



Yaratıcı Drama Temelli Akran Liderli Üniversiteye Uyum Programının Etkililiği

The Effectiveness of a Creative Drama-Based Peer-Led University Orientation Program

Saliha ELALTUNTERİN¹, Ayşen İLBAŞ², Gizem ŞAHİN³, Ahmet Hulusi KENDİRCİ⁴,
Semih KAYNAK⁵

¹Psikolojik Danışman, saliha.elaltunterin123@gmail.com, ORCID: 0009-0003-0669-2116

²Psikolojik Danışman, aysenilbas@icloud.com, ORCID: 0009-0006-5625-6496

³Psikolojik Danışman, gzemgizm@gmail.com, ORCID: 0009-0005-2951-3285

⁴Psikolojik Danışman, aaahmethk@gmail.com, ORCID: 0009-0001-5891-9672

⁵Dr. Öğretim Üyesi, Amasya Üniversitesi, semihkaynak89@gmail.com, ORCID: 0000-0001-9829-9634

Geliş Tarihi: 09.12.2025

Kabul Tarihi: 24.02.2026

ÖZ

Bu çalışmanın temel amacı, üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin akademik, sosyal ve duygusal uyum süreçlerini desteklemek amacıyla geliştirilen uyum programının etkililiğini incelemektir. Çalışma, birinci sınıf öğrencilerine yönelik olarak tasarlanmış, psikoeğitim ve yaratıcı drama temelli üç oturumdan oluşan bir müdahale programını temel almaktadır. Program kapsamında, katılımcıların üniversite ortamına aşinalık kazanmaları, akran ilişkilerini güçlendirmeleri, kaygılarını paylaşmaları ve bu kaygılara yönelik çözüm stratejileri geliştirmeleri ile üniversiteye aidiyet duygularını pekiştirmeleri hedeflenmiştir. Araştırmanın

örnekleme, Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören ve programa gönüllü olarak katılmayı kabul eden 32 birinci sınıf öğrencisinden oluşmaktadır. Uygulama, katılımcıların üç ayrı grupta yer aldığı oturumlar halinde gerçekleştirilmiştir. Programın etkililiğini test etmek amacıyla, çok gruplu ön test-son test modeli kullanılmış ve “Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği” veri toplama aracı olarak uygulanmıştır. Ön test ve son test puan ortalamaları arasındaki farklara ilişkin yapılan analizler, öğrencilerin uyum düzeylerinde tüm boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı düzeyde artış olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen bulguların büyük ve orta düzeyde etki büyüklüklerine sahip olması, uygulamanın öğrencilerin üniversite yaşamına uyumları üzerinde güçlü bir etkisi olduğunu göstermektedir. Sonuçlar, yaratıcı drama ve etkileşim odaklı grup çalışmalarının, üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin uyum süreçlerini desteklemede etkili bir müdahale yöntemi olarak kullanılabileceğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Deneyssel, program geliştirme, üniversiteye uyum

ABSTRACT

The primary aim of this study is to examine the effectiveness of an orientation program designed to support the academic, social, and emotional adjustment of first-year university students. The study is based on a three-session intervention program that integrates psychoeducation and creative drama techniques. The program was structured to help participants become familiar with the university environment, strengthen peer relationships, share and manage their anxieties, develop coping strategies, and enhance their sense of belonging to the university. The sample consisted of 32 first-year students from the Faculty of Education at Amasya University who voluntarily participated in the program. The implementation was carried out in three separate groups. To evaluate the effectiveness of the intervention, a multi-group pretest–posttest design was employed, and the University Life Adjustment Scale was administered as the data collection instrument. Analyses comparing pretest and posttest mean scores revealed statistically significant improvements in students' adjustment levels across all dimensions. The findings yielded medium to large effect sizes, indicating that the intervention had a substantial impact on students' adjustment. The results suggest that creative drama and interaction-based group interventions can serve as effective approaches for facilitating the adaptation of first-year university students to the higher education environment.

Keywords: University adjustment, program development, experimental

GİRİŞ

Her yıl kayda değer sayıda genç, yükseköğretim hayatına başlamakta ve bu durum değişen yaşam koşullarına uyum sağlama ihtiyacını beraberinde getirmektedir. 2019 yılından bu yana Yükseköğretim Kurumları Sınavı'na (YKS) giren ortalama öğrenci sayısı 2,5 milyonun üzerinde olup, bu öğrencilerden yaklaşık bir milyonu lisans veya ön lisans programlarına yerleşmektedir (Yükseköğretim Bilgi Yönetim Sistemi, 2025). Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre ise 2021 yılından itibaren her yıl ortalama 271.209 öğrenci eğitim için bulunduğu ilden başka bir ile göç etmektedir (TÜİK, 2025). Bu yoğun geçiş süreci, bireylerin ergenlik ile yetişkinlik arasındaki dönemi (18-25 yaş) kapsayan "beliren yetişkinlik" olarak adlandırılan gelişimsel evresine denk gelmektedir (Arnett, 2000). Bu dönem, kimlik arayışı, yakın ilişkiler kurma ve mesleki yönelim belirleme süreçlerinin yoğunlaştığı bir evre olup, akademik yaşama uyumu da doğrudan etkilemektedir (Atak, 2011). Üniversiteler, bireylerin bu gelişimsel görevleri yerine getirebilmeleri için fırsatlar sunan kritik ortamlardır (Doğan ve Cebioğlu, 2011). Özellikle ailesinden ayrılarak farklı bir şehirde yaşamaya başlayan öğrenciler için ise bu süreç, birçok yönden uyum sağlanması gereken yeni ve karmaşık bir aşamayı temsil etmektedir (Daşkın ve Öğülmüş, 2022). Sonuç olarak, her yıl kayda değer sayıda bireyin üniversite öğrencisi olarak başladığı bu yeni süreç, değişen yaşam koşullarına uyum sağlama ihtiyacını beraberinde getirmektedir.

Uyum, bireyin değişen çevresel koşullar karşısında gereksinimlerini karşılayabilmek ve çevresiyle dengeli bir ilişki sürdürebilmek için geliştirdiği etkileşim temelli bir kapasite olarak tanımlanmaktadır (Tuhanoğlu ve Gizir, 2020). Biyolojik temelli bir kavram olarak organizmanın çevresiyle kurduğu etkileşimlerin bir sonucu olan uyum, insan yaşamındaki her değişimin doğal bir parçasıdır (Erdoğan vd., 2005). Gençöz (1998) ise uyumu, yaşamı sürdürmek, kendini ve çevreyi tanımak ve bu özellikleri geliştirip kullanmak durumlarını kapsayan bir kavram olarak ele almaktadır. Üniversite yaşamı, bireyin bu kapasitesini sınanan önemli uyum süreçlerinden biridir. Clinciu (2013) bu süreci, duygusal gerilimle başlayan ve iyi oluş hali ile dengelenen işlevsel bir geçiş olarak betimlemektedir. Baker ve Sıryk (1984) ise üniversiteye uyumun çok boyutlu bir yapı olduğunu vurgulayarak, bu kavramı "eğitimle ilgili gerekliliklere yanıt verebilme, olumlu sosyal ilişkiler kurabilme, çeşitli etkinliklere katılım sağlama, fiziksel ve psikolojik sağlığı sürdürebilme ile kuruma bağlılık ve aidiyet geliştirme" şeklinde tanımlamışlardır. Bu bağlamda, üniversiteye uyum; bireyin yükseköğrenimini sürdürebilmesi, psikolojik iyi oluşunu koruyabilmesi, akademik ve sosyal taleplerle baş

edebilmesi ve nihayetinde kurumla bütünleşmesi olarak sentezlenebilecek kapsamlı bir süreçtir (Credé ve Niehorster, 2012).

