınıcı Çocuksunuz?.....
14. Sosyal Bilgiler hakkında düşünceni ifade etmek istesen ne söylersin?  
.....  
.....

### Ek-3 Devamı: Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Bilgiler Öz-Yeterlilik Ölçeği

Sevgili çocuklar, Bu bir sınav değildir. Aşağıdaki sorular sizin sosyal bilgiler dersi yeterliliğinizi belirlemek amacıyla sorulmuştur. Lütfen her soruyu dikkatle okuyun, soruları atlayıp atlamadığınızı kontrol edin ve size en doğru gelen bir cevaba (X) işareti koyarak işaretleyin. Cevaplarınız kesinlikle hiç kimseye açıklanmayacaktır.	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Sosyal bilgiler dersinde işlediğimiz konuları yorumlamakta güçlük yaşıyorum.					
2. Sosyal bilgiler dersine karşı yeteneğimin olmadığını düşünürüm.					
3. Sosyal bilgiler dersinde geçen terim ve kavramlara hâkim olduğuma inanırım.					
4. Sosyal bilimleri anlamaya özel bir yeteneğim olduğuna inanırım.					
5. Sosyal bilgiler dersiyle ilgili sorunlarında çevremdekilere kolaylıkla yardım edebilirim.					
6. Sosyal bilgiler dersinde kendimi iyi ifade edebiliyorum.					
7. Öğretmenin sosyal bilgiler dersine yönelik sorduğu sorulara yeterli bir şekilde cevaplayabilirim.					
8. Sosyal bilgiler dersinde kendimi sözlü ya da yazılı olarak ifade edebilirim.					
9. Sosyal bilgiler dersi için ansiklopedi, sözlük, kitap, bilgisayar vb. kaynakları rahatlıkla kullanabilirim.					
10. Sosyal bilgiler ile ilgili ödev yapmaktan zevk duyarım.					
11. Sosyal bilgiler ile ilgili bir konuda araştırma yapabilirim.					
12. Sosyal bilgiler dersini başarmak için kendimi yeterli görüyorum.					
13. Sosyal bilgiler dersinde verilen olan projelerde başarılı olduğumu düşünüyorum.					
14. Sosyal bilgiler dersine çalıştıkça kendime olan güvenimin artıyor.					
15. Sosyal bilgiler dersinde öğrendiklerimi diğer derslerde kullanabilirim.					
16. Günlük olayları değerlendirirken sosyal bilgiler dersinden öğrendiklerimden yararlanabilirim.					
17. Sosyal yaşamdaki problemleri çözmeye kendimi yeterli hissediyorum.					
18. Yeterince uğraşırsam yaşadığım problemleri çözebilirim.					
19. Günlük yaşamda bir problemle karşılaştığımda çözememsem tekrar çözmek için çaba gösteririm.					
20. Günlük yaşamda karşılaştığım sorunların çözümünü gayret edersen başarırım.					
21. Sosyal bilgiler dersi ile ilgili günlük yaşamdaki problemleri rahatlıkla çözebilirim.					
22. Sosyal bilgiler dersinde öğrendiklerimi günlük yaşamda etkili bir şekilde kullanabildiğimi düşünüyorum.					
23. Günlük yaşamda beklenmedik bir durumla karşılaştığımda ne yapmam gerektiğini bilirim.					
24. Kendimi sosyal bilimlerle ilgili bir mesleği seçebilecek kadar iyi buluyorum.					
25. Sosyal bilgiler dersiyle ilgili olarak ne olursa olsun üstesinden gelebilirim.					

