

Prøveangst blant barn og unge

von der Embse, N., Jester, D., Roy, D. & Post, J. (2017) Test anxiety effects, predictors, and correlates: A 30-year meta-analytic review, *Journal of Affective Disorders*, 2019 (227):483-493. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.048>

Angst er konsekvent rapportert som en av de mest utbredte problemene innen mental helse for barn. I skolen er en viktig form for angst knyttet til prøvesituasjoner. For å forstå hvordan angst i prøvesituasjoner påvirker barn og unge, er det nødvendig å se på påvirkningen den har på prestasjoner og motivasjon, og hvem som er mest utsatt for å oppleve denne typen angst. Forskning indikerer at prøveangst har negativ påvirkning på elevprestasjoner, med lavt selvbilde som den største faktoren for prøveangst.

Bakgrunn

Prøveangst opptrer i situasjoner hvor elevens faglige kunnskaper og ferdigheter skal måles. Med fremveksten av høyinnsats evaluering i skolen er det blitt viktigere å forstå forholdet mellom elevenes følelser og deres prestasjoner i evalueringssituasjoner. Mange land bruker høyinnsats eksamener for å avgjøre elevens akademiske gevinster og lærerens og skolens effektivitet. Elever med prøveangst har høyere angstnivåer ved høyinnsats eksamener sammenlignet med typiske klasseromsprøver. Tidligere forskning har vist sammenhenger mellom prøveangst og flere negative variabler som senere angst og depresjon, dårlige karakterer i faget, vansker med å engasjere seg i undervisning og dårlige prøveresultater. For å kunne videreutvikle forskningsbasert behandling av prøveangst er det nødvendig å forstå hvordan bruken av begrepet endrer seg, utviklingen og forbedringen av tiltak mot prøveangst, og forholdet mellom prøveangst og prestasjoner. I tillegg er det viktig å undersøke hvordan demografiske forskjeller påvirker risikoen for prøveangst og måten prøveangst kommer til uttrykk på. Slike demografiske forskjeller kan involvere for eksempel sosioøkonomisk status. Det er også viktig å undersøke hvordan individuelle forskjeller, for eksempel biologiske, psykologiske og miljømessige faktorer, spiller inn på grad av prøveangst eller hvordan denne kommer til uttrykk.

Formål

Forståelsen av og metoder for måling av prøveangst har endret seg over de siste 50 årene, og von der Embse et al. mener derfor at det er behov for å undersøke mulige relaterte endringer i forholdet mellom prøveangst og ulike faktorer. Formålet med denne systematiske kunnskapsoversikten¹ er trefoldig: (1) å undersøke forholdet mellom prøveangst og en rekke prestasjonsresultater, inkludert oppnåelsesprøver, karaktersnitt og standardiserte eksamener, (2) å vurdere sammenhenger mellom individuelle variabler, eksempelvis motivasjon, og prøveangst, og (3) å undersøke forskjeller mellom faktorer som forutsier prøveangst (prediktorene) i forhold til ulike demografiske variabler.

¹ **Systematisk kunnskapsoppsummering/-oversikt:** En systematisk kunnskapsoppsummering tar utgangspunkt i et klart definert forskningsspørsmål eller mål og bruker systematiske og eksplisitte metoder for å identifisere, velge ut og kritisk vurdere relevant forskning, samt for å samle inn og analysere data fra studiene som er inkludert i oppsummeringen. Kunnskapsoppsummeringen resulterer ofte i en systematisk kunnskapsoversikt, som regel en artikkel eller en rapport, som gir en oversikt over temaet eller svar på forskningsspørsmålet.

Inkluderte studier

Den systematiske kunnskapsoversikten har form av en metaanalyse². Metaanalysen baserer seg på utvalgte studier fra aktuelle elektroniske databaser. Litteratursøket inkluderte artikler utgitt etter 1988 og frem til gjennomføringen av søkene. I tillegg måtte artiklene være engelskspråklige. Artiklene gjennomgikk tre utvelgelsesrunder før det endelige utvalget av artikler var klart. For å inkludere eller ekskludere artikler i metaanalysen lå følgende utvelgelseskriterier til grunn:

1. Utgivelsesår: Artikkelen måtte være utgitt innenfor det aktuelle tidsrommet, altså etter 1988 og før 2017.
2. Forskningsdesign: Studien måtte være en kasusstudie³, korrelasjonsstudier⁴, kvasi-eksperimentell studie⁵ eller eksperimentell studie⁶.
3. Demografisk informasjon: Artikkelen måtte inneholde informasjon om for eksempel deltakernes kjønn eller sosioøkonomiske status.
4. Målinger av deltakernes akademisk prestasjoner: Artikkelen måtte inneholde informasjon om deltakernes måloppnåelse, for eksempel i form av fagkarakterer eller karaktersnitt

Totalt ble 238 studier inkludert i den endelige metaanalysen.

Resultat

Den systematiske kunnskapsoversikten undersøkte forholdet mellom prøveangst og variabler som faglige prestasjoner, individuelle variabler og ulike demografiske prediksjoner. Artikkelforfatterne er forsiktige med å trekke konklusjoner om årsak og virkning (kausalitet) på bakgrunn av korrelasjonene. De påpeker derfor at man skal være varsom med å generalisere resultatene av den systematiske kunnskapsoppsummeringen.

Resultatene fra den systematiske kunnskapsoversikten indikerer et konsistent mønster av forhold mellom høyere nivå av prøveangst og lavere nivåer av prestasjon på tvers av ulike prøveformater. Metaanalysen fant også spesifikke forskjeller mellom klassetrinn. Resultatene peker mot at barn i slutten på barneskolen og starten på ungdomsskolen (alderen 11–14 år) viser størst negativ påvirkning av prøveangst på resultater, mens det i slutten av ungdomsskolen og videregående (alderen 15–18 år) er minst forhold mellom prøveangst og resultater.

Nyere studier har gjort det mulig å avgrense resultatene fra ulike former for standardiserte evalueringer. Funnene indikerer at den største negative påvirkningen av prøveangst på prestasjon er ved opptaksprøver til universitetet og på standardiserte offentlige eksamener innen ungdomsskole og videregående. Resultatene av denne systematiske kunnskapsoppsummeringen stemmer overens

² **Metaanalyse:** Statistiske teknikker i en systematisk oversikt for å integrere resultatene av inkluderte studier i den systematiske oversikten.

³ **Kasusstudie:** Grundig undersøkelse av ett isolert tilfelle

⁴ **Korrelasjon:** Graden av lineær samvariasjon mellom to eller flere variabler

⁵ **Kvasi-eksperimentell studie:** En type inndeling i grupper som ikke er en 100 % tilfeldig fordeling, f.eks. fordeling ved hjelp av annen hver, fødselsdag eller ukedag/dag i måneden. Kvasirandomisering kan se tilfeldig ut, men fordelingen er forutsigbar og det er mulig å manipulere hvem som fordeles til hvilken gruppe.

⁶ **Eksperimentell studie:** En studie hvor forskerne aktivt tester ut (intervenerer) et tiltak (intervensjon) for å teste en hypotese.

med funn fra tidligere forskning om høyere nivåer av prøveangst på høyinnsats eksamener enn på typiske klasseromsprøver. von der Embse et al. foreslår dermed at undervisere vurderer vurderingsformatet når de arbeider målrettet opp mot vurderingssituasjoner eller forsøker tiltak som kan hjelpe mot symptomer på prøveangst.

Funnene angående individuelle variabler i denne metaanalysen er i stor grad like funn fra tidligere forskning. Selvbilde og mestringsfølelse ble konsekvent funnet å ha sterkest forhold til prøveangst. Forholdet mellom prøveangst og lavt selvbilde eller lav mestringsfølelse ser ut til å være svært tydelig og relativt konsistent. Dette gir et bilde av at elever som mangler tro på seg selv og sine evner, har vanskeligere med å lykkes i prøvesituasjoner. Det er også en liten korrelasjon mellom prøveangst og ytre motivasjon: Elever som er motivert av ytre krav er mer sannsynlig å uttrykke høyere grad av prøveangst. Det er også mer sannsynlig at elever med høy grad av prøveangst tar i bruk unngåelsesstrategier. Ettersom inkluderte studier ga rom for det, ble også forholdet mellom prøveangst og personlighetstrekk undersøkt. Personlighetstrekket som var sterkest koblet til økt prøveangst var nevrotisme, mens det var mindre sannsynlighet for prøveangst ved ansvarsbevissthet som personlighetstrekk. Funnene antyder at enkelte personlighetstrekk og måten disse virker inn på individet på kan være prediksjoner for høyere eller lavere nivå av prøveangst.

Metaanalysen viser, i likhet med tidligere forskning, noe høyere rater av prøveangst blant enkelte demografiske grupper. Resultatene viser at flere jenter enn gutter er sårbare for å utvikle prøveangst, men korrelasjonen mellom prøveangst og jentenes resultater er lavere i nyere studier enn i tidligere forskning. Metaanalysen indikerer små og signifikante forhold mellom prøveangst og minoritetsstatus, hvilket indikerer at elever med minoritetsstatus er noe mer sårbare for prøveangst, men mindre enn i tidligere studier. Funnene i kunnskapsoversikten indikerer signifikant høyere prøveangst ved vurderinger som oppfattes som vanskelige eller der konsekvensene av resultatet er viktigere.

Implikasjoner

Den systematiske kunnskapsoversikten har enkelte svakheter. Funnene baserer seg på å identifisere fenomener/faktorer som opptrer samtidig (korrelasjon), for eksempel kjønn og prøveresultater. Slike korrelasjoner er ikke det samme som kausalitet (årsak–virkningsforhold). Man må dermed være forsiktig med å generalisere på grunnlag av denne metaanalysen. Enkelte forskere har satt spørsmålsteget ved retningsforholdet mellom prøveangst og elevprestasjoner. Det kan for eksempel være at elever som presterer dårligere i prøvesituasjoner, opplever høyere nivåer av prøveangst enn elever som er høytpresterende i slike situasjoner. Metaanalysen tar dessuten utgangspunkt i studier fra et tidsspenn på 30 år og definisjonen av prøveangst har endret seg på denne tiden. Uklare og varierende definisjoner av begrepet «prøveangst» mellom studier kan begrense muligheten for å sammenligne resultater mellom studier. Publikasjonsskjevhet kan ha ført til at nullfunn-studier eller studier med motstridende funn ikke ble inkludert i kunnskapsoppsummeringen. En stor overvekt av studiene baserte sine funn på høyere alderstrinn og mangler demografisk variasjon. Slike skjevheter i utvalget av informanter kan ha ført til en skjevhet i de presenterte funnene.

På tross av sine svakheter er denne systematiske kunnskapsoppsummeringen én av de to største metaanalysene på temaet og analyserer og sammenstiller 30 år med forskning på temaet. Siden den forrige store kunnskapsoppsummeringen på temaet (1988) har det skjedd mye utvikling både innenfor forståelsen av begrepet prøveangst og en endring i evalueringsformatet elever må gjennom.