Uyum doğal bir süreç olsa da bireyler değişen koşullara uyum sağlamada zaman zaman zorlanabilmektedir (Clinciu, 2013). Üniversite yaşamı uyum özelinde düşünüldüğünde, öğrenciler akademik, sosyal, kişisel-duygusal ve kurumsal boyutlarda önemli zorluklarla karşılaşmaktadır (Sevinç ve Gizir, 2014). Yapılan araştırmalar, öğrencilerin %40'ından fazlasının üniversiteye uyum sağlama konusunda problem yaşadığını ortaya koymaktadır (Pantages ve Creedon, 1978; Tinto, 1997). Bu zorluklar, yeni bir şehirde yaşama, aileden ve sosyal çevreden uzak kalma, bireysel sorumlulukların artması, akademik baskılar, yurt yaşamının getirdiği sorunlar, sınav kaygısı ve finansal sıkıntılar gibi çok çeşitli alanlarda kendini göstermektedir (Kutlu, 2004). Baker ve Sıryk (1984) bu sorunları dört temel boyutta kavramsallaştırmıştır: akademik gereklilikleri karşılama kapasitesini temsil eden akademik uyum; kişilerarası ilişkiler ve sosyal gereksinimlerle baş etmeyi kapsayan sosyal uyum; psikolojik stres kaynakları ve fiziksel sorunları içeren kişisel-duygusal uyum ve kurumun amaçlarıyla uyum ile bağlılık derecesini ifade eden hedef ve kurumsal uyum. Bu nedenle, üniversiteye uyum süreci, öğrencinin kuruma ilişkin tutum, duygu ve genel yaklaşımını yansıtan çok boyutlu ve karmaşık bir olgudur (Sağınç, 2011).

Üniversiteye uyum sağlamakta zorlanan bireyler, bu uyumsuzluğun olumsuz sonuçlarıyla karşı karşıya kalmaktadır. Bu süreç, öğrencilerde yoğun kaygı, akademik zorlanma, bölüme ilginin azalması, gerçekçi olmayan beklentiler ve kariyer planlarına dair belirsizliklere yol açabilmektedir (Upcraft ve Gardner, 1989). Yaşanan zorluklar öğrencilerin ilk yılda yıpranmasına (Gerdes ve Mallinckrodt, 1994) ve hatta öğrenimlerini yarıda bırakma kararı almalarına neden olabilmektedir (Buote vd., 2007). Ayrıca, ekonomik sıkıntılar (Astin, 1999; Galambos vd., 2010), akademik zorluklar (Love ve Thomas, 2014; Parker vd., 2006), yalnızlık ve ev özlemi (Tochkov vd., 2010; Thurber ve Walton, 2012) ile sosyal ilişki kurmada yaşanan güçlükler (Gray vd., 2013) gibi bir dizi stres faktörü, öğrencilerin psikolojik iyilik halini tehdit etmektedir. Mevcut kaynaklara erişim konusundaki bilgisizlik ve sosyal destek sistemlerinin yetersizliği, bu sorunları daha da derinleştirerek depresyon, izolasyon ve artan anksiyete gibi daha ciddi psikolojik sonuçlara zemin hazırlayabilmektedir (Oyeniye vd., 2021; Gerdes ve Mallinckrodt, 1994). Nihayetinde, uyum sağlayamamanın bir sonucu olarak bireyin psikolojik iyiliğinin bozulması, kaçınılmaz olarak zayıf akademik performans ve sosyal sorunlara dönüşebilmektedir (Garcia vd., 2019).

Bu sorunları önlemek ve öğrencilerin üniversiteye başarılı bir şekilde uyumunu desteklemek amacıyla yerel ve küresel bağlamda çeşitli uyum programları geliştirilip uygulanmaktadır. Türkiye'de yapılan çalışmalarda genellikle yaratıcı drama temelli uyum programları öne çıkmaktadır. Akdeniz Üniversitesi'nde birinci sınıf öğretmen adaylarıyla yürütülen 16 saatlik bir program, tanışma, iletişim ve güven-uyum atölyeleriyle öğrencilerin fakülteye uyumunu hedeflemiştir (Akhan vd., 2018). Benzer şekilde, Demir (2019) tarafından yürütülen bir eylem araştırmasında, oryantasyon eğitimleri yaratıcı drama yöntemiyle yapılandırılarak geleneksel uygulamaların ötesine geçilmiştir. Akran destek mekanizmaları da etkili bir yöntem olarak karşımıza çıkmakta; Kiye vd. (2020) tarafından uygulanan akran danışmanlığı modeli, birinci sınıf öğrencilerinin kurum kültürüne uyumunu ve çok yönlü gelişimini desteklemiştir. Uluslararası bağlamda ise, Birleşik Krallık ve birçok Avrupa ülkesinde yaygın olan "kişisel danışman" sistemi, yapılandırılmış görüşmeler yoluyla öğrencilerin akademik ve kişisel gelişimini takip etmekte (Thomas, 2012), Amerika'daki "Akran Danışmanlığı Sistemleri" ise üst sınıf öğrencilerinin mentorluğu aracılığıyla yeni öğrencilerin sosyal entegrasyonunu güçlendirmektedir (Kuh, 2008). Bu örnekler, uyum programlarının küresel ölçekte önemli bir ihtiyaca cevap verdiğini göstermektedir.

Ancak mevcut uyum programlarına rağmen, uygulamada bazı sınırlılıklar gözlemlenmekte ve bu durum daha kapsamlı ve çok yönlü müdahalelere duyulan ihtiyacı ortaya koymaktadır. Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde gözlemlenen, öğrencilerin derslere katılımda isteksizliği, sınıf içinde aidiyet eksikliği, sosyal faaliyetlere sınırlı katılım ve bu sorunların akademik başarı üzerindeki olumsuz etkileri, bu çalışmanın temel motivasyon kaynağını oluşturmuştur. Mevcut çalışma, "Üniversite Yaşamına Uyum: Bir Program Geliştirilmesi" başlığı altında, yalnızca tek bir sorun alanına odaklanmak yerine uyumun akademik, sosyal ve duygusal boyutlarını bir arada ele almasıyla öne çıkmaktadır. Program, öğrenciler tarafından yürütülmüş olması ve katılımcıların akran liderleriyle sürekli temas halinde kalması sayesinde güven ve erişilebilirliği artırmayı hedeflemiştir. Lider ve yardımcı liderlerin sabit olması katılımcılarda süreklilik duygusu yaratırken, liderlerin gruplar arasında rotasyonu ise farklı liderlik tarzlarının grup dinamikleri üzerindeki etkisini gözleme fırsatı sunmuştur. Hem sorun giderici hem de önleyici bir yaklaşımla, yalnızca yaratıcı drama ile sınırlı kalmayıp çeşitli oyun ve etkinlikleri de içeren, katılımın gönüllülük esasına dayandığı ve her oturum sonunda değerlendirme yapılarak sürekli iyileştirmeye olanak tanıyan bu program, çok boyutlu yapısı ile alanyazındaki uygulamalardan ayrılmaktadır.

Araştırmanın hipotezi (H1): Yaratıcı drama temelli akran liderliğinde yürütülen üniversiteye uyum programına katılan öğrencilerin, Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği toplam puanı ve alt boyut puanlarının ön test ve son test ölçümleri karşılaştırıldığında, son test lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark olacaktır.

Araştırmanın Amacı

Araştırmanın temel amacı geliştirilen uyum programının üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin uyum süreçlerine etkisini incelemektir. Bu kapsamda aşağıdaki probleme yanıt aranmıştır:

Üniversiteye yeni başlayan ve uyum etkinliklerine katılan eğitim fakültesi öğrencilerinin Üniversite Yaşamı Ölçeğinin toplamından ve alt boyutlarından elde ettikleri puan ortalamaları ön test ve son test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, geliştirilen “Üniversite Yaşamına Uyum Programı”nın etkililiğini incelemek amacıyla yarı deneysel desenlerden biri olan çok gruplu ön test–son test modeliyle yürütülmüştür. Yarı deneysel desenler, müdahale niteliğindeki bir bağımsız değişkenin belirli bir bağımlı değişken üzerindeki etkisini sistematik biçimde değerlendirmeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Creswell ve Creswell, 2017). Bu çalışmada bağımsız değişken, psikoeğitim ve yaratıcı drama temelli olarak yapılandırılan “Üniversite Yaşamına Uyum Programı”dır. Bağımlı değişken ise, katılımcıların Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği’nden elde ettikleri puanlardır. Program, içerik ve süre bakımından eşdeğer olacak şekilde üç ayrı grupta uygulanmıştır. Böylece, programın farklı gruplar üzerinde benzer biçimde etkili olup olmadığı değerlendirilmiştir. Her bir grupta uygulama öncesinde ve sonrasında ölçümler yapılarak, programın etkililiği öntest–sontest karşılaştırması yoluyla analiz edilmiştir. Araştırma deseni Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Araştırma Deseni

Uygulama Grupları	Ön Test	Müdahale (Psikoeğitim Programı)	Son Test
Grup 1	Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği	X	Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği
Grup 2	Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği	X	Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği
Grup 3	Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği	X	Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, 2024-2025 eğitim-öğretim yılı güz döneminde Amasya Üniversitesi'ne kayıt yaptıran birinci sınıf öğrencileri arasından seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yoluyla belirlenmiştir. Çalışmanın duyurusu, üniversitenin ilgili birimlerinde yapılan tanıtımlar ve kampüsün çeşitli yerlerine asılan afişler aracılığıyla yapılmış, programa katılmaya gönüllü olan öğrenciler çalışma grubuna dâhil edilmiştir. Çalışmaya katılım için dâhil etme kriterleri olarak; (a) Amasya Üniversitesi'nde lisans eğitimine ilk kez başlıyor olmak, (b) 18 yaşını doldurmuş olmak, (c) daha önce benzer bir uyum programına katılmamış olmak ve (d) çalışmanın ön-test, uygulama ve son-test aşamalarının tamamına katılmayı taahhüt etmek belirlenmiştir. Bu kriterleri karşılamayan öğrenciler ise çalışma dışında bırakılmıştır.