## Ek-4: Öğrenci Odak Grup Görüşme Soruları

### ÖĞRENCİ ODAK GRUP GÖRÜŞME SORULARI

- 1) Sosyal Bilgiler dersi sence önemli midir, önemliyse neden / değilse neden? Sosyal Bilgiler dersinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 2) Sosyal Bilgiler dersinde en çok hangi uygulamalar (yöntem, teknikler, aktiviteler vb.) yapılmaktadır? Nasıl uygulamalar yapılmasını istersiniz?
- 3) Sosyal Bilgiler istemediğin ve olmasını daha çok istediğin etkinlikler nelerdir? Sosyal Bilgiler dersinde etkinlik yapılmalı mı? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 4) Sosyal Bilgiler dersinde yazılı kitapları (test kitapları, yaprak testler, deneme kitapçıkları vb.) temin edemediğin durumlarda stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 5) Sosyal Bilgiler dersi için verilen ev ödevini yaptığın halde sınıfa getirmediğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 6) Sosyal Bilgiler dersinden düşük not aldığında/başarısızlık yaşadığında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 7) Sosyal Bilgiler dersinde konuyu anlamadığında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 8) Sosyal Bilgiler dersinde verilen proje/ev ödevlerini zamanında yetiştiremediğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 9) Sosyal Bilgiler dersinde zor ve karmaşık yeni bir konuya geçildiğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 10) Sosyal Bilgiler dersi öğretmeniniz beklemediğin bir anda sana soru sorduğunda stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 11) Sosyal Bilgiler dersi öğretmeniniz derste iken arkadaşların içerisinde seni uyardığında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 12) Sosyal Bilgiler dersi için verilen görevleri (ev ödevi, proje ödevi vb.) arkadaşların senden daha ayrıntılı ve düzenli yaptıklarında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 13) Ailen seni Sosyal Bilgiler dersine çalışmaya zorladığında stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 14) Sosyal Bilgiler dersinde yaptığın olumsuz/uygun olmayan davranışların ailene söylendiğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 15) Sosyal Bilgiler dersinde yaptığın küçük bir hatada öğretmenin ya da ailen tarafından sana ceza verildiğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 16) Ailen tarafından Sosyal Bilgiler dersi için yeterince ilgi/destek/yardım göremediğinde stresli olur musun? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?
- 17) Fiziki mekân ve iklim, doğa şartları (Mekânın ısısı, sıcaklığı, kokusu, iklimsel farklılıklar doğa olayları) sende strese neden olur mu? Evetse/kısmen evetse/ hayırsa neden?



## Ek-5: Öğrenci Velileri Odak Grup Görüşme Soruları

### ÖĞRENCİ VELİLERİ ODAK GRUP GÖRÜŞME SORULARI

1. Çocuğunuzu ders çalışması için zorlar mısınız, zorluyorsanız çocuğunuzun bu duruma tepkisi nasıldır?
2. Çocuğunuz hata yaptığında veya kötü not aldığında sinirlenir misiniz? Çocuğunuzun bu duruma nasıl tepki verir?
3. Çocuğunuza ceza verir misiniz? Çocuğunuz cezalar karşısında nasıl tepki vermektedir?
4. Çocuğunuzun başarısız olduğunda sorunu kendinizde arar mısınız? Kimde ararsınız? Başarısızlık durumunda çocuğunuz nasıl tepki verir?
5. Çocuğunuzun akademik başarısı için kendinizi yeterince ilgili görüyor musunuz? İlgisiz kalma durumunda çocuğunuz nasıl tepki verir?
6. Çocuğunuzun eğitiminde gerekli olan araç ve gereçleri karşılamada kendinizi başarılı görüyor musunuz? Gerekli araç- gereç temin edilemediğinde çocuğunuz nasıl tepki verir?

<b>ÖZ GEÇMİŞ</b>		
Adı, Soyadı	Şule BİLGİN	
Doğum Yeri ve Yılı	RİZE/Merkez, 1994	
Medeni Durumu	Bekâr	
Bildiği Yabancı Dil ve Düzeyi	İngilizce, Orta	
Öğrenim Durumu	Başlama – Bitirme Yılı	Kurum Adı
Lisans	2012	2016 Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sosyal Bilgiler Öğretmenliği Bölümü
Yüksek Lisans	2016	..... Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilgiler Eğitimi Anabilim Dalı
Çalıştığı Kurumlar		Başlama – Ayrılma Yılı
1. Tophane Etüt Merkezi (RİZE)		2017      2018
2. Kömürcüler Ortaokulu (RİZE)		2018      2018
İletişim (e- posta)	sulebilgin469@gmail.com	