

STRES VE ÖĞRENME ARASINDAKİ İLİŞKİ

Doç. Dr. Ali Osman Engin
Kafkas Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü
aosmanengin@gmail.com

Yrd. Doç Dr. Nevzat Demirci
Kafkas Üniversitesi Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Bölümü
nevzatdemirci44@hotmail.com

Ekrem Yeni
Milli Eğitim Bakanlığı
ekremyeni@hotmail.com

Özet

Stres, kendisini meydana getiren ana parçaların toplamından çok daha fazla bir değere sahip olan bedenimizin fiziksel ve ruhsal sınırlarının tehdit edilmesi ve zorlanması ile ortaya çıkan bir durumdur. Bu çalışmada; öğrenme başarısı ve stres arasında herhangi bir ilişkinin olup olmadığını araştırmak amaçlanmıştır. Uygulanan stres anketi ile verilere ulaşılmış, elde edilen verilerin frekans, yüzde (%) dağılımı kullanılarak genel durum ortaya konmaya çalışılmıştır. Veri toplama aracının geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Elde edilen bulgular ışığında; öğrencilerin stres düzeyleri ile okul öğrenme başarıları arasında önemli bir ilişkinin olduğu söylenebilir. Öğrencilerin stres düzeyleri yükseldikçe okul öğrenme başarılarının düştüğü ve stres düzeyleri azaldıkça okul öğrenme başarılarının yükseldiği gözlenmiştir. Sonuç olarak; stres etkenlerinden mümkün olabildiğince öğrencileri uzak tutmak için, sevgi ve destek algısının kesintisiz verilmesi, öğretmenlerle işbirliği yapılması öğrencilerin bu dönemlerde olabildiğince diğer sosyal, sportif ve kültürel faaliyetlerle desteklenmesi sağlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Stres, Stres ve Öğrenme Başarısı, Stres Yönetimi, Öğrenme

THE RELATION SHIP BETWEEN STRESS AND LEARNING

Abstract

Stress is a kind of position derived from being threatened and enforced the physical and psychological boundaries of our body to have very more value than the collection of the main parts bringing out our body. In this study it was tried to be aimed and found out if there was any relation between stress and learning success. The data were collected by using applied questionnaire, the general situation/position was tried to find out by using percentage rate, frequency of hand ded data. The reliability and credibility studies of the data collecting instrument was done.. As a result of the study and the data handed it may be said that there is an important relation between learning success and stress. It is understood that if the students' stress levels grow up their learning success will decrease and if their stress levels decrease their learning success will grow up. As a result, it was understood that the students must be given the love and support perception continuously, making coordination with their teachers, they must mostly be supported by other social, sportive and cultural activities.

Key Words: Stres, Stres and Learning Success, Stres Management, Learning