Bu süreç sonucunda çalışma grubu, Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programına yeni başlayan toplam 32 gönüllü öğrenciden oluşmuştur. Katılımcılar uygulama kolaylığı açısından üç ayrı gruba ayrılmış; birinci ve ikinci grup 12'ser, üçüncü grup ise 8 katılımcıdan oluşturulmuştur. Çalışma grubunun 2'si (%6.3) erkek, 30'u (%93.7) kadın öğrencidir. Katılımcıların yaşları 18 ile 21 arasında değişmekte olup, yaş ortalaması 18.84'tür ($ss = .80$).

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda katılımcıların yaşları, cinsiyetleri ve bölümlerine ilişkin bilgiler sorulmuştur.

Üniversite Yaşamı Ölçeği

Aladağ vd. (2003) tarafından, üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin genel olarak uyum düzeylerini, üniversiteye uyumu farklı yönleri ile ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek

48 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki her bir madde “bana hiç uygun değil (1)” ile “bana tamamen uygun (7)” arasında yanıtlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 48, en yüksek puan 336’dır. Ölçekten alınan yüksek puanlar uyuma, düşük puanlar ise uyumsuzluğa işaret etmektedir. Altı alt boyuttan oluşan ölçekteki 12 madde üniversite ortamına uyumu, 9 madde duygusal uyumu, 7 madde kişisel uyumu, 7 madde karşı cinsle uyumu, 7 madde akademik uyumu ve 6 madde ise sosyal uyumu ölçmektedir. Toplam varyansın %40.6’sını açıklayan ölçeğin iç tutarlılık katsayıları alt boyutları için 60 ile 80 arasında değişmekte olup, ölçeğin tümüne ilişkin iç tutarlılık katsayısı ise .91 olarak hesaplanmıştır. Yapılan bu çalışmada ölçeğin tümüne ilişkin Cronbach alfa değerleri ön-test için .87, son-test için .90 olarak bulunmuştur.

İşlem

Bu araştırmada uygulanan programın geliştirilme süreci, ihtiyaç analizi, kazanım belirleme, etkinlik tasarımı ve uygulama aşamalarını kapsamaktadır.

İhtiyaç Analizi ve Literatür Taraması: Programın geliştirilmesinin ilk aşamasında, üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin karşılaştıkları zorlukları belirlemek amacıyla kapsamlı bir literatür taraması gerçekleştirilmiştir. Yapılan incelemede, öğrencilerin üniversite yaşamına uyum sürecinde en sık karşılaştıkları sorunların; kampüs ortamını tanımama ve kaynaklara erişememe (Kutlu, 2004), akran ilişkileri kurmada yaşanan güçlükler ve sosyal izolasyon (Gray vd., 2013), akademik beklentilere ilişkin belirsizlikler (Love ve Thomas, 2014; Parker vd., 2006), duygusal zorluklar ve kaygı (Dyson ve Renk, 2006), ev özlemi ve yalnızlık (Thurber ve Walton, 2012), kişisel gelişim ve kimlik arayışı (Atak, 2011) olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular doğrultusunda, programın çok boyutlu bir yaklaşımla öğrencilerin akademik, sosyal ve duygusal uyumlarını desteklemesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, uyum programlarının tasarımına ilişkin yapılan literatür incelemesinde, yaratıcı drama ve grup etkileşimi temelli etkinliklerin öğrencilerin uyum süreçlerini desteklemede etkili yöntemler olduğu görülmüştür (Demir, 2019; Akhan, Acar ve Güngör, 2018; Tanrıseven ve Aykaç, 2013). Bu bağlamda, geliştirilen programda psikoeğitim ve yaratıcı drama teknikleri temel alınmıştır.

Kazanımların Belirlenmesi: Literatür taraması sonucunda elde edilen bulgular ışığında, programın hedef kazanımları belirlenmiştir. Baker ve Sıryk'in (1984) üniversite uyumunun çok boyutlu yapısına ilişkin kuramsal çerçevesi temel alınarak, programın akademik uyum, sosyal uyum, kişisel-duygusal uyum ve kurumsal uyum boyutlarını desteklemesi hedeflenmiştir.

Etkinliklerin Tasarlanması: Belirlenen kazanımlara uygun olarak dokuz farklı etkinlik tasarlanmıştır. Etkinliklerin seçiminde ve tasarımında; yaratıcı drama teknikleri (Akhan ve Demir, 2020), tanışma ve ısınma oyunları (Demir, 2019), grup dinamiği çalışmaları (Kiye, Yoncalık ve Nazlı, 2020) ve psikoeğitim yaklaşımları (Sevim ve Yalçın, 2006) dikkate alınmıştır. Etkinlikler, katılımcıların aktif olarak yer aldığı, deneyimsel öğrenmeyi destekleyen ve etkileşimi teşvik eden nitelikte yapılandırılmıştır.

Uzman Görüşü ve Program İncelemesi: Tasarlanan etkinlikler, psikolojik danışma ve rehberlik alanında doktora düzeyinde eğitim almış iki uzman tarafından içerik geçerliği, kazanımlara uygunluk, süre yeterliliği ve uygulama yapılabilirliği açılarından incelenmiştir. Uzmanlardan gelen geri bildirimler doğrultusunda etkinlik içeriklerinde gerekli düzeltmeler yapılmış ve programın son hali oluşturulmuştur.

Program İçeriği: Geliştirilen program, her biri üç etkinlikten oluşan üç oturumdan meydana gelmektedir. Program içeriği Tablo 2'de detaylı olarak sunulmuştur.

Tablo 2. Üniversiteye Uyum Programı

I. Oturum
1. Etkinlik: O mu Bu mu? Kazanım: Üyeler birbirlerini tanır ve ortak özelliklerini fark eder. Etkinlik İçeriği: Katılımcıların isimlerini ve ortak özelliklerini öğrenmeleri için farklı seçeneklere göre gruplara ayrılarak tanışma sohbetleri yapılır.
2. Etkinlik: Portre Çizme Kazanım: Üyeler sosyal ilişkilerini geliştirir ve kaynaşır. Etkinlik İçeriği: Verilen yönergelerle göre herkes sırayla bir başkasının yüzünün parçalarını çizerek grup portreleri oluşturur.
3. Etkinlik: Krokiden Bul Kazanım: Üyeler kampüs yerleşkesini tanır ve başvuracağı birimleri ayırt eder. Etkinlik İçeriği: Kampüs krokisi tanıtılır, katılımcılar senaryo kartlarındaki durumlara göre hangi kampüs birimine başvurulacağını grupça tartışır ve doğru cevapları öğrenir.
II. Oturum
1. Etkinlik: Lideri Bul Kazanım: Grup içi sosyal etkileşime katkı sağlar. Etkinlik İçeriği: Bir kişi odadan çıkarılırken içeride grup lideri seçilir, herkes liderin hareketlerini taklit eder ve odadan gelen kişi lideri tahmin etmeye çalışır.
2. Etkinlik: Endişelerimi Uçuruyorum Kazanım: Üyelerin kaygılarını farklı bakış açılarıyla değerlendirerek problem çözme becerilerini geliştirir. Etkinlik İçeriği: Katılımcılar üniversite yaşamına dair endişelerini yazarak kağıt uçak yapar, uçurur, ardından rastgele seçtikleri uçağın içeriğini okuyup bu endişeye yönelik çözüm önerileri üretir.
3. Etkinlik: Bizim Eserimiz Kazanım: Üyeler grupla işbirliği içinde çalışmayı öğrenir Etkinlik İçeriği: Gruplar, “para yönetimi, zaman yönetimi, bağımlılık, sosyal çevre edinme” konularından birini seçerek verilen malzemelerle temayı yansıtan yaratıcı bir ürün hazırlar ve süreçlerini grup önünde paylaşır.
III. Oturum

1. Etkinlik: Human Bingo

Kazanım: Üyeler sosyal etkileşim yoluyla grup arkadaşlarının kişisel özelliklerini fark eder.

Etkinlik İçeriği: Katılımcılara verilen listelerdeki özelliklerin hangi kişiye ait olduğunu bulmaları için süreli bir oyun oynanır, ardından doğru eşleştirmeler grupça paylaşılır.

2. Etkinlik: Bilinçli Öğrenci Olmak

Kazanım: Üyeler sahip oldukları hak ve sorumlulukları öğrenir.

Etkinlik İçeriği: Küçük gruplar, üniversite öğrencilerinin hak ve sorumluluklarına dair maddeleri doğru-yanlış olarak değerlendirir, liderin açıklamalarıyla doğru bilgiler pekiştirilir.

3. Etkinlik: Grubun Enleri Konuşuyor

Kazanım: Üyeler paylaşımda bulunur ve olumlu duygularla ayrılır.

Etkinlik İçeriği: Katılımcılar sırayla panoya çıkar, grup üyeleri o kişiye en uygun olumlu özelliği yazar, en çok oy alan özellik seçilir, kişi düşüncelerini paylaşır ve sertifikasını alır.

Program Uygulaması

Liderlik Yapısı: Program oturumları, araştırmanın birinci, ikinci, üçüncü ve dördüncü yazarları tarafından yürütülmüştür. Dört yazar, psikolojik danışma ve rehberlik alanında lisans düzeyinde eğitim almakta olan ve grup çalışmaları konusunda teorik ve uygulamalı eğitim almış kişilerdir. Her bir oturumda iki yazar yer almış; biri grup lideri, diğeri ise yardımcı lider rolünü üstlenmiştir. Grup lideri etkinliklerin yönetimi, zaman kontrolü ve grup dinamiğinin sağlanmasından sorumlu olurken, yardımcı lider malzemelerin hazırlanması, katılımcıların desteklenmesi ve liderle koordinasyondan sorumlu olmuştur. Liderlik görevlendirmeleri, tüm yazarların farklı gruplarla deneyim kazanmaları ve tutarlı bir uygulama sürdürmeleri amacıyla oturumlar arasında rotasyonla gerçekleştirilmiştir. Bu yapı, programın her üç grupta da standart bir şekilde uygulanmasını sağlamıştır.

Uygulama Mekânı: Etkinlikler, Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi bünyesinde yer alan Drama Odası ve Grupla Psikolojik Danışma Odası'nda gerçekleştirilmiştir. Her iki mekân da grup çalışmalarına uygun fiziksel özelliklere sahiptir; geniş alan, rahat oturma düzeni, hareketli etkinliklere elverişli zemin ve gerekli teknik donanım bulunmaktadır. Mekânların seçiminde katılımcıların rahat hissetmeleri, etkinliklere aktif katılım sağlamaları ve gizliliğin korunması ilkeleri göz önünde bulundurulmuştur.

Süre ve Zaman Planlaması: Her bir oturum yaklaşık 90 dakika sürmüştür. Oturumlar arasında bir haftalık aralık bırakılarak, üç haftalık bir süreçte program tamamlanmıştır. Oturum içinde her bir etkinliğe ortalama 25-30 dakika ayrılmış, oturumun başında katılımcıların karşılanması ve ısınma (5-10 dakika), oturum sonunda ise değerlendirme ve kapanış (10-15 dakika) için zaman ayrılmıştır. Oturumlar, öğrencilerin ders saatleriyle çakışmayacak planlanmıştır.

Etik Hususlar: Program uygulamasına başlamadan önce, katılımcılara araştırmanın amacı, süreci, gönüllülük ilkesi ve gizlilik hakları hakkında detaylı bilgilendirme yapılmış ve yazılı onamları alınmıştır. Katılımcılara diledikleri zaman programdan ayrılacakları belirtilmiş, ancak hiçbir katılımcı programı yarıda bırakmamıştır. Oturumlarda paylaşılan kişisel bilgilerin gizli kalacağı vurgulanmış ve grup kuralları ilk oturumda katılımcılarla birlikte belirlenmiştir.

Verilerin Toplanması

Verilerin toplanması kâğıt kalem testleri şeklinde yapılmıştır. Okula Uyum Programı öncesinde katılmaya gönüllü öğrencilere “Üniversite Yaşam Ölçeği” uygulanmıştır. Üç oturumluk uyum programı uygulandıktan sonra öğrencilere tekrar “Üniversite Yaşam Ölçeği” uygulanarak uyum düzeyleri belirlenmiştir. Öğrencilerin ön test ve son test puanlarının eşleştirilmesi ve kimliklerinin de gizli tutulması etik ilkesi göz önüne alınarak “rumuz” belirlemeleri istenmiş, ön test ve son test puanları bu rumuzlar kullanılarak eşleştirilmiştir.

Verilerin Analizi

Ön test ve son test puanlarının karşılaştırılmasında kullanılacak analizi belirlemek amacıyla basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Buna göre, her bir değer -1,5 ve +1,5 aralığında değer aldığı görülmüştür (Tabachnick vd., 2007). Bu nedenle karşılaştırmalarda parametrik tekniklerden olan bağımlı gruplar için t-testi kullanılmıştır. Etki büyüklüğünü belirlemek içinse, örneklem büyüklüğünün 50'den az olması sebebiyle, Cohen's d katsayısının yanlılığını düzelteren Hedges' g tekniği kullanılmıştır (Hedges, 1981). Basıklık ve çarpıklık değerleri Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo3. Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçek Boyutu	N	Çarpıklık	Basıklık
Üniversite Ortamına Uyum (Ön test)	32	-.430	-.271
Üniversite Ortamına Uyum (Son test)	32	-.273	-.211
Duygusal Uyum (Ön test)	32	-.404	.232
Duygusal Uyum (Son test)	32	-.236	-.811
Kişisel Uyum (Ön test)	32	-.203	-.307
Kişisel Uyum (Son test)	32	-.579	-.360
Karşı Cinsle İlişkiler (Ön test)	32	.639	-.159
Karşı Cinsle İlişkiler (Son test)	32	.425	-.958
Akademik Uyum (Ön test)	32	-.576	.504
Akademik Uyum (Son test)	32	-.414	-.544
Sosyal Uyum (Ön test)	32	-.286	.657
Sosyal Uyum (Son test)	32	-.106	-1.280
Üniversite Yaşamına Uyum (Ön test)	32	-.032	-.632
Üniversite Yaşamına Uyum (Son test)	32	.092	-.899

BULGULAR

Bu bölümde, geliştirilen üniversite yaşamına uyum programının etkililiğini belirlemek amacıyla katılımcıların program öncesi ve sonrasında Üniversite Yaşamı Ölçeği'nden aldıkları puanlar karşılaştırılmıştır. Programa katılan öğrencilerin uyum düzeylerindeki değişimleri ortaya koymak için bağımlı gruplar t-testi uygulanmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Öntest ve Sontest Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Sonuçlar

Ölçek Boyutu	N	Ort	Ss	<i>t</i>	<i>p</i>	Hedges' g
Üniversite Ortamına Uyum (Ön test)	32	55.16	6.16	-6.903	.000	1.21
Üniversite Ortamına Uyum (Son test)	32	64.56	10.29			
Duygusal Uyum (Ön test)	32	38.66	7.02	-4.304	.000	0.75
Duygusal Uyum (Son test)	32	45.22	10.36			
Kişisel Uyum (Ön test)	32	34.84	4.55	-5.568	.000	0.97
Kişisel Uyum (Son test)	32	40.53	6.05			
Karşı Cinsle İlişkiler (Ön test)	32	31.16	3.90	-6.562	.000	1.15
Karşı Cinsle İlişkiler (Son test)	32	36.44	5.47			
Akademik Uyum (Ön test)	32	31.62	4.78	-3.428	.002	0.60
Akademik Uyum (Son test)	32	34.69	6.67			
Sosyal Uyum (Ön test)	32	29.28	4.42	-7.039	.000	1.23
Sosyal Uyum (Son test)	32	34.91	5.29			
Üniversite Yaşamına Uyum (Ön test Toplam)	32	220.72	15.88	-9.022	.000	1.58
Üniversite Yaşamına Uyum (Son test Toplam)	32	256.34	33.23			

Tablo 4'te görüldüğü üzere, katılımcıların Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği toplam puanlarında program öncesinden sonrasına anlamlı bir artış gözlenmiştir. Ön test toplam puan ortalaması 220.72 (ss = 15.88) iken, son test toplam puan ortalaması 256.34 (ss = 33.23) olarak hesaplanmıştır. Bu artış istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t_{(31)} = -9.022$, $p < .001$). Elde edilen bu bulgu, uygulanan programın öğrencilerin genel uyum düzeylerini önemli ölçüde artırdığını göstermektedir.

Ölçeğin alt boyutları incelendiğinde, tüm boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı iyileşmeler tespit edilmiştir. Üniversite ortamına uyum boyutunda ön test puan ortalaması 55.16 (ss = 6.16) iken, son test puan ortalaması 64.56 (ss = 10.29) olarak belirlenmiş ve bu artış anlamlı bulunmuştur ($t_{(31)} = -6.903$, $p < .001$). Bu sonuç, öğrencilerin kampüs yerleşkesini tanıma, üniversite birimlerine aşina olma ve fiziksel çevreye alışma konusunda belirgin bir gelişme gösterdiğine işaret etmektedir.

Duygusal uyum alt boyutunda ön test ortalaması 38,66 (ss = 7.02) iken, son test ortalaması 45.22 (ss = 10.36) olarak ölçülmüş ve bu fark anlamlı çıkmıştır ($t_{(31)} = -4.304$, $p < .001$).

.001). Bu bulgu, katılımcıların üniversite yaşamına ilişkin kaygı ve stres düzeylerinde azalma olduğunu ve duygusal açıdan daha rahat hissettiklerini göstermektedir.

Kişisel uyum boyutunda ön test puan ortalaması 34.84 ($ss = 4.55$) iken, son test puan ortalaması 40.53 ($ss = 6.05$) olarak hesaplanmış ve bu artış istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t_{(31)} = -5.568, p < .001$). Bu sonuç, öğrencilerin bireysel gelişim, öz-yeterlilik ve kişisel hedeflerini netleştirme konularında ilerleme kaydettiğini ortaya koymaktadır.

Karşı cinsle ilişkiler alt boyutunda ön test ortalaması 31.16 ($ss = 3.90$) iken, son test ortalaması 36.44 ($ss = 5.47$) olarak ölçülmüş ve bu artış anlamlı bulunmuştur ($t_{(31)} = -6.562, p < .001$). Bu bulgu, katılımcıların karşı cinsle sağlıklı iletişim kurma ve ilişki geliştirme konusunda kendilerini daha yetkin hissettiklerini göstermektedir.

Akademik uyum boyutunda ön test puan ortalaması 31.62 ($ss = 4.78$) iken, son test puan ortalaması 34.69 ($ss = 6.67$) olarak hesaplanmış ve bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ($t_{(31)} = -3.428, p = .002$). Bu sonuç, öğrencilerin akademik beklentileri daha iyi anladıklarını, ders sorumluluklarına daha hazırlıklı hissettiklerini ve akademik başarıya yönelik motivasyonlarının arttığını göstermektedir.

Son olarak sosyal uyum alt boyutunda ön test ortalaması 29.28 ($ss = 4.42$) iken, son test ortalaması 34.91 ($ss = 5.29$) olarak belirlenmiş ve bu fark anlamlı bulunmuştur ($t_{(31)} = -7.039, p < .001$). Bu bulgu, programın özellikle öğrencilerin akran ilişkileri kurma, sosyal etkinliklere katılım ve aidiyet duygusu geliştirme konusunda anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Etki büyüklükleri değerlendirildiğinde ise, programın üniversite yaşamına uyum toplam puanı üzerindeki etkisi oldukça yüksek düzeyde ($g = 1.58$) olduğu görülmektedir. Alt boyutlar bazında incelendiğinde; sosyal uyum ($g = 1.23$), üniversite ortamına uyum ($g = 1.21$), karşı cinsle ilişkiler ($g = 1.15$) ve kişisel uyum ($g = 0.97$) boyutlarında büyük düzeyde etki büyüklükleri saptanmıştır. Duygusal uyum ($g = 0.75$) ve akademik uyum ($g = 0.60$) boyutlarında ise etkinin orta düzeyde olduğu görülmektedir.

TARTIŞMA

Bu araştırmada, Eğitim Fakültesi birinci sınıf öğrencilerine uygulanan üniversiteye uyum programının etkililiği incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda üç oturumdan oluşan bir uyum programı geliştirilmiş ve üç farklı grupta toplam 32 öğrenciye uygulanmıştır. Programın etkililiği, Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği'nden elde edilen ön test ve son test puanlarının

karşılaştırılması yoluyla değerlendirilmiştir. Araştırma bulguları, uygulanan programın öğrencilerin genel uyum düzeylerini istatistiksel olarak anlamlı şekilde artırdığını göstermiştir. Ayrıca programın, uyumun tüm alt boyutlarında (üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, kişisel uyum, karşı cinsle ilişkiler, akademik uyum ve sosyal uyum) anlamlı düzeyde olumlu değişimler yarattığı tespit edilmiştir.

Sosyal uyum boyutundaki değişim programda yer alan "O mu Bu mu?", "Human Bingo", "Portre Çizme" ve "Lideri Bul" gibi etkileşim odaklı etkinliklerin katılımcıların birbirleriyle yakın ilişkiler kurmalarını, ortak özelliklerini keşfetmelerini ve grup aidiyeti geliştirmelerini doğrudan desteklemesiyle açıklanabilir. Buote ve arkadaşları (2007), üniversitenin ilk yılında kurulan arkadaşlıkların öğrencilerin genel uyum düzeylerini belirleyen en kritik faktörlerden biri olduğunu vurgulamaktadır. Benzer şekilde, Pittman ve Richmond (2008) de, üniversiteye aidiyet duygusu ve arkadaşlık kalitesinin psikolojik uyumu doğrudan etkilediğini ortaya koymuştur.

Üniversite ortamına uyum boyutundaki değişim ise, "Krokiden Bul" etkinliğinin katılımcılara kampüs yerleşkesini tanıtmaları ve hangi durumlarda hangi birimlere başvurabilecekleri konusunda bilgi vermesiyle ilişkilendirilebilir. Öğrencilerin fiziksel çevreye aşinalık kazanmaları, kaynaklara erişim konusunda kendilerini daha yetkin hissetmelerine ve bu sayede kurumsal uyumlarının artmasına katkı sağlamış olabilir. Mutambara ve Bhebe (2012), öğrencilerin kampüs kaynaklarını tanımaları ve bu kaynaklara nasıl erişebileceklerini bilmelerinin uyum sürecinde kritik öneme sahip olduğunu belirtmektedir.

Diğer taraftan, akademik uyum boyutunda değişimde “bilinçli öğrenci olmak” etkinliğinin yararlı olduğu söylenebilir. Etkinlikte ders çalışma teknikleri, zaman yönetimi veya sınav kaygısıyla başa çıkma gibi doğrudan akademik becerilere odaklanan kısıtlı olsa da sosyal ve duygusal uyumdaki iyileşmelerin yansımasıyla (Gerdes ve Mallinckrodt, 1994) akademik uyumun program aracılığı ile desteklendiği görülmektedir.

Bu araştırmada uygulanan üniversite yaşamına uyum programının tüm boyutlarda anlamlı etkiler göstermesinin altında yatan kuramsal mekanizmalar, birden fazla teorik çerçeve ile açıklanabilir. İlk olarak, programın yapılandırılmasında temel alınan grup dinamiği ve deneyimsel öğrenme ilkeleri, etkililiğin temel kaynağını oluşturmaktadır. Kolb'un (1984) deneyimsel öğrenme kuramına göre, bireylerin doğrudan deneyim yoluyla öğrenmeleri, pasif bilgi alımından çok daha etkilidir. Bu programda yer alan etkinlikler, katılımcıların yalnızca bilgi edinmelerini değil, aynı zamanda bu bilgileri grup içinde deneyimlemelerini ve

uygulamalarını sağlamıştır. Örneğin, "Endişelerimi Uçuruyorum" etkinliğinde öğrenciler yalnızca kaygılarını dile getirmekle kalmamış, akranlarının benzer kaygılar yaşadığını görmüş ve bu kaygılara yönelik çözüm stratejileri üretme sürecine aktif olarak katılmıştır. İkinci olarak, sosyal öğrenme kuramı (Bandura, 1977) programın etkililik mekanizmasını açıklamada önemli bir çerçeve sunmaktadır. Katılımcıların akranlarını gözlemlemeleri, onlardan model almaları ve grup içinde sosyal becerileri deneyimlemeleri, sosyal öğrenme sürecini tetiklemiştir. Özellikle akran liderleri tarafından yürütülen oturumlarda, liderler öğrenciler için yakın ve erişilebilir rol modelleri olmuş, bu durum katılımcıların öz-yeterlik algılarını güçlendirmiş olabilir. Üçüncü olarak, aidiyet kuramı (Baumeister ve Leary, 1995) programın özellikle sosyal ve duygusal uyum üzerindeki güçlü etkisini açıklamakta yararlı olabilir. İnsanların temel psikolojik ihtiyaçlarından biri olan aidiyet duygusu, grup etkinlikleri yoluyla sistematik olarak desteklenmiştir. "Bizim Eserimiz", "Grubun 'En'leri Konuşuyor" ve "Portre Çizme" gibi etkinlikler, katılımcıların kendilerini grubun bir parçası olarak hissetmelerini ve karşılıklı kabul deneyimi yaşamalarını sağlamıştır. Pittman ve Richmond (2008), üniversiteye aidiyet duygusunun psikolojik uyum ve akademik başarı üzerinde doğrudan etkisi olduğunu belirtmektedir.

Bu araştırmanın bulguları, üniversite uyum programlarının etkililiğini inceleyen ulusal ve uluslararası literatürdeki çalışmalarla büyük ölçüde örtüşmektedir. Türkiye'de yapılan çalışmalar incelendiğinde, Akhan ve Karamık (2019) tarafından eğitim fakültesi birinci sınıf öğrencilerine uygulanan yaratıcı drama temelli oryantasyon programının, öğrencilerin üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, kişisel uyum, akademik uyum ve sosyal uyum düzeylerini anlamlı düzeyde artırdığı bulunmuştur. Bu sonuç, mevcut araştırmanın bulgularıyla paralellik göstermektedir. Benzer şekilde, Akhan vd. (2018), üniversiteye uyum programı sonrasında öğrencilerin sahip oldukları olumsuz metaforların (kaygı, önyargı içeren) olumlu metaforlara dönüştüğünü ortaya koymuştur. Bu bulgu, mevcut çalışmada özellikle duygusal uyum boyutunda gözlenen anlamlı iyileşmeyi destekler niteliktedir. Demir (2019), yaratıcı drama yöntemiyle yapılandırılmış oryantasyon çalışmalarının öğretmen adaylarının birbirlerini tanımalarına, uyum içinde olmalarına ve bölümleri hakkında bilgi sahibi olmalarına katkı sağladığını göstermiştir. Bu bulgular, mevcut çalışmada kullanılan yaratıcı drama ve etkileşim temelli etkinliklerin benzer etkiler yarattığını desteklemektedir. Şeren (2021) ise, yaratıcı drama ile uygulanan oryantasyon programına katılan öğrencilerin, arkadaşlarıyla hızlı tanışma, eğlenme, özgüvenin artması ve kaygının azalması gibi olumlu deneyimler yaşadıklarını rapor

etmiştir. Bu nitel bulgular, mevcut araştırmanın nicel bulgularını farklı bir yöntemsel açıdan desteklemektedir.

Uluslararası literatürde ise, Clinciu (2013), üniversiteye uyumun duygusal gerilimle başlayan ve iyi oluş hali ile dengelenen bir süreç olduğunu vurgularken, uyum programlarının bu geçişi kolaylaştırabileceğini belirtmiştir. Mevcut araştırmanın bulguları, bu teorik çerçeveyi ampirik olarak desteklemektedir. Araştırmalar (Friedlander vd., 2007), sosyal desteğin birinci sınıf öğrencilerinin uyumuyla pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, mevcut araştırmada grup etkinlikleri yoluyla sosyal destek ağlarının oluşturulmasının neden etkili olduğunu açıklamaktadır. Kiye, Yoncalık ve Nazlı (2020), akran danışmanlığı modelinin birinci sınıf öğrencilerinin kurum kültürüne uyumunu ve çok yönlü gelişimini desteklediğini bulmuştur. Bu bulgu, mevcut araştırmada programın akran liderler tarafından yürütülmesinin etkililiğini destekler nitelikte olup, akran desteğinin üniversite uyumundaki kritik rolünü vurgulamaktadır.

Bununla birlikte, mevcut araştırma bazı açılardan literatürdeki diğer çalışmalardan farklılaşmaktadır. Birçok uyum programı genellikle tek bir boyuta (örneğin, yalnızca sosyal uyum veya akademik uyum) odaklanırken (Sevim ve Yalçın, 2006), bu araştırmada uygulanan program uyumun altı farklı boyutunu eş zamanlı olarak ele almıştır. Ayrıca, birçok uyum programı profesyonel danışmanlar veya öğretim üyeleri tarafından yürütülürken (Thomas, 2012), bu araştırmada program akran liderler tarafından uygulanmıştır. Bu yaklaşım, katılımcıların liderlerle daha rahat iletişim kurmalarını, kendilerini daha az yargılanmış hissetmelerini ve liderlerle özdeşleşme yoluyla motivasyonlarının artmasını sağlamış olabilir. Kuh (2008), akran mentorluğu sistemlerinin öğrencilerin sosyal entegrasyonunu güçlendirdiğini vurgulamaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada elde edilen bulgular, programın öğrencilerin genel uyum düzeylerini ve uyumun tüm alt boyutlarını (üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, kişisel uyum, karşı cinsle ilişkiler, akademik uyum ve sosyal uyum) istatistiksel olarak anlamlı şekilde artırdığını göstermektedir. Buna göre,

1. Uyum programlarında grup etkileşimi, yaratıcı drama ve deneyimsel öğrenme temelli etkinliklere öncelik verilebilir ve akran liderliği modeli, çok boyutlu ve bütüncül yaklaşım kullanılabilir.

2. Fakülte ve bölüm düzeyinde özelleştirilmiş uyum programları geliştirilmeli, her disiplinin kendine özgü gereksinimleri dikkate alınmalıdır.
3. Akran mentorluğu ve liderlik sistemleri kurumsallaştırılabilir, üst sınıf öğrencileri bu süreçlere dâhil edilebilir ve uygun eğitim almaları sağlanabilir.
4. Uyum programları tasarlanırken; akademik, sosyal, duygusal, kişisel ve kurumsal uyum boyutlarının tümünü kapsamaya dikkat edilmelidir.
5. Yükseköğretim politika yapıcılar, üniversite uyum programlarına kaynak ayrılmasını teşvik etmeli ve iyi uygulamaların yaygınlaştırılması için mekanizmalar geliştirmelidir.

SINIRLILIKLAR

Bu araştırmanın bulgularının yorumlanmasında dikkate alınması gereken bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. İlk olarak, araştırma yarı deneysel desenle yürütülmüş olup kontrol grubu kullanılmamıştır. Bu durum, gözlenen değişimlerin yalnızca uygulanan programa mı yoksa zamana bağlı olgunlaşma, tarihsel olaylar veya test-tekrar test etkisi gibi alternatif açıklamalara mı bağlı olduğunun kesin olarak belirlenmesini zorlaştırmaktadır. Gelecek araştırmalarda kontrol gruplu deneysel desenlerin kullanılması, iç geçerliği güçlendirecektir. İkinci olarak, araştırmanın örnekleme uygun örnekleme yöntemiyle belirlenmiş ve programa gönüllü olarak katılan 32 öğrenciden oluşmaktadır. Özellikle, programa katılmayı tercih eden öğrencilerin uyum konusunda zaten daha istekli ve proaktif bireyler olması olasılığı, seçim yanlılığına yol açmış olabilir. Ayrıca, katılımcıların tamamının Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programından olması, bulguların diğer bölüm ve fakültelere genellenebilirliğini azaltmaktadır. Üçüncü olarak, araştırmada yalnızca nicel veri toplama aracı kullanılmıştır. Katılımcıların uyum sürecine ilişkin deneyimlerinin, programdan ne öğrendiklerinin ve hangi etkinlikleri daha faydalı bulduklarının derinlemesine anlaşılması için nitel verilere de yer verilmesi yararlı olabilir. Dördüncü olarak, izleme testlerinin yapılmamış olması bir eksiklik olarak değerlendirilebilir. Programın uzun süreli etkileri incelenmelidir. Son olarak, çalışma grubunun cinsiyet dağılımında dengesizlik bulunmaktadır (%93.7 kadın, %6.3 erkek). Bu durum, bulguların erkek öğrencilere genellenebilirliğini sınırlamaktadır ve cinsiyet farklılıklarının incelenmesine olanak tanımamaktadır.

Etik Kurul Belgesi

Etik Kurul Komisyon Adı: Amasya Üniversitesi Sosyal Bilimler Etik Kurulu

Etik Kurul Belge Tarihi ve Protokol No: 04.10.2025 / E-30640013-100-221530

Bilgilendirme

Bu çalışma, Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu (TÜBİTAK) tarafından desteklenen 2209-A Projesi kapsamında yürütülmüştür. Desteklerinden dolayı TÜBİTAK'a teşekkür ederiz.

Yazar Katkı Beyanı

Saliha ELALTUNTERİN: Projenin fikri altyapısının oluşturulması, etkinliklerin ve kazanımların oluşturulması, deneysel uygulamanın yürütülmesi, kaynakça düzenleme ve makalenin yazım süreçlerinde görev almıştır. (%20)

Ayşen İLBAŞ: Literatür taraması, etkinliklerin ve kazanımların oluşturulması, deneysel uygulamanın yürütülmesi ve makalenin taslak halinin eleştirel incelemesi süreçlerinde görev almıştır. (%20)

Gizem ŞAHİN: Literatür taraması, etkinliklerin ve kazanımların oluşturulması, deneysel uygulamanın yürütülmesi ve makalenin yazım süreçlerinde görev almıştır. (%20)

Ahmet Hulusi KENDİRCİ: Literatür taraması, etkinliklerin ve kazanımların oluşturulması, deneysel uygulamanın yürütülmesi ve makalenin yazım süreçlerinde görev almıştır. (%20)

Semih KAYNAK: Makale sürecinde bilimsel ve etik süreçlerin takibi, programın ve makalenin eleştirel değerlendirilmesi, yöntem ve istatistiksel analiz ile makalenin son halinin düzenlenmesi süreçlerinde görev almıştır. (%20)

KAYNAKLAR

- Akhan, N. E., ve Demir, K. (2020). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının fakülteye uyum süreçlerinin yaratıcı drama ile desteklenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 53, 266–292.
- Akhan, N. E., ve Karamık, G. A. (2019). Eğitim fakültesi birinci sınıf öğrencilerinin üniversiteye uyumlarının yaratıcı drama ile sağlanması. *Journal of Education, Theory and Practical Research*, 5(2), 141–152.
- Akhan, N. E., Acar, H., ve Güngör, B. (2018). Eğitim fakültesi birinci sınıf öğrencilerinin üniversiteye uyum programı öncesi ve sonrasındaki metaforları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(12), 174–194.
- Aladağ, M., Kağnıcı, D. Y., Tuna, M. E., ve Tezer, E. (2003). Üniversite yaşamı ölçeği: Ölçek geliştirme ve yapı geçerliği üzerine bir çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(20), 41-47.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469-480.
- Astin, A. W. (1999). Student involvement: A developmental theory for higher education. *Journal of College Student Development*, 40(5), 518–529.
- Atak, H. (2011). Kimlik gelişimi ve kimlik biçimlenmesi: Kuramsal bir değerlendirme. *Psikiyatri Güncel Yaklaşımlar*, 3(1), 163–213.
- Baker, R. W., ve Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179–189. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
- Bandura, A. (1977). Social learning theory. Prentice Hall.
- Baumeister, R. F., ve Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3) 497-529.
- Buote, V. M., Pancer, S. M., Pratt, M. W., Adams, G., Birnie-Lefcovitch, S., ve Polivy, J. (2007). The importance of friends: Friendship and adjustment among 1-year university adjustment. *Journal of Adolescent Research*, 22(6), 665–689. <https://doi.org/10.1177/0743558407306344>

- Cliniciu, A. I. (2013). Adaptation and stress for the first year university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 78, 718–722.
- Credé, M., ve Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133-165.
- Creswell, J. W., ve Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Daşkın, H., ve Öğülmüş, S. (2022). Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum düzeylerinde kontrol duygusunun rolü. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 20(3), 930–949.
- Demir, K. (2019). Yaratıcı drama etkinlikleriyle uygulanan oryantasyon çalışmalarının değerlendirilmesi. *Yaratıcı Drama Dergisi*, 14(1), 161–180.
- Doğan, A., ve Cebioğlu, S. (2011). Beliren yetişkinlik: Ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir dönem. *Türk Psikoloji Yazıları*. 14(28), 11-23.
- Dyson, R., ve Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1231–1244. <https://doi.org/10.1002/jclp.20295>
- Erdoğan, S., Şanlı, H., ve Şimşek Bekir, H. (2005). Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum durumları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 13(2), 479–496.
- Friedlander, L. J., Reid, G. J., Shupak, N., ve Cribbie, R. (2007). Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *Journal of college student development*, 48(3), 259-274. <https://doi.org/10.1353/csd.2007.0024>
- Galambos, N. L., Howard, A. L., ve Maggs, J. L. (2010). Rise and fall of sleep quantity and quality with student experiences across the first year of university. *Journal of Research on Adolescence*, 21(2), 342–349. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00679.x>

- García, H. A., Garza, T., ve Yeaton-Hromada, K. (2019). Do we belong? A conceptual model for international students' sense of belonging in community colleges. *Journal of International Students*, 9(2), 460-487.
- Gençöz, F. (1998). Uyum psikolojisi. *Kriz Dergisi*, 6(2), 1-7.
- Gerdes, H., ve Mallinckrodt, B. (1994). Emotional, social, and academic adjustment of college students: A longitudinal study of retention. *Journal of Counseling and Development*, 72, 281-288.
- Gray, R., Vitak, J., Easton, E. W., ve Ellison, N. B. (2013). Examining social adjustment to college in the age of social media: Factors influencing successful transitions and persistence. *Computers ve Education*, 67, 193-207.
<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2013.02.021>
- Hedges, L. V. (1981). Distribution theory for Glass's estimator of effect size and related estimators. *Journal of Educational Statistics*, 6(2), 107-128.
<https://doi.org/10.3102/10769986006002107>
- Tochkov, K., Levine, L., ve Sanaka, A. (2010). Variation in the prediction of cross-cultural adjustment by Asian-Indian students in the United States. *College Student Journal*, 44(3), 677-690.
- Kiye, S., Yoncalık, O., ve Nazlı, S. (2020). Lisans 1. sınıf öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum sürecinde akran danışmanlarının rolü. *Kastamonu Education Journal*, 28(6), 2346-2361.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.
- Kuh, G. D. (2008). *High-impact educational practices: What they are, who has access to them, and why they matter*. Association of American Colleges and Universities.
- Kutlu, M. (2004, 6-9 Temmuz). Üniversite öğrencilerinin alıştırma-oryantasyon hizmetlerine ilişkin karşılaştıkları sorunlar ve beklentileri. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, Malatya.
- Love, K. M., ve Thomas, D. M. (2014). Parenting styles and adjustment outcomes among college students. *Journal of College Student Development*, 55(2), 139-150.
<https://doi.org/10.1353/csd.2014.0013>

- Mutambara, J., ve Bhebe, V. (2012). An analysis of the factors affecting students' adjustment at a university in Zimbabwe. *International Education Studies*, 5(6), 244–260.
- Oyeniye, O., Smith, R. L., Watson, J. C., ve Nelson, K. (2021). A comparison of first-year international students' adjustment to college at the undergraduate and graduate level. *Journal of Comparative and International Higher Education*, 13(2), 112–131. <https://doi.org/10.32674/jcihe.v13i2.2584>
- Pantages, T. J., ve Creedon, C. F. (1978). Studies of college attrition: 1950–1975. *Review of Educational Research*, 48(1), 49–101.
- Parker, J. D. A., Hogan, M. J., Eastabrook, J. M., Oke, A., ve Wood, L. M. (2006). Emotional intelligence and student retention: Predicting the successful transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, 41(7), 1329–1336. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.04.022>
- Pittman, L. D., ve Richmond, A. (2008). University belonging, friendship quality and psychological adjustment during the transition to college. *The Journal of Experimental Education*, 76, 343–361.
- Sağınç, N. (2011). Üniversite yaşamına uyum sürecine etki eden faktörler ve birbirleri ile ilişkileri (Yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi.
- Sevim, S. A., ve Yalçın, İ. (2006). Kısa süreli bir oryantasyon programı denemesi: Öğrencilerin uyum düzeyleri ve programa ilişkin görüşleri. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(2), 217–233.
- Sevinç, S., ve Gizir, C. A. (2014). Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin bakış açılarından üniversiteye uyumu olumsuz etkileyen faktörler (Mersin Üniversitesi Örneği). *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(4), 1285-1308.
- Şeren, N. (2021). Üniversiteye yeni başlayan sınıf öğretmenliği öğrencilerinin yaratıcı drama ile uygulanan oryantasyon programı hakkındaki görüşleri. *Uluslararası Sosyal Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 3(5), 239–256.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., ve Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5, No. 7). Pearson.



- Tanrıseven, I., ve Aykaç, M. (2013). Üniversite öğrencilerinin yaratıcı dramının kişisel ve mesleki yaşantılarına katkısına ilişkin görüşleri. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(12).
- Thomas, L. (2012). *Building student engagement and belonging in higher education at a time of change: A summary of findings and recommendations from the What Works? Student Retention ve Success programme*. Paul Hamlyn Foundation.
- Thurber, C. A., ve Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health*, 60(5), 415–419. <https://doi.org/10.1080/07448481.2012.673520>
- Tinto, V. (1997). Universities as Learning Organizations. *About Campus: Enriching the Student Learning Experience*, 1(6), 2-4. <https://doi.org/10.1177/108648229700100602>
- Tuhanoğlu, S. S., ve Gizir, C. A. (2020). Üniversite uyum ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1-20.
- Türk Dil Kurumu Sözlükleri. (2025). <https://sozluk.gov.tr/>
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2025). İç göç istatistikleri; 2021, 2022, 2023, 2024. <https://data.tuik.gov.tr/Kategori/GetKategori?p=Nufus-ve-Demografi-109>
- Upcraft, M. L., ve Gardner, J. N. (1989). *The freshman year experience: Helping students survive and succeed in college*. Jossey-Bass.
- Yükseköğretim Bilgi Yönetim Sistemi. (2025). Yıllara göre başvuran ve yerleşen aday sayıları. <https://istatistik.yok.gov.tr/>

EXTENDED SUMMARY

The transition into higher education is a critical period for the development of young adults aged 18-25 years, marked by complex processes of identification, building close relationships, and professional orientation. With almost a million students entering higher education annually in Turkey, the ability to adjust to rapidly changing living conditions, academic pressures, and social environments is of utmost importance. Adjustment refers to an individual's ability to maintain a balanced relationship by meeting environmental demands, which will be put under serious test in each academic, social, personal-emotional, and institutional sub-dimension of university life.

It has been consistently reported in the literature that a sizeable proportion of students suffers from adjustment problems, and these are reflected in the form of intense anxiety, social withdrawal, homesickness, academic pressure, and financial burdens. Whenever adaptation fails, the consequences turn out to be negative: adverse psychological effects, lower academic achievement, and loss in student enrollment. Poor participation in social activities observed among students, lack of class belonging, and low-class motivation led to the realization that there is an imminent need for an overall intervention program in multiple dimensions that overcomes the short comings of previous programs.

University adjustment is a multi-dimensional construct that goes beyond simple academic success. Landmark work by Tinto (1997) highlighted the critical role of social and institutional integration to student persistence, while other work has identified interdependencies between academic performance and students' personal-emotional well-being (Thomas, 2012). The studies conducted with Turkish university students also confirm these findings, indicating that social competence, emotional regulation, and familiarity with the university environment are more powerful predictors of overall life satisfaction than GPA alone. Additionally, the literature strongly supports the use of group-based, experiential learning methods, such as psychoeducation and creative drama, in that these approaches effectively foster self-disclosure, peer support, social skills development, and self-efficacy-all constituent elements of successful Adjustment. This study builds upon this foundation by integrating the strengths of both psychoeducation and creative drama into a structured, multi-dimensional framework designed to address the specific and interlocking challenges faced by first-year students.

This study employed a single-group pre-test/post-test quasi-experimental design to investigate the effectiveness of the program that was developed. The independent variable was the



structured Psychoeducational and Creative Drama-Based Adjustment Program, while the dependent variable was defined as the participants' scores on the University Life Adjustment Scale.

The total study group consisted of 32 volunteer first-year students who were newly enrolled in the GPC program for the fall semester of the 2024-2025 academic year at Amasya University Faculty of Education. All participants were above the age of 18 years, joining undergraduate education for the first time, and had never taken part in any similar intervention programs. The intervention was administered to three separate groups for logistical convenience (Group 1: 12, Group 2: 12, Group 3: 8 participants).

This systematic process of needs analysis, objective setting, activity design, and implementation was used in the program development. The needs analysis, which had its foundation in the literature review, pinpointed the major difficulties faced by the students in terms of social isolation, uncertainty in academics, and managing or moving around the campus. Based on this, the program was designed with a multi-dimensional approach: academic, social, personal-emotional, and institutional Adjustment. Core techniques employed were creative drama and psychoeducation to elicit experiential learning and effective group interaction.

The intervention consisted of three 90-minute sessions, each containing three distinct activities, completed one week apart. The sessions were led by peer leaders-the authors of the study-advanced undergraduate students in the GPC program, with a leader rotation to ensure consistency. Activities were designed to help participants become familiar with campus ("Find It on the Map"), interact better with their peers ("Human Bingo," "Portrait Drawing"), share anxiety and find solutions ("Flying My Worries Away"), and learn about their rights and responsibilities ("Being a Conscious Student").

In this study, the University Life Adjustment Scale developed by Aladağ et al. (2003) was used as the main data collection tool. This scale consists of six sub-dimensions: Adjustment to the University Environment, Emotional Adjustment, Personal Adjustment, Relations with the Opposite Sex, Academic Adjustment, and Social Adjustment. To assess the effectiveness of this program, the participants' pre-test and post-test scores were compared using a dependent samples t-test.

Analysis of pre-test and post-test scores demonstrated that the implemented program was highly effective in supporting student Adjustment. The dependent samples t-test results indicated that the students' overall Adjustment levels significantly improved after the

intervention. Crucially, this positive change was comprehensive, with significant improvements being observed across all six sub-dimensions measured by the scale. The most pronounced effects of the intervention were noted in the areas of Social Adjustment and Adjustment to the University Environment. Significant increases were also achieved in Academic Adjustment, Emotional Adjustment, Personal Adjustment, and Relations with the Opposite Sex. Beyond statistical significance, effect size estimations demonstrate that the orientation program yielded a substantial impact across all measured domains of university life. Calculation of Hedges' d reveals that the intervention exerted medium to large effect sizes across the various scales, confirming the substantial potency of the three-session program.

These findings confirm that the developed Adjustment program serves as an effective intervention for enhancing the Adjustment levels in newly enrolled university students. The robust improvements, especially in Social Adjustment and Adjustment to the University Environment, are clear earmarks of success for the program's interactive group activities and targeted exercises for campus familiarity and peer connection. This also strongly aligns with research suggesting that quality of early friendships and knowledge about campus resources are critical determinants of successful transition.

Theoretically, the effectiveness of this program is found on Kolb's Experiential Learning Theory, Bandura's Social Learning Theory, and Baumeister and Leary's Need to Belong Theory. These structured activities ensured that students not only obtained information but were experientially exposed to the knowledge, contended with role models of appropriate behaviors from the peer leaders, and developed a sense of belonging as a result of collaborative work within the group. The multidimensional structure, where all six identified key dimensions of adjustment are simultaneously covered, and the use of peer leaders as facilitators are the strengths that set this program apart from most other narrowly focused interventions found in the literature.

In conclusion, the combined psychoeducational and creative drama-based, peer-led multi-dimensional Adjustment program proved an exceptionally effective method of successfully supporting students through their university transition process. These significant improvements across all measured facets of adjustment affirm the value of experiential, interactive, and holistic approaches to student support. The broad summary of your study should include the following titles: brief introduction, purpose and importance of the study, method, findings, discussion and conclusion.