



Algılanan Stres ve Üniversite Yaşamına Uyum İlişkisinde Bir Aracı Değişken: Ayrılık Anksiyetesi*

Miraç Neslihan AKHUNLAR TURGUT, Özge SARIOT ERTÜRK**, Feyza KARSLI****, Mehmet ŞAKİROĞLU*******

Makale Bilgisi	ÖZET
<i>Geliş Tarihi:</i> 13.08.2017	<p>Bu çalışmada, üniversite birinci sınıf öğrencilerinin algıladıkları stres ile üniversite yaşamına uyumu arasındaki ilişkide öğrencilerin ayrılık anksiyetesi belirtilerinin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya üniversitede öğrenim gören 269 birinci sınıf öğrencisi (86 Erkek, 183 Kadın) katılmıştır. Öğrencilere, Üniversite Yaşamı Ölçeği, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi, Algılanan Stres Ölçeği ve Demografik Bilgiler Formu uygulanmıştır. Üniversite yaşamına uyum, üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, kişisel uyum, karşı cinsle ilişkilerde uyum, akademik uyum, sosyal uyum düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Karşı cinsle ilişkilerdeki uyum, romantik ilişkiye sahip olma açısından anlamlı bir fark görülürken, üniversite yaşamına uyum, üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, kişisel uyum, akademik uyum ve sosyal uyum anlamlı bir fark görülmemektedir. Üniversite yaşamına uyum, üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, kişisel uyum, karşı cinsle ilişkilerde uyum, akademik uyum, sosyal uyum düzeylerinde yaşamın büyük bölümünün geçirildiği yere göre de istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır. Ayrılık anksiyetesinin algılanan stres ve üniversite yaşamına uyum, akademik uyum, duygusal uyum ve karşı cinsle ilişkilerde uyum düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne sahip olduğu görülmüştür. Ayrılık anksiyetesi, üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres ve üniversiteye uyumları arasındaki ilişkiyi açıklayan faktörlerden birisidir. Bulgular ilgili literatüre bağlı olarak tartışılmıştır.</p> <p>Anahtar Sözcükler: Algılanan stres, ayrılık anksiyetesi, üniversite yaşamına uyum</p>
<i>Kabul Tarihi:</i> 26.09.2018	
<i>Erken Görünüm Tarihi:</i> 04.10.2018	
<i>Basım Tarihi:</i> 30.04.2020	

A Mediation Variable in Relation To Perceived Stress and Adaptation to University Life: Separation Anxiety

Article Information	ABSTRACT
<i>Received:</i> 13.08.2017	<p>This study aimed to investigate the mediator role of separation anxiety symptoms on the relationship between perceived stress and adaptation to university life of students. 269 freshmen participated in the study (86 men, 183 women). Participants completed the University Life Scale, Separation Anxiety Symptoms Inventory and Perceived Stress Scale. Results indicated that there was a positive relation between perceived stress and separation anxiety. Both perceived stress and separation anxiety showed negative relation with adaptation to university life. There was no significant difference between genders for the level of adaptation to university life, adaptation to university environment, emotional adaptation, personal adaptation, adaptation to relationships with opposite sex, academic adaptation and social adaptation. Levels of adaptation to relationships with opposite sex showed differences according to having a romantic relationship or not; however, adaptation to university life, adaptation to university environment, emotional adaptation, personal adaptation, academic adaptation and social adaptation did not. Besides, there were no differences between the levels of adaptation to university life, adaptation to university environment, emotional adaptation, personal adaptation, adaptation to relationships with opposite sex, academic adaptation and social adaptation depending on the place the participant spent most of his/her life. Finally, separation anxiety symptoms had a partial mediation effect on the relationships between perceived stress and adaptation subscales (adaptation to university life, academic adaptation, emotional adaptation and adaptation to relationships with opposite sex).</p> <p>Keywords: Perceived stress, separation anxiety, adaptation to university life</p>
<i>Accepted:</i> 26.09.2018	
<i>Online First:</i> 04.10.2018	
<i>Published:</i> 30.04.2020	

doi: 10.16986/HUJE.2018044072

Makale Türü (Article Type): Araştırma Makalesi

* Bu çalışma 1. Sağlık Bilimleri Kongresi'nde, 01/07/2017 tarihinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

** * Uzm. Psk., Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Hastanesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.B.D., Aydın-TÜRKİYE. e-posta: deniznes8@gmail.com (ORCID: 0000-0002-0176-6839)

*** Arş. Gör., Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Psikometri A.B.D., Aydın-TÜRKİYE. e-posta: egzo426@gmail.com (ORCID: 0000-0003-4565-8300)

**** Arş. Gör., Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Genel Psikoloji A.B.D., Erzincan-TÜRKİYE. e-posta: feyzakarsli.24@gmail.com (ORCID: 0000-0003-2548-7436)

***** Dr. Öğr. Üyesi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Gelişim Psikolojisi A.B.D., Aydın-TÜRKİYE. e-posta: mehmetsakiroglu@gmail.com (ORCID: 0000-0001-8990-621X)

Kaynakça Gösterimi: Akhunlar Turgut, M. N., Sariot Ertürk, Ö., Karşlı, F., & Şakiroğlu, M. (2020). Algılanan stres ve üniversite yaşamına uyum ilişkisinde bir aracı değişken: Ayrılık anksiyetesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(2), 338-353. doi: 10.16986/HUJE.2018044072

Citation Information: Akhunlar Turgut, M. N., Sariot Ertürk, Ö., Karşlı, F., & Şakiroğlu, M. (2020). A mediation variable in relation to perceived stres and adaptation to university life: Separation anxiety. *Hacettepe University Journal of Education*, 35(2), 338-353. doi: 10.16986/HUJE.2018044072

1. GİRİŞ

Günümüz toplumları hızla değişmekte ve gelişmektedir. Değişen toplumda, bireyin kendisinden ve çevresinden beklentileri farklılaşmaktadır. Farklılaşan beklentiler bireylerin uyum sağlamada problemler yaşamalarına yol açmaktadır. Bu durum da zaman içinde aile, okul, arkadaş grubu vb. içinde bireylerin uyum problemlerini belirleyerek çözüm bulmaları ihtiyaç hâline gelmiştir. Yaşam, canlı varlığın sürekli olarak çevresine uyum sağlama çabasıdır. Uyum dinamik bir süreçtir ve bireyin çevresinde yer alan değişikliklere karşı geliştirdiği tepkilerle sağlanır (Geçtan, 1995). Örneğin üniversiteye yeni başlayan bir öğrencinin adaptasyon sağlayamaması halinde, oldukça yıprandığı (Gerdes & Mallinckrodt, 1994) veya okulu bırakma kararı (Buote, Pancer, Pratt, Adams, Birnie-Lefcovitch, Polivy, & Wintre, 2007) alabildiğini görülmektedir.

Uyum, bireyin kendi iç dünyası ve çevresinde oluşan değerler, inanç ve kurallar arasında kurduğu denge olarak tanımlanmaktadır (Turhan, 1983). Diğer bir tanımda ise uyum, günlük yaşam sıkıntılarıyla baş edebilme ve dengeli şekilde sorunları yönetebilmenin psikolojik bir sürecidir (Santrock, 2006). Uyum süreci, bireylerin her türlü gereksinimlerini karşılama güdülerini sırasında karşılaşacağı engellerin üstesinden gelmek adına çeşitli çabaları içermektedir (Erdoğan ve diğerleri, 2005). Ayrıca, uyum süreci bireyin psikolojik, fiziksel ve sosyal olmak üzere çok yönlü etkileşimini içermektedir (Crow & Graham, 1973). Zaman içinde değişen yaşam koşulları ve toplumsal olaylar gibi dinamik süreçler bireylerin çok yönlü etkileşimi içeren uyum süreçlerini etkileyebilmektedir.

Değişen yaşam koşulları çocukluktan itibaren hayatın her evresinde görülmektedir. Bu değişikliklerden en sık görülenlerinden birinin üniversiteye başlamak ve başka bir şehre yerleşmek olduğu söylenebilir. Üniversite, bireyin yaşamında değişim gerektirdiğinden uyum sağlanmaya çalışılan bir dönem olarak ifade edilebilmekte ve bireyin karmaşa yaşadığı, ergenlik dönemine denk gelmektedir. Ergenliğin getirdiği karmaşaların yanında üniversiteye başlamakla birlikte evden ve aileden ayrılma, arkadaş ve grup seçimi, bir meslek elemanı olma yolunda ilerleme ve iş bulmaya ilişkin belirsizlikler söz konusu olabilmektedir (Arı, 1989; Fisher ve Hood, 1987; Özdel, Bostancı, Özdel ve Oğuzhanoglu, 2002; Özgüven, 1992; Tinto, 1975). Benlik oluşturma yolunda ilerleyen ergenlerin toplumsal olarak görev ve sorumluluklarının arttığı görülmekle birlikte, aileden uzaklaşma, gerilimler ve duygusal çatışmaların sık oluşabildiği görülmektedir (Geçtan, 1993; Konopka, 1973). Ergenlikten yetişkinliğe doğru geçişe başlanan bu dönemin karmaşalarından biri olan erkeklik ve kadınlık rollerine (toplumsal cinsiyet rolleri) ne kadar sahip olunduğunun da problem çözme becerileri ile pozitif ilişkisi ilk yıl üniversite öğrencilerinde bulunmuştur (Dyson & Renk, 2006). Bunların yanı sıra ergenlikle beraber ortaya çıkan kimlik geliştirme ihtiyacına paralel kişilerarası çatışmalar (Fisher&Hood, 1987) ve yalnızlık duygusu (Brooks & DuBois, 1970) da üniversiteye uyumu zorlaştıran faktörlerdendir. Bu süreçte oluşan, ergen, çevre ve akranlar arasındaki etkileşim çok yönlü uyumu gerektirebilmekte ve yaşanan gerilimlerin üstesinden gelebilmek için bilişsel uyumu sağlamaya çalışabilmektedir (Crow & Graham, 1973).

Birçok yönden belirsizlik ve karmaşayla birlikte, duygu ve düşünceleri de yoğun olarak etkileyen üniversiteye uyum sürecinin, alan yazında, üniversite ortamına, akademik, sosyal, duygusal, kişisel ve karşı cinsle ilişkilerde uyum olarak gruplandığı görülmektedir (Baker, McNeil & Siryk, 1985; Baker & Siryk, 1984; Gerdes & Mallinckrodt, 1994). Bu bağlamda uyumun alt boyutları ele alındığında; sosyal uyum ev veya yurt arkadaşıyla ilişkiyi, arkadaş gruplarıyla yapılan çeşitli aktivitelerde yürütülen ilişkileri, üniversite personeli ve öğretim elemanları gibi yetkililerle kurulan ve yürütülen ilişkileri kapsamakta (Baker, McNeil & Siryk, 1985) ve öğrenciye yönelik sosyal destek ağı, elde edilen yeni sosyal özgürlükler ve bunların bütünleşmesini içermektedir (Mallinckrodt, 1988). Karşı cinsle kurulan ilişkilerde ise, diğerleriyle birebir kurulan ilişkileri ve romantik partner ilişkilerini etkilediği için bireyin üniversite ortamına uyum sağlamasında önemli bir rol oynamaktadır (Karahan, Sardoğan, Özkamalı ve Dicle, 2005). Akademik uyum incelendiğinde, bu tür uyumun öğrencinin üniversite yaşamına uyum sürecinde öğrenmeye güdülenme, eğitim programının ödev ve sorumluluklarını yerine getirme eğilimi, akademik hedefler belirleme ve akademik yaşantılardan doyum sağlama şeklinde çeşitli öğeleri içerdiği görülmektedir (Baker & Siryk, 1984). Duygusal uyumun içeriğinde ise bireyin sosyal çevresi ile kurduğu olumlu ilişkiler, hobiler ve sosyal etkinliklere katılım gibi faaliyetler yer almaktadır. Bu faaliyetler ile bireyin kendisini duygusal yönden iyi hissetmesi ve duygusal uyum göstermesi sağlanabilmektedir (Gardner, Johnson, Yudkin, Bowler, Hockley, Mutch & Wariyar, 2004). Son olarak, kişisel uyum, duygusal uyumu doğrudan etkilemekte, bireyin duygusal uyumunu güçlendirmekte veya zayıflatmakta etkin bir rol oynadığı görülmektedir. Al-Saharideh ve Goe (1998)'e göre uyum; öğrencilerin üniversite ortamının zorluklarıyla baş etmeyi öğrendikçe zamanla ortaya çıkan bir geçiş sürecini temsil edebilmektedir. Bu kapsamda kişisel uyum, bireyin yeni girdiği sosyal ortamda, sahip olduğu duygusal özelliklerden güç alarak karşılaşacağı zorluklar karşısında ne düzeyde başa çıkma kaynaklarını doğru bir şekilde kullanabildiği ile ifade edilebilir.

Üniversiteye uyum sürecinin farklı boyutlarda görülmesinin yanı sıra bu durum her birey için aynı karmaşıklık ve zorlukta yaşanmamaktadır. Bazı bireyler bu sürece daha çabuk ve kolay adapte olurken bazıları ise bu süreçte zorlanabilmektedir. Üniversiteye yeni başlayan ve başka bir şehirde öğrenimine devam eden öğrenciler, aile ve yakın arkadaşlarından uzaklaşmakta, yabancı çevreye en kısa sürede ve bireysel potansiyellerini de en üst düzeyde kullanarak uyum sağlamak ve sürdürmek zorunda kalmaktadırlar (Karahana ve diğerleri, 2005). Öğrencilerin, farklı demografik özellikleri (Aladağ-Bayrak, Bülbül, 2013; Aktaş, 1997; Mercan ve Yıldız, 2011; Öztemel, 2010; Tinto, 1997), aile yapısı (Feenstra, Banyard, Rines & Hopkins, 2001), annenin ve babanın eğitim düzeyi, üniversite yaşamını sevme durumu (Özkan ve Yılmaz, 2010), sosyal ve kültürel etkinliklere katılmada sorun yaşama, (Karahana vd., 2005; Özkan ve Yılmaz, 2010), akademik ve sosyal alanlardaki geçmiş deneyimleri (Chen & Peng, 2008), akranlarıyla yaşanan düşünce farklılıkları çatışmaları (Dusek, 1987; Thomas, 2002), akademik öz yeterlik algısı, benlik saygısı (Chen & Peng, 2008), olgunluk düzeyi, motivasyonu, depresyon ve stres düzeyi (Allen, Robbins, Casillas & Oh, 2008; Napoli & Wortman, 1998) gibi kişisel özellikleri, üniversitedeki öğrenci topluluklarına ve sosyal aktivitelere katılımı, oda arkadaşı, sınıf arkadaşı, öğretim elemanları, okul yöneticileri ve üniversitenin diğer çalışanları gibi kişilerle etkileşimi (Aypay, Aypay ve Demirhan, 2009; Bülbül, 2012; Chen & Peng, 2008; Terenzini, Lorang & Pascarella, 1981; Tinto, 1997), akademik performansı, eğitimsel beklentileri ya da kariyer beklentileri (Jackson, Pancer, Pratt & Hunsberger, 2000; Larose & Boivin, 1998; Paul & Brier, 2001; Tinto, 1997), öğrenim gördüğü okulun özellikleri, olanakları ve yapısal düzenlemeleri (Pascarella, Smart & Ethington, 1986; Tinto, 1997); öğrencilerin baskın ben durumları (Arı, 1989), yardım arama, içsel motivasyon, kendine saygı, algılanan stres (Petersen, Louw & Dumont, 2009) gibi birçok psikolojik faktörler üniversite yaşamına uyumlarını etkilemektedir.

İnsanoğlu için değişimin olduğu yerde adaptasyon ihtiyacı belirir ve dolayısıyla bu adaptasyonun gerçekleşmesi bireylerin enerjilerini absorbe edeceğinden dolayı stres duygusu ile karşı karşıya kalmalarına neden olabilir. Stres genel olarak, birey ve çevre arasındaki etkileşim ele alındığında, kişinin uyumunu tehlikeye düşüren, bireyin kaynaklarını yetersiz kılan ve zorlayan yoğun çevresel talepler olarak tanımlanmaktadır (Folkman & Lazarus; 1986). Stres, anksiyeteye tepki olarak ortaya çıkabilir (Beokmann Murry & Proctor Zentner, 1989; Lamontagne, RewMason, Hepworth, 1985). Bireylerin iç dünyasından veya çevresel baskılardan algıladığı tehdit, korku ve gerginlik durumunu arttırmaktadır. Dolayısıyla anksiyete, bireyin biyolojik, duygusal veya benliğin bütünlüğüne yönelik algılanabilmektedir. Bu anlamda, üniversiteye başlamak bireyin hem iç hem de dış dünyasında değişimi getirebilmektedir (Kum, 1977; Öktem, 1981; Sims & Snaith, 1988). Örneğin, aileden uzaklaşıp yeni bir şehre alışmak, bir mesleki kimlikle tanışmak ve yeni sınıf arkadaşları edinmek gibi hayli değişim içeren yeni yaşam deneyimlerinin edinilmesini sağlamakta ve dolayısıyla bu yaşam deneyimleri stres içerebilmektedir. Bu nedenle yeni başlayanlar için algılanan stres üniversiteye uyumda önemli bir etkidir (Chau & Saravia, 2016; Fisher & Hood, 1988; Levitz & Noel, 1989; Luo, 1990; Petersen et. al, 2009; Thurber & Walton 2012). Thurber ve Walton (2012), üniversitede ilk yılını geçiren gençlerin yaşadığı aile özleminin belli bağlanma dinamiklerini tetiklediği ve kişilerin kaygı, depresyon, içe çekilme ve odaklanma güçlükleri yaşadıkları belirtilmiştir. Diğer bir çalışmada, İngiltere üniversitelerinde ilk yılını geçiren Çinli öğrencilerdeki ev özleminin yaygın bir psikolojik tepki olduğu belirtilmiş ve üniversiteye uyum ile ev özlemi arasındaki güçlü ilişki gösterilmiştir (Luo, 1990). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres hem tek başına hem de diğer faktörler ile etkileşim halinde üniversite uyumunu etkileyebilmektedir (Bojuwoye, 2002). Stres, bedensel ve ruhsal sınırların tehdit edilmesi ve zorlanması ile ortaya çıkan içe dönük bir tepki, bireyin fiziki ve sosyal çevredeki uyumsuz koşullar nedeniyle üzerinde hissettiği baskı, gerginlik ve ruhsal gerilim olarak görülmektedir (Deniz ve Yılmaz, 2005; Durna, 2006; Güçlü, 2001). Stres, bireyin fiziksel ve sosyal çevreden gelen uyum bozucu koşullar nedeniyle, bedensel ve psikolojik sınırlarının ötesinde çaba harcamasına neden olmaktadır (Cüceleoğlu, 1993). Uyum sağlanması gereken değişimin miktarı arttıkça algılanan stres miktarının da artması beklenebilir. Ailesinden, şehirden, bazı eski alışkanlıklarından, arkadaşlarından ve hatta evinden ayrılan gencin yaşadığı stres miktarı ile üniversiteye uyumu arasında ilişki bulunmaktadır (Buote et. al, 2007; Chau & Saravia, 2016; Petersen et. al, 2009; Wintre, Knoll, Pancer, Pratt & Polivy, 2008).

Üniversite öğrencileri birçok alanda stres yaşamakta olup özellikle üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin yaşadıkları stres kaynakları arasında, ev ve arkadaşlara duyulan özlem (Sevinç, 2010; Paul & Brier, 2001), depresyon gibi psikolojik sıkıntılar ve kişilerarası çatışma (Fisher & Hood, 1987), akademik not ortalamalarının düşmesi (Levitz & Noel, 1989), öğrenim gördüğü okulun türü ve sahip oldukları yakın arkadaş sayısı (Durna, 2006), beklediklerini bulamama, düşündüklerini gerçekleştirilememesi, yerleştirildikleri bölümü benimseyememe (Temel, Bahadır ve Çuhadır, 2007) ve yalnızlık hissi (Brooks & DuBois, 1970; Cutrona, 1982) olduğu görülmektedir. Bir çok alanda yaşanması muhtemel olan stres kaynakları nedeniyle çok yönlü uyumun sağlanması ile stresle başa çıkılabileceği (Aspinwall & Taylor, 1992; Van Rooijen, 1986) ve bu durumla ilişkili olarak akademik motivasyonun ve akademik performansın (Sharma, 1973; tinto; 1988; Zitzow, 1984) da artabileceği, aynı zamanda üniversite öğrencilerinin duygusal zeka yetenekleri ile stresle başa çıkabilme konusunda bir ilişkinin olması ve bu kapsamda uyumu kolaylaştırmaya katkı sağladığı da (Deniz ve Yılmaz, 2005) görülmektedir. Bu problemler özellikle üniversiteye devam etmek için evden ayrılan öğrencilerde yaşam koşullarının değişim miktarının evden ayrılmayanlara oranla daha çok olduğu düşünülürse daha da belirginleşebilir.

Üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinden, kardeşlerinden, arkadaşlarından ayrılmış olmalarının stres düzeylerini arttırdığı belirtilmektedir (Buote et. al, 2007; Wintre et. al., 2008). Üniversitenin ilk yılında, öğrencilerinin büyük çoğunluğunun yüksek düzeyde yalnızlık (Cutrona, 1982) ve ev özlemi (Fisher & Hood, 1988) yaşadığı, pek çoğunun akademik olarak zorlandığı (Levitz & Noel, 1989) sonucuna ulaşılmıştır. Bu belirtiler sonucunda öğrencilerin bir kısmı da üniversitenin ilk yıllarında sağlık problemleri ve duygusal problemler yaşayabilmektedir (Fisher & Hood, 1987). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, orta ve yüksek miktarda depresyon, kaygı ve stres puanları sırasıyla %27.1, 47.1 ve 27 olarak bulunmuş ve birinci sınıf

öğrencilerinde bu oranın diğerlerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu gösterilmiştir. Öğrencilerin duygusal sorun yaşamalarında en çok görülen etkenler, ilk yılı geçiriyor olmak, kadın olmak ve bölümünden memnun olmamak şeklindedir (Bayram ve Bilgel, 2008). Birinci sınıf üniversite öğrencileri ile yapılan bir diğer çalışmada, sağlık sorunlarında diğer yıllara oranla artış gösterilirken, mükemmeliyetçiliğin bu sağlık sorunlarını daha da arttırdığı bulunmuştur (Pritchard, Wilson, & Yamnitz, 2007).

Üniversite ilk yılı deneyiminin fiziksel ve ruhsal sağlığı zorlayabilecek düzeyde strese yol açmasının çeşitli nedenleri olabilir. Alan yazındaki çeşitli çalışmalarda evden, yaşadığın şehirden ayrılmanın bir stres faktörü olduğu, bireylerde kaygı düzeyini arttırdığı ve eve, aileye, memlekete özlem yaşamanın, yine bu kişilerin ilk yılları olması nedeniyle yabancı oldukları yeni bir ortama girmenin beraberinde getirdiği kendini ifade edememe, çekingenlik ve yalnızlık duyguları içerisinde olmalarının uyum sürecini bozabildiği görülmektedir (Buote et. al., 2007; Fisher & Hood, 1988; Paul & Brier, 2001; Sevinç, 2010; Şahin ve Tunçel, 2008; Wintre et. al, 2008). Bireylerin çoğunlukla ilk kez ailelerinden uzun bir süre ayrı kalmaları durumu, işlevselliklerini ve çevresel uyumlarının bozulmasına ve kaygı düzeylerinin artmasına yol açabilmektedir (Fisher & Hood, 1988; Paul & Brier, 2001). Kaygı bozukluklarının bir türü olan ayrılık anksiyetesi, kişinin anne ya da bakım verenden ayrılma durumunda veya ayrılma beklentisinde anksiyete yaşaması halidir. Ayrılık anksiyetesinin uzun sürmesi, şiddetli ve gelişimsel açıdan uygunsuz olması ya da işlevselliği bozması durumunda, bireye Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu (AAB) tanısı konulmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Manicavasagar ve arkadaşları (1997, 2000) çocukluk AAB'sinin yetişkinliğe uzandığını saptamıştır. Bazı çalışmalar da ise ayrılma anksiyetesinin yetişkinlikte sanıldığından daha yaygın olarak görüldüğü sonucuna ulaşılmıştır (Cyranowski, Shear, Rucci, Fagiolini, Frank, Grochocinski, Kupfer, Banti, Armani & Cassano, 2002; Shear, Jin, Ruscio, Walters & Kessler, 2006; Silove, Marnane, Wagner, Manicavasagar & Rees, 2010).

1.1. Problem Durumu

Alanyazın belirtilen boşluklar bağlamında değerlendirildiğinde, üniversitenin ilk yıllarında ailesinden, şehirden, bazı eski alışkanlıklarından, arkadaşlarından ve hatta evinden ayrılan gencin ev özlemi ve ayrılık anksiyetesi yaşayabileceği ve bu ayrılık anksiyetesi nedeniyle algıladığı stres miktarının artacağı bu durumun da üniversiteye uyumu zorlaştırabileceği öngörülebilir. Araştırmalara bakıldığında, ilk yılda sosyal desteğin önemli olduğu ve akademik başarıyla ilişkili olduğu görülmektedir (Fisher, Cavanagh & Bowles, 2009). Yapılan çalışmalarda, ailesinden ayrılarak farklı bir şehirde üniversiteye başlayan öğrencilerde yalnızlık (Sevinç ve Gizir, 2014; Karahan vd, 2005), ev özlemi (Fisher & Hood, 1988; Luo, 1990), bulunduğu kente uyum sağlayamama (Sevinç ve Gizir, 2014) gibi faktörlerin üniversiteye uyumu zorlaştırdığı görülmektedir. Bu açıdan bakıldığında, ayrılık anksiyetesinin, üniversite öğrencilerinin adaptasyon sürecinde bir rolünün olabileceği düşünülmektedir.

Üniversiteye adaptasyon, algılanan stres ve genel sağlık durumu ilişkisini araştırmak için Peru'da gerçekleştirilen bir çalışmada algılanan stresle üniversite adaptasyonu arasında anlamlı ilişki bulunmasının yanı sıra, algılanan stresin üniversiteye adaptasyon ve sağlık durumu arasında tam aracılık rolü tespit edilmiştir (Chau & Saravia, 2016). Ergenlik döneminde evden ayrılan ve yoğun ev özlemi yaşayan üniversite öğrencilerinin (Luo, 1990) algıladıkları stres miktarı hem genel sağlık durumları ile hem de üniversiteye uyumları ile ilişkili bulunmuştur (Chau & Saravia, 2016). Çalışmalar bir arada düşünüldüğünde, ergenlik döneminde evden ayrılan ve yoğun ev özlemi yaşayan üniversite öğrencilerinin (Luo, 1990) algıladıkları stres miktarı, hem genel sağlık durumları ile hem de üniversiteye uyumları ile ilişkili olduğunu gösterebilmektedir (Chau & Saravia, 2016).

1.2. Araştırmanın Amacı

Alanyazında genellikle stresin, üniversite uyumuna etkisi incelenmekte olup ayrılık anksiyetesinin bu değişkenlerle olan ilişkisinin ihmal edildiği düşünülmektedir. Tüm bu değişimlerin yaratacağı stresin, üniversiteye uyum düzeyini düşürmesini engelleyebilmek adına, ayrılık anksiyetesiyle iyi baş etmenin koruyucu bir faktör olarak çalışması beklenebilir. Bu bağlamda, bu çalışmada üniversite birinci sınıf öğrencilerinin algıladıkları stres düzeyi ile üniversite yaşamına uyumu arasındaki ilişkide ayrılık anksiyetesi belirtilerinin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca, üniversite yaşamına uyum ölçeğinin alt boyutları (karşı cinsle ilişkiler, duygusal uyum, akademik uyum, üniversite ortamına uyum, sosyal uyum ve kişisel uyum) ile algılanan stres arasındaki ilişkide ayrılık anksiyetesinin aracı rolünün incelenmesi planlanmaktadır.

1.3. Araştırma Problemi

Araştırmanın problemi "Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin algıladıkları stres düzeyi ile üniversite yaşamına uyumu arasındaki ilişkide ayrılık anksiyetesi belirtilerinin aracı rolü var mıdır?" şeklinde tanımlanmıştır.

1.3.1. Araştırmanın alt problemleri

Araştırmanın alt problemi ise aşağıdaki gibi belirlenmiştir;

1. Üniversite yaşamına uyum ölçeğinin alt boyutları (karşı cinsle ilişkiler, duygusal uyum, akademik uyum, üniversite ortamına uyum, sosyal uyum ve kişisel uyum) ile algılanan stres arasındaki ilişkide ayrılık anksiyetesinin aracı rolü var mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin üniversite yaşamına uyuma ilişkin puanları cinsiyetlerine göre farklılık göstermekte midir?

3. Üniversite öğrencilerinin üniversite yaşamına uyuma ilişkin puanları romantik ilişkilerinin olup olmamasına bağlı olarak değişmekte midir/farklılık göstermekte midir?

4. Üniversite öğrencilerinin üniversite yaşamına uyuma ilişkin puanları yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yere bağlı olarak farklılık göstermekte midir?

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Grubu

Araştırmanın katılımcıları kolaylıkla örnekleme yoluyla seçilmiştir (Erkuş, 2017). Örneklem, Ege Bölgesi'nde bulunan bir devlet üniversitesinin çeşitli bölümlerine devam eden 269 (86 erkek, 183 kadın) üniversite 1. sınıf öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 17-29 ve yaş ortalaması 20'dir (SS = 1.40).

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Üniversite yaşamı ölçeği

Üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin üniversite yaşamına uyum düzeylerini ölçmek için kullanılan ölçek, Aladağ ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin 48 maddesi bulunmaktadır. Ölçek, Üniversite Ortamına Uyum (12 madde) (Üniversitenin beklentilerine cevap vereceğini düşünüyorum), Duygusal Uyum (9madde) (Duygularımı anlamakta zorlanırım), Kişisel Uyum (7 madde) (Kendimi severim), Karşı Cinsle İlişkiler (7 madde) (Benimle kimsenin çıkmak istemeyeceğini düşünüyorum), Akademik Uyum (7 madde) (Derslerde işlenen konuları anlamakta zorluk çekiyorum) ve Sosyal Uyum (6 madde) (Kendimi yalnız hissedirim) olmak üzere 6 alt boyuttan oluşmaktadır. 7'li likert tipindeki ölçek 1 (bana hiç uygun değil) ve 7 (bana tamamen uygun) arasındaki derecelendirmelere dayanan bir öz bildirim ölçeğidir. Tüm maddelerden alınan puanlar toplanarak üniversite yaşamına uyum puanı elde edilebilen ölçekten ve alt boyutlarından alınan puanlardaki yükselme üniversite yaşamına uyumun artışı göstermektedir. Aladağ, Kağnıcı, Tuna ve Tezer (2003) ölçeğin varyansın %40.6'sını açıklayan 6 faktörlü yapısı olduğunu ortaya koyarak ölçeğin yapı geçerliğine sahip olduğunu göstermişlerdir. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlık katsayıları .60 ile .80 arasında değişmektedir. İç tutarlık katsayısı, Üniversite Ortamına Uyum alt boyutu için .80, Duygusal Uyum alt boyutu için .79, Kişisel Uyum alt boyutu için .76, Karşı Cinsle İlişkiler alt boyutu için .73, Akademik Uyum alt boyutu için .70, Sosyal Uyum alt boyutu için .63 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin tümü için iç tutarlık katsayısı .91 olarak rapor edilmiştir (Aladağ, Kağnıcı, Tuna ve Tezer, 2003). Bu çalışmada ise ölçeğin alt boyutları için iç tutarlık katsayılarının .57 ile .79 arasında değiştiği görülmüştür. İç tutarlık katsayısı Üniversite Ortamına Uyum alt boyutu için .76, Duygusal Uyum alt boyutu için .72, Kişisel Uyum alt boyutu için .79, Karşı Cinsle İlişkiler alt boyutu için .69, Akademik Uyum alt boyutu için .69, Sosyal Uyum alt boyutu için .57, ölçeğin tümü için .90 olarak hesaplanmıştır.

2.2.2. Yetişkin ayrılma anksiyetesi anketi

Manicavasagar ve arkadaşları (2003), bu anketi yetişkinlerin yakınlarından ayrı kalmakla ilişkili duydukları kaygı belirtilerini değerlendirmek için geliştirmişlerdir. 27 maddesi bulunan anket (Evinizden uzakta olmayla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördünüz mü?, İnsanları yakınızdaki tutmak için çok fazla konuştuğunuzu fark ettiğiniz oldu mu?), 0 (hiç hissetmedim) ve 3 (çok sık hissettim) arasında derecelendirilen, 4'lü Likert tipinde bir öz bildirim ölçüm aracıdır. Diriöz ve arkadaşları tarafından (2011) Türkçeye uyarlanan anket, Türkiye örneklemeyle kullanılmaya uygun bulunmuştur. Alınan puanların yükselmesi artan ayrılık anksiyetesi düzeyine işaret etmektedir (Diriöz vd., 2011). Anketin Türkiye örnekleminde ayrılık anksiyetesi için olası kesme noktası 25 puan olarak belirlenmiştir. Uyarlanma sürecinde anketin, hasta grupları ayırt ettiği tesbit edilerek ayırt edici geçerliği, faktör analizine göre varyansın %59.43'ünü açıklayan 3 faktörlü yapısıyla yapı geçerliği olduğu ortaya konmuştur. Anketin orijinal formu için iç tutarlık katsayısı .95 (Manicavasagar et. al, 2003) olarak hesaplanırken, Türkiye örnekleme için .93 (Diriöz vd., 2011) olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçek için hesaplanan iç tutarlık katsayısı .85'tir.

2.2.3. Algılanan stres ölçeği

Kişinin stres anlarındaki stres derecesini ölçmek amacıyla, Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilen ölçeğin orijinal formu 14 maddeden oluşmaktadır. 2013 yılında Eskin ve arkadaşları tarafından Türkçeye uyarlanan ölçeğin yetersiz öz yeterlik (4 madde) ve stres/rahatsızlık algısı (6 madde) şeklinde iki boyuttan oluşan 10 maddelik (Geçen ay, beklenmedik bir şeylerin olması nedeniyle ne sıklıkta rahatsızlık duyduunuz, Geçen ay, hayatınızdaki zorlukları ne sıklıkta kontrol edebildiniz?) bir formu oluşturulmuştur. Bu çalışmada kullanılan 10 maddelik formun maddeleri katılımcılar tarafından 0 (hiçbir zaman) ile 4 (çok sık) arasında değerlendirilmekte ve ölçekten alınabilecek puan 0-40 arasında değişmektedir (Eskin vd., 2013). Ölçekten alınan yüksek puanlar katılımcıların daha yüksek düzeyde stres algıladığına işaret etmektedir. Ölçekten alınan puanların yaşam olayları ve depresyon puanlarıyla olan korelasyonu eş zamanlı geçerliği olduğu ortaya koyulurken, uygulanan faktör analizi sonucu ölçeğin varyansın %54.6'sını açıklayan üç faktörlü yapısıyla yapı geçerliği olduğu gösterilmiştir (Eskin vd., 2013). Aynı çalışmada ölçek için hesaplanan iç tutarlık değeri .82'dir. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlık kat sayısı .75 olarak hesaplanmıştır.

2.3. İşlem

Veriler, ders saatlerinde ilgili öğretim üyesinden izin alınarak toplanmıştır. Katılımcılar, onam formu aracılığıyla verilerin gizliliği, gönüllülük ve araştırma konusu hakkında bilgilendirilmiştir. Onam formunda belirtilen noktaları kabul eden katılımcılar ilgili ölçek formlarını doldurarak araştırmaya katılmıştır.

2.4. Verilerin Analizi

Veriler, SPSS 20.0 (Statistical Package for Social Sciences) aracılığıyla test edilmiştir. Öğrencilerin cinsiyetine, romantik ilişkisi olup olmamasına ve yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yere bağlı olarak üniversite yaşamına gösterdikleri uyum düzeyleri t-test ve ANOVA ile test edilmiştir. Ayrılık anksiyetesinin, algılanan stres ve üniversite yaşamına uyum arasındaki ilişkideki aracı değişken rolü, Hayes (2013)'in SPSS için önerdiği regresyon temelli "PROCESS for SPSS 2.16.1" ek programı kullanılarak basit aracı değişken modeliyle test edilmiştir. Basit aracı değişken modeliyle incelenen dolaylı etkilerin anlamlılığını test etmek için Bootstrap (5000 kişilik) yöntemi kullanılmıştır (Preacher & Hayes, 2008). Araştırma deseni analizlerine geçilmeden t-test, ANOVA ve çoklu regresyon varsayımları ön analizlerle test edilmiştir.

3. BULGULAR

3.1. Ön Analizler

Verilerin analizinde kullanılması planlanan tüm analizler parametrik testlerdir. Tüm parametrik test uygulanacak verileri normal dağılım ve varyansların homojenliği varsayımlarını karşılaması gerekmektedir (Field, 2009).

Tablo 1.

Basıklık – Çarpıklık Değerleri

	N	Basıklık Değeri	Çarpıklık Değeri
Algılanan Stres	268	-.42	.02
Ayrılık Anksiyetesi	268	-.22	.08
Üniversite Yaşamına Uyum	267	-.59	.04
Üniversite Ortamına Uyum	267	-.64	.07
Duygusal Uyum	267	-.25	.05
Kişisel Uyum	267	-.49	-.45
Karşı Cinsle İlişki Uyumu	267	-.56	-.07
Akademik Uyum	267	-.35	-.16
Sosyal Uyum	267	-.66	-.24

Çalışma değişkenlerinin dağılımı basıklık, çarpıklık (Tabachnick & Fidell, 2001) değerleri aracