



Investigation of university students' adaptation level to the university according to situation of doing sports

Üniversite öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre üniversiteye uyum düzeylerinin incelenmesi¹

Hande Baba Kaya²
Zülbiye Kaçay³

Abstract

The purpose of this study was to determine whether there was a difference according to doing sports at a level of university adaptation. A total of 230 participants (1st year students; 108 female/122 male), studying at Sakarya University in the 2015-2016 academic year, at a faculty of sports science, education, engineering, economics and administrative sciences, participated to the research. In order to determine university adaptation level of the students, The Student Adaptation to College Questionnaire by Baker and Siryk (1999) was used. The adaptation questionnaire consists of four sub-dimensions. These; Social, academic, personal-sensory and institutional adaptation. The personal information form prepared by the researchers was used to determine the demographic information of the students. According to the results of the statistical data, it is seen that the students who play sports are more difficult in their general adaptations to the university and in the social and academic adaptation sub-dimensions than those who do not. For institutional adjustment and sensory adjustment sub-dimensions, there was no significant difference between athletes and non-athletes.

Keywords: Sport; adaptation; social adaptation; academic adaptation; sensory adaptation.

[\(Extended English abstract is at the end of this document\)](#)

Özet

Bu çalışmanın amacı; üniversiteye uyum sağlama düzeyinde öğrencilerin spor yapma durumlarına göre farklılık olup olmadığını incelemektir. Çalışma Sakarya üniversitesinde 2015-2016 öğretim yılında spor bilimleri fakültesi, eğitim fakültesi, mühendislik fakültesi, iktisadi idari bilimler ve fen edebiyat fakültesinin üniversite 1.sınıf öğrencilerinden 108 kadın 122 erkek olmak üzere toplam 230 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Öğrencilerin üniversiteye uyum düzeylerini belirlemek için Baker ve Siryk 1999 yılında düzenlediği öğrencilerin üniversiteye uyum anketi kullanılmıştır. Uyum anketi dört alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; sosyal uyum, akademik uyum, kişisel-duysal uyum ve kurumsal uyumdan oluşmaktadır. Öğrencilerin demografik bilgilerini belirlemek için araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. İstatistiksel verilerin sonucuna göre spor yapan öğrencilerin hem üniversiteye genel uyumlarında hem de sosyal ve akademik uyum alt boyutlarında spor yapmayanlara göre daha çok zorlandıkları görülmüştür. Kurumsal uyum ve duysal uyum alt boyutları için ise spor yapan ve yapmayan öğrenciler arasında anlamlı bir fark görülmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor; uyum; sosyal uyum; akademik uyum; duygusal uyum.

¹ Bu çalışma, 1-3 Kasım 2016, Sport science and sport as a regular component of the life style kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur. 1-3 Kasım 2016, Mısır.

² Araştırma Görevlisi, Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, handebaba@sakarya.edu.tr

³ Araştırma Görevlisi, Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, zkacay@gmail.com

1. Giriş

Üniversiteye yeni kayıt yaptıran öğrenciler girdikleri farklı akademik ve sosyal çevre içerisinde kendilerini bulurlar. Değişim ve keşfin yaşı olan 18-25 yaş arası birçok genç için üniversiteye geçiş psikolojik açıdan oldukça önemli bir süreçtir (Skowron, 2004; Arnett, 2000). Öğrenciler yeni girdikleri bu sosyal ortamda bütün bireysel yaşam sorumluluklarını da tek başlarına üstlenerek bu yabancı çevreye en kısa zamanda uyum sağlamak durumunda kalırlar, çünkü üniversiteye uyum öğrencilerin akademik ve sosyal gelecekleri, bireysel mutlulukları ve psikolojik sağlıkları açısından önemlidir. Bu nedenle, üniversiteye geçişte öğrencinin akademik, sosyal ve duygusal uyumu ele alınması gereken en önemli unsurlardan biridir (Sağınç, 2011).

Üniversiteye uyum süreci öğrencilerin akademik ve sosyal başarı için başa çıkmaları gereken önemli bir olaydır uyum sürecini başarısız atlatan öğrenciler ya psikolojik problemlerle ya da okulu bırakma gibi akademik yönden zarara uğratici durumlar ile karşı karşıya kalırlar. Uyum kişilerin çevrelerindeki ihtiyaçları karşılama kolaylığı edinmeleri ile ilgili bir olgudur (Tuna, 2003; Rathus, 1986). Üniversite yaşamında öğrenci tüm sorunlarını kendi çözmek ve ihtiyaçlarını kendi karşılamak durumunda kalmasının yanında birey bu dönem de devamlı olarak kendini tanımlama ve kimlik arayışı içerisinde kim oldukları ve ileride kim olmak istedikleri sorularına cevap ararlar. Hauser ve Greene (1991) bu dönemi mevcut değerlerin ve hedeflerin tekrar değerlendirildiği, büyümek için yeni fırsatların keşfedildiği gelişimsel bir geçiş olarak tanımlar. Bazı öğrenciler bu geçiş dönemini kişisel gelişimlerinde karşılarına çıkan bir zorluk olarak algılar ve buldukları yeni ortama adapte olup akademik ve sosyal gelişim elde ederler. Bu değişikliklerin fazla geldiği kişiler duygusal uyumsuzluk ve depresyon gibi psikolojik sorunlar yaşarlar (Enochs, 2006) ve bu nedenle üniversite başarısı da olumsuz yönde etkilenebilir (Wintre, 2000).

Porter (1990)'ın elde ettiği verilere göre, üniversiteye giren öğrencilerin bir kısmı bölümünü ve eğitimini ilk iki yıl içerisinde bırakıyor ve üniversiteden ayrılıyor. Bir başka çalışmaya göre ise, üniversite öğrencilerinin %30-40'ı eğitimlerini yarıda bırakıyor ve bir daha bitirmek için geri dönmüyorlar (Consolvo, 2002). Üniversite öğrencilerinin %20'si lisans çalışmaları zamanında depresyon ile karşı karşıya kalırken (Daughtrey, 1993), üniversitenin ilk yılında olan öğrenciler en yüksek depresyon geçirme oranlarına sahiptirler (Beeber, 1999). Tinto (1975) bireylerin okuldan ayrılmalarının üniversite ortamına adapte olamamalarından kaynaklandığını vurgulamış ve üniversitenin ilk yılı bu konuda kısmen önem taşıdığını savunmuştur, çünkü ilk yıl yeni ortama ayak uydurmak, uyum sağlamak ile karşılaşılacak zorlukların öğrenildiği zamandır. Tinto'ya göre, öğrenciler üniversiteye girerken kişisel, ailesel, akademik ve kurumsal bazı değerlere sahiptirler ve bütün bu değerler üniversitenin kendi ortamı ile tekrar şekillenir. Öğrencilerin üniversite boyunca geçmeleri gereken üç aşama vardır. Bunlar ayrılma, üniversiteye geçiş ve üniversite ile birleşmedir. Baker ve Sıryk (1984) üniversiteye uyumun oldukça kapsamlı ve çok boyutlu bir kavram olduğunu belirtmişler. Uyumu akademik ihtiyaçlara cevap vermek, üniversitedeki diğer birimler ile sosyal olarak doğru iletişim kurmak, sosyal aktivitelere katılmak, psikolojik ve fiziksel sağlığı korumak ve üniversiteye bağlanmak olarak tanımlamanın uygun olacağını vurgulamışlardır ve bu kavramı tanımlarken dört ayrı boyuttan bahsetmişlerdir. Bu boyutlar akademik uyum, sosyal uyum, kişisel-duygusal uyum, hedef ve kurumsal uyumdur.

1. Akademik Uyum: Üniversite öğrencisinin üniversite yaşamının çeşitli eğitimsel ve akademik talepleri ile başarılı bir şekilde başa çıkması ile alakalıdır. Öğrencinin üniversite yaşamının akademik hedefleri ve görevleri konusunda duygularına, tutumlarına, motivasyonlarına ve kazanımlarına işaret eder.”

2. Sosyal Uyum: “Üniversite öğrencisinin üniversite yaşamının kişilerarası ve sosyal taleplerine olan bakış açısı ile alakalıdır. Bu kavramda öğrencinin sosyal aktivitelere katılımı, kampüste yeni ilişkiler kurması ve eski ilişkilerini etkili ve gerekli bir şekilde yönetmesi ele alınır.”

3. Kişisel ve Duygusal Uyum: “Üniversite öğrencisinin psikolojik ve fiziksel sağlığı konusundaki deneyimleri ile alakalıdır. Üniversiteye uyum sürecinde bireyin genel psikolojik sıkıntı halini ve bu duygu-durum haline eşlik eden somatik belirtilere dair deneyimleri bu kavram içerisinde tartışılır.”

4. Hedef ve Kurumsal Uyum: “Öğrenci ve üniversite arasındaki ilişkinin kalitesi, birleşme ve bağlanma, kurumsal hedeflere katılım ele alınır. Bireyin içinde bulunduğu kurum ile ilgili duyguları, tutumları, tatmin kârlığını içerirken, aynı zamanda genel olarak üniversite ile ilgili tutumları ve yaklaşımları da değerlendirilir” (Baker ve Sıryk, 1984).

Üniversiteye uyum sağlama akademik, sosyal, psikolojik anlamda öğrencinin üniversiteye devam etme, başarılı olma, sosyal ilişkiler kurma yetisi kazanma gibi önemli unsurları içerir. Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre üniversiteye uyum düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmada sosyal yaşama vakit ayırtma, kampüs hayatına uyum sağlama, sosyal aktivitelere katılım, akademik çalışmalara katılma, duygu-durum hallerindeki değişimler, bulunulan kurum ile ideal ve amaçların karşılanıp karşılanmadığı gibi durumların farklılaştığı düşünüldüğünde bu bağlamda üniversiteye uyum sürecinde spor yapan ve yapmayan öğrenciler arasında farklılıklar olup olmadığı incelenmektedir.

2. Yöntem

2.1. Araştırma modeli

Bu çalışma gerçeği araştırmacıdan bağımsız olarak gözlenip, ölçülüp analiz edileceğini kabul eden pozitivist görüş çerçevesinde nicel bir araştırmadır. Nicel araştırma yaklaşımlarından da bir grubun belli özelliklerini belirlemek için verilerin toplanmasını amaçlayan tarama araştırması uygulanmıştır.

2.2. Araştırma Gurubu

Bu araştırmanın evrenini 2015 - 2016 yılında Sakarya Üniversitesinde öğrenim görmekte birinci sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Evren içinde basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanarak 108 kadın 122 erkek olmak üzere toplam 230 birinci sınıf öğrencisi seçilmiştir. Bu örnekleme yönteminde evrendeki tüm birimler, örneğe seçilmek için eşit ve bağımsız bir şansa sahiptir (Büyüköztürk ve ark., 2014).

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Kişisel bilgi formu:

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemek amacı ile araştırmacılar tarafından hazırlanan form; cinsiyet, yaş, refah düzeyi, spor yapıp yapmadığı, spor branşı, haftalık boş zaman sürenizin size yeterliliği, boş zamanlarını değerlendirmekte güçlük çekip çekmedikleri gibi soruları içermektedir.

2.3.2. Öğrencilerin Üniversiteye Uyum Anketi:

Öğrencilerin Üniversiteye Uyum Anketi öğrencilerin akademik, sosyal, kişisel- duygusal, hedef ve kurumsal katılım konusundaki uyumlarını değerlendirmek üzere tasarlanmış, kişinin kendi ifadelerine dayanarak rapor eden bir veri toplama aracıdır. Bu anketin ilk versiyonu 52 maddeden oluşan likert tip ölçektir, ancak Baker ve Sıryk (1999) yılında ölçeği 67 madde olarak tekrar düzenlemiştir. Bu çalışmada kullanılan anketin 67 maddelik son halidir. Bana hiç uymuyor (1), bana tamamen uyuyor (9) arasında yakın bulduğun kısmı işaretleyebileceğin 9 nokta likert tip bir ölçektir. Öğrencilerin Üniversiteye Uyum Anketinden alınabilecek total puan 67 ile 603 arasındadır. Elde edilen yüksek puanlar üniversiteye daha iyi uyumu gösterir.

Yukarıda da bahsedildiği gibi bu anket dört alt ölçekten oluşarak üniversiteye uyumda etkili olacak dört farklı etkeni değerlendirir. Birinci alt ölçek akademik uyumdur, 24 maddeden oluşur. Bu

alt ölçek ile üniversite yaşamının eğitimsel ihtiyaçları değerlendirilir. Akademik uyum, akademik çaba, performans ve akademik ortamla ilgili kişinin tatmin kârlığı gibi konulara odaklanır. Puanları 24 ile 216 arasında değişir. İkinci alt ölçek sosyal uyumdur ve 20 maddeden oluşur. Bu maddeler kişinin sosyal aktiviteleri, kişinin çevresiyle olan ilişkilerini, evden uzakta olmak ile başa çıkmasını vs. değerlendirir. Puanlar 20 ile 180 arasında değişir. Üçüncü alt ölçek 15 maddeden oluşan kişisel ve duygusal uyumdur. Burada kişinin duygusal ve fiziksel sağlığı değerlendirilir. Puanlar 15 ile 135 arasında değişir. Son alt ölçekte kişinin genel olarak üniversiteye bakış açısını ve kayıtlı olduğu üniversite ile ilgili düşüncelerini değerlendirir. Puanlar 15 ile 135 arasında değişir. Her alt ölçek ile ilgili elde edilen yüksek puanlar o alt boyut için daha iyi uyumu gösterir. Öğrencilerin Üniversiteye Uyum Ölçeği .81 ile .90 aralığında akademik Uyum alt ölçeğinde; .83 ile .91 aralığında Sosyal Uyum alt ölçeğinde; .77 ile .86 Kişisel ve Duygusal Uyum alt ölçeğinde; ve .92 ile .95 aralığında tüm ölçekte elde edilen Cronbach alfa katsayı değerlerine göre oldukça yüksek iç tutarlılığa sahiptir. Ayrıca yapılan çalışmalar sonucu, araştırmalara katılan öğrencilerin akademik başarı puanları ile akademik uyum alt ölçeği arasında yüksek korelasyonların bulunması, psikolojik destek alan kişilerin kişisel ve duygusal uyum alt ölçeğinde düşük puanlar elde etmesi gibi bilgiler bu anketin kurgusal ve varsayımsal geçerliliğe sahip olduğunu göstermektedir (Baker ve Siryk, 1999).

2.4. Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesi aşamasında veriler SPSS for Windows 20 paket program kullanılarak çözümlenmiştir. Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarının belirlenmesi için yüzde (%) ve frekans (f) yöntemleri, iki ilişkisiz örneklem ortalamaları arasındaki farkın manidar olup olmadığını test etmek için kullanılan t-testi kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2007).

3. Bulgular

Tablo 1: Kişisel bilgilerin dağılımları

Faktör	Değişken	f	%
Cinsiyet	Kadın	108	47
	Erkek	122	53
Yaş	17-20	90	39,1
	21-25	125	54,3
	26-30	15	6,5
Algılanan refah düzeyi	Çok Kötü	12	5,2
	Kötü	46	20
	Normal	115	50
	İyi	49	21,3
Haftalık boş zaman değerlendirirken ne sıklıkla güçlük yaşandığı	Çok İyi	8	3,5
	Her zaman	42	18
	Bazen	144	62,9
Haftalık boş zaman süresinin kişiye göre yeterliliği	Hiçbir zaman	44	19,1
	Kesinlikle yetersiz	20	8,7
	Yetersiz	68	29,6
	Normal	83	36,1
	Yeterli	47	20,4
Spor yapma durumu	Kesinlikle yeterli	12	5,2
	Yapıyor	137	59,6
	Yapmıyor	93	40,4

Tablo 1’ de araştırmaya katılan öğrencilerin kişisel bilgilerinin dağılımı verilmektedir. Verilere göre, katılımcıların %53’ünün (n=122) “Erkek”, %54,3’nün (n=125) “21-25” yaş grubunda olduğu, algılanan refah düzeyinin normal olduğu, %62,9’unun (n=144) haftalık boş zaman değerlendirirken bazen güçlük yaşadığı, %36,1’sinin (n=83) haftalık boş saatinin normal olduğu, %59,6’sının (n=137) spor yapıyor olarak tanımladıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 2: Üniversiteye uyum ve alt ölçekleri tanımlayıcı istatistik değerleri

	Sosyal uyum	Akademik uyum	Kişisel-duysal uyum	Kurumsal uyum	Genel uyum
Ortalama	89,3348	105,9913	67,2783	31,6957	298,9652
SS	16,3615	18,0707	15,5251	6,8383	44,3641
Min.	52,00	65,00	31,00	10,00	180,00
Maks.	165,00	208,00	119,00	49,00	524,00

Tablo 3: Sosyal uyum alt boyutu puanlarının spor yapıp yapmama durumuna göre t-testi sonuçları

Spor durumu	N	X	S	SS	t	p
Yapıyor	137	86,32	14,40	228	3,46	,001
Yapmıyor	93	93,76	18,06	167,4	3,31	,001

Öğrencilerin üniversiteye sosyal uyum alt boyutu puanları spor durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Spor yapanların ($X=86,32$) üniversiteye sosyal uyumları spor yapmayanlara ($X=93,76$) göre daha düşüktür. Bu bulgu üniversiteye uyumda spor yapan öğrencilerin daha zorluk yaşadığını göstermektedir.

Tablo 4: Duysal uyum alt boyutu puanlarının spor yapıp yapmama durumuna göre t-testi sonuçları

Spor durumu	N	X	S	sd	t	p
Yapıyor	137	67,04	14,82	228	,277	,782
Yapmıyor	93	67,62	16,58	182,5	,272	,786

Öğrencilerin üniversiteye duysal uyum alt boyutu puanları spor durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Tablo 5: Kurumsal uyum alt boyutu puanlarının spor yapıp yapmama durumuna göre t-testi sonuçları

Spor durumu	N	X	S	SS	t	p
Yapıyor	137	31,24	6,50	228	1,20	,229
Yapmıyor	93	32,35	7,28	182,5	1,18	,240

Öğrencilerin üniversiteye kurumsal uyum alt boyutu puanları spor durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Tablo 6: Akademik uyum alt boyutu puanlarının spor yapıp yapmama durumuna göre t-testi sonuçları

Spor durumu	N	X	S	SS	t	P
Yapıyor	137	103,37	15,29	228	2,70	,007
Yapmıyor	93	109,84	21,02	156,3	2,54	,012

Öğrencilerin üniversiteye akademik uyum alt boyutu puanları spor yapma durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Spor yapanların ($X=103,37$) üniversiteye akademik uyumları spor yapmayanlara ($X=109,84$) göre daha düşüktür. Bu bulgu üniversiteye akademik uyum göstermede spor yapan öğrencilerin daha zorluk yaşadığını göstermektedir.

Tablo 7: Üniversiteye uyum toplam puanının spor yapıp yapmama durumuna göre t-testi sonuçları

Spor durumu	N	X	S	SS	t	P
Yapıyor	137	292,47	39,13	228	2,73	,007
Yapmıyor	93	308,52	49,80	165,5	2,60	,010

Öğrencilerin üniversiteye uyum toplam puanları spor yapma durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Spor yapanların ($X=292,47$) üniversiteye uyumları spor yapmayanlara

($X=308,52$) göre daha düşüktür. Bu bulgu üniversiteye uyum göstermede spor yapan öğrencilerin daha zorluk yaşadığını göstermektedir.

4. Tartışma ve Sonuç

Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin üniversiteye uyumlarının incelendiği bu çalışmada istatistiksel verilerin değerlendirilmesi sonucu; üniversiteye uyum alt boyutlarından sosyal uyum, akademik uyum boyutlarında ve üniversiteye uyum toplam puanlarında anlamlı bir farklılık görülürken, öğrencilerin üniversiteye duysal uyum ve kurumsal uyum alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Analiz sonuçlarına göre Spor yapanların ($X=86,32$) üniversiteye sosyal uyumları spor yapmayanlara ($X=93,76$) göre daha düşüktür. Bunun sebebinin spor yapan öğrencilerin kampüs hayatına ve üniversite içerisindeki sosyal yaşama çok fazla zaman ayıramama ve bu bağlamda üniversiteye sosyal uyumda spor yapmayanlara oranla daha çok zorlanıyor olabilecekleri söylenebilir. Sosyal uyuma paralel olarak spor yapanların ($X=103,37$) üniversiteye akademik uyumları spor yapmayanlara ($X=109,84$) göre daha düşük olduğu görülmüştür. Spora ayrılan vaktin yine çocukların akademik çalışmalarına çok vakit ayıramamasından spor yapmayanlara oranla akademik uyumda zorlandıkları düşünülebilir. Bu bağlamda öğrencilerin üniversiteye uyum toplam puanlarına bakıldığında Spor yapanların ($X=292,47$) üniversiteye uyumları spor yapmayanlara ($X=308,52$) göre daha düşük olduğu görülmüştür. Bu çalışma kapsamında spor yapmayan öğrencilerin üniversite yaşamında spor yapanlara oranla akademik ve sosyal uyum problemini daha az yaşadığı söylenebilir. Yapılan çalışmalarda akademik başarı ve uyum düzeyi açısından veriler incelendiğinde, akademik başarı düzeyi ile üniversite ortamına uyum, akademik uyum ve sosyal uyum boyutları arasında anlamlı ilişki olduğu görülmektedir (Mercan ve Yıldız, 2011). Bu bağlamda akademik başarı için üniversiteye sosyal ve akademik uyum sağlama düzeyi önemli bir yer tutmaktadır.

Bazı araştırmacılara göre ilk yılı tamamlamak, diploma için gerekenin yarısından fazlasını bitirmek anlamına gelmektedir (Tinto, 1988). Araştırmalar, ilk yıl öğrencilerinin geçiş sürecini kolaylaştırmak için üniversitenin çabasına ve desteğine duyulan ihtiyaca vurgu yapmaktadır. İlk yılın akademik başarısızlığın en çok yaşandığı dönem olarak bilinmektedir (Fisher, Cavanagh ve Bowles, 2009). Eğitim kurumları açısından öğrencilerin uyumu önemlidir. Öğrencilerin üniversiteye uyum sürecinde yaşadığı başarısızlıklar kurum kaynaklarının da boşa harcanması demektir (Hillman, 2005). Öğrencilerin yaşadıkları ilk olumsuz deneyimler, okullara ilişkin algıyı da olumsuz yönde etkilemektedir (Ramsay, Elphinstone ve Vivekananda, 2003; akt: Enoch ve Roland, 2006). Pek çok kurum yeni gelen öğrencinin geçiş sürecini başarılı bir şekilde yaşaması ve mezuniyet aşamasındaki öğrencilerinin iş yaşamına hazırlanmaları için oryantasyon veya çeşitli destek programlarını sunmaktadırlar. Consolvo (2002)'ye göre, akademik desteğin yanı sıra sosyal ve kişisel destek fırsatları da sağlayan üniversiteler kendi kredilerini yükseltmektedir. Aktiviteler sadece başa çıkma mekanizmaları olarak değil fakat aynı zamanda öğrencilerin yeni arkadaşlar kazanmalarını ve sosyal yaşamda yer edinmelerini sağlamaktadır (Enoch ve Roland, 2006). Üniversite ortamında daha fazla sosyal destek algılayan öğrenciler, başkalarından destek görmediklerini belirtenlere göre yüksek uyum düzeyine sahiptirler (Enoch ve Roland, 2006). Karahan, Sardoğan, Özkamalı ve Dicle (2005), çeşitli sosyal etkinliklere katılan öğrencilerin üniversite ortamına uyum ölçeğinin tüm alt boyutlarında sosyal etkinliklere katılmayanlara göre daha fazla uyum sergilediklerini saptamışlardır. Bu çalışmada sosyal uyumda spor yapmayan öğrencilerin uyumu yapanlara oranla yüksek bulunmasının sebebi de spor yapan öğrencilerin sosyal ortamlara katılma fırsatlarının daha az olmasından kaynaklanmış olabilir. Çünkü spor yapan öğrenciler derslerden arta kalan zamanlarda antrenmanlara vakit ayırmakta üniversite sosyal ortamlarında spor yapmayanlara oranla daha az katılmaktadırlar. Üniversite sosyal uyum düzeylerinin bu sebeple daha düşük olduğu düşünülmektedir. Ceyhan (2006) tarafından yürütülen bir başka çalışmada ise iletişim becerileri konusunda kendini daha yetkin hisseden bireylerin uyum düzeylerinin iletişim becerileri konusunda kendini daha olumsuz algılayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bireyler çevrelerine uyum sağlamaya çalışırken davranış değişiklikleri ve başa çıkma stratejilerine güvenirlere ve ihtiyaçlarını

karşılama, amaçlarına ulaşmak için çevreyi yeniden düzenlemeye çalışırlar (Atwater, 1987; Creer, 1997; akt: Dyson ve Renk, 2006) Üniversite danışma merkezleri, geçiş sürecinde sorun yaşayan öğrencilere sorunlar ortaya çıktıktan sonra destek olmaktadır. Pek çok öğrencinin cesareti kırılmış, morali bozulmuş ve akademik başarısızlık yaşamaktadırlar, diğerleri ise okulu terk etmektedirler. Bu bağlamda, koruyucu faktörlerin artırılması kadar önleyici rehberlik hizmetlerinin yürütülmesi son derece önemlidir (Peat ve ark., 2000).

Literatürde üniversiteye uyum için yapılan çalışmalara bakıldığında da cinsiyet, aileden uzak kalma, üniversite tercih sırası gibi demografik değişkenler üzerinde durulmuştur. Bu çalışma öğrencilerin spor yapma yapmama durumlarına göre üniversiteye uyum sağlama düzeylerini incelemesi açısından farklılık göstermektedir. Spor yapmanın bireye olan fiziksel, sosyal ve zihinsel katkıları inkâr edilemez ama bu çalışma gösteriyor ki spor yapan öğrenciler üniversiteye uyum sürecinde gerek sosyal gerekse akademik olarak yapmayan öğrencilere göre daha zorluk çekmektedirler. Bu bağlamda hem üniversiteye yeni gelmiş olan öğrenciler akademik çalışmalar, arkadaş edinme çabası, aileden uzak ayakta kalma mücadelesi gibi birçok uyum probleminin arasında sıkışıp kalmaktadır. Spor yapan öğrenciler tüm bunlara ek olarak birde antrenmanlarını aksatmamaya, spor hayatını devam ettirmeye çalışmaktadır. Bu durum da spor yapan öğrencileri üniversiteye uyum sağlama konusunda zorlanmalarına neden olmaktadır. Bu probleme yönelik üniversitelerin akademik, sosyal ve kişisel destek fırsatları yaratmasının hem üniversitelerin hem de öğrencilerin başarısı açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Kaynakça

- Arnett, J. J. (2000) Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55: 469-480. doi: 10.1037//0003-066X.55.5.469
- Baker, R.W., Sıryk B. SACQ, Student Adaptation College Questionnaire Manual. Los Angeles, CA, *Western Psychological Services*, 1999. <https://www.wpspublish.com>
- Beeber, L. S. (1999) Testing an explanatory model of the development of depressive symptoms in young women during a life transition. *Journal of American College Health*, 47(5): 227-234.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı.
- Ceyhan, A. (2006). An investigation of adjustment levels of turkish university students with respect to perceived communication skill levels. *Social Behavior and Personality*, 34,4, 367-379
- Consolvo, C. (2002). Building student success through enhanced coordinated student services. *Journal of college Student Development*, 248-287.
- Daughtrey, D., & Kunkel, M. A. (1993) Experience of depression in college students: A concept map. *Journal of Counseling Psychology*, 40(3): 316-323. doi.org/10.1037/0022-0167.40.3.316
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal Of Clinical Psychology*, 62, (10), 1231-1244. doi:10.1002/jclp.20295
- Enochs, W. K., & Roland, C. B. (2006) Social adjustment of college freshmen: The importance of gender and living environment. *College Student Journal*, 40(1): 63-73.
- Fisher, R., Cavanagh, J., & Bowles, A. (2009) Assisting transition to university: using assessment as a formative learning tool *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 36 (2), 225-337. doi: 10.1080/02602930903308241
- Hauser, S. T., & Greene, W. M. (1991) Passages from late adolescence to early adulthood. Editors: Greenspan Sı, & Pollock Gh, *The Course of Life- Adolescence*, vol. 4, Madison, Connecticut, *International Universities Press*, page 377-405.
- Hillman, K. (2005). The first year experience: The transition from secondary school to university and TAFE in Australia. Longitudinal Surveys of Australian Youth. *Australian Government Department of Education Science and Training (DERST) Research Report 40*. http://research.acer.edu.au/lsey_research/44/

- Karahan, T. F., Sardoğan, M. E., Özkamalı, E. & Dicle, A. N. (2005). Üniversite 1. sınıf öğrencilerinin üniversiteye uyum düzeylerinin sosyokültürel etkinlikler açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (30), 63-72
- Mercan, S. Ç., & Yıldız, S. A. (2011) Eğitim Fakültesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Üniversiteye Uyum Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*. Sayı: 16 (2), 135-154.
- Peat, M., Dalziel, J., & Grant, A. (2000). Enhancing the transition to university by facilitating social and study networks: Result of a one-day workshop. *Innovations in Education and Teaching International*, 37 (4), 293-303.
- Porter, O. F. (1990) Under graduate completion and persistence at four year colleges and universities. Washington, DC, National Institute of Independent Colleges and Universities. <http://eric.ed.gov/?id=ED319343>
- Rathus, S. A., & Nevil, J. S. (1986) Adjustment and Growth: *The challenges of Life (3rd edition)*. New York.
- Skowron, E. A., Wester, S. R., & Azen, R. (2004) Differentiation of self mediates college stress and adjustment. *Journal of Counseling and Development*, 82(1): 69-78.
- Tinto, V. (1975) Dropout from higher education: A theoretical synthesis of recent research. *Review of Educational Research*, 45: 89-125.
- Tinto, V. (1988). Stages of student departure: Reflections on the longitudinal character of student leaving. *The Journal of Higher Education*, 59 (4), 438-455.
- Tuna, M. E. (2003) Cross cultural differences in coping strategies as predictors of university adjustment of Turkish and U.S. students. Middle East Technical University, Ankara, *Unpublished doctoral dissertation*.
- Wintre, M. G., & Yaffe, M. (2000) First year students' adjustment to university life as a function of relationships with parents. *Journal of Adolescent Research*, 15(1): 9-38.

Extended English abstract

Introduction

Baker and Siryk (1984) have noted that adaptation to the university is quite comprehensive and multi-dimensional concept. Adaptation to university is defined as a respond to the academic needs, establishing a social communication with other departments of the university, participating in social activities, maintaining psychological and physical health and when they defining this concept they mentioned about 4 different dimensions. "Academic Adaptation" is related to the student's university life to cope successfully with various educational and academic demands. The student's university life indicates their feelings, attitudes, motivation and achievements about academic goals and tasks. "Social Adaptation" is related with students' perspective of interpersonal and social demands in university life. Social Adaptation handled the student participation in social activities, establishment of new relations in campus and old relationships to effectively manage. "Personal and Emotional Adaptation" is related to the students' experience on the psychological and physical health.

Method

The universe of this research is comprises a total of 230 first year students (108 female 122 male from 5 different faculty), studying in sports science faculty, education science faculty, engineering faculty, economic and administrative sciences, and science and literature faculty in 2015 - 2016 academic year at Sakarya University in Turkey. In order to determine the demographic characteristics of the participants, personal information form prepared by the researchers was used in the study. The personal information form prepared by the researchers was used to determine the demographic information of the students. In order to determine

university adaptation level of the students, The Student Adaptation to College Questionnaire by Baker and Siryk (1999) was used. The adaptation questionnaire consists of four sub-dimensions. These; Social, academic, personal-sensory and institutional adaptation. The Cronbach's alpha coefficient of The Student Adaptation to College is in a range of .81 to .90. the academic adaptation subscale is .83 to .91, social adaptation subscale is .77 to .86, Personal and sensory adaptation is .92 to .95. Data was evaluated by using SPSS for Windows 20 software.

Results and Discussion

The distribution of the personal information, 53% of the participants (n = 122) "Male", 54,3% of participants (n=125) "21-25" age group, 50% of participants (n=115) the perceived level of welfare is normal, %62,9 of participants (n=144) sometimes have difficulty in assessing the weekly leisure time, %36,1 of participants (n=83) adequacy of weekly leisure time is normal, 59,6% of participants (n=137) is athletes.

After evaluation of the statistical data in this study of first class students adapt to university; social adaptation, academic adaptation subscale and the university adaptation scale total score showed a significant difference but sensory adaptation and institutive adaptation subscale are not considered a significant difference. According to the results of analyze that athletes (X=86, 32) social adaptation score is lower than non-athletes (X=93, 76). This reason athletes can't have a lot of time for campus and social life in this regard, the social adaptation of athlete may be more difficult than non-athletes. According to the results of analyze that athletes (X=103, 37) academic adaptation score is lower than non-athletes (X=109, 84). This reason athletes can't have a lot of time for academic studies because of have time for sports forced of academic adaptation compared to non-athletes. Personal-sensory adaptation and institutive adaptation subscale scores of university students do not show significant differences according to sport situations. University adaptation scale total scores of university students show significant differences according to sport situations. University adaptation of Athletes (X=292, 47) is lower than non-athletes. These result show that non-athletes have less compatibility issues than athletes in the university life.

Conclusion

Looking at the studies for adaptation to the university in the literature, it is made on demographic variables such as university preference order, gender, to stay away from the family. In this study is different in terms of the examination is based on sports participation. Sports do with an individual's physical, social and intellectual contribution is undeniable, but this study shows that students engaged in sports more difficulty in the process of adaptation to the university. Students who are newly entered at university, have academic studies, efforts to make friends, families struggling with many problems for survival at the same time they are trying to continue to disrupt the lives of sports training. Students who doing sports have less time for academic studies and social life than student who not doing sports. Universities should create academic, social and personal opportunities for student who doing sport because it is very important In terms of success of the university and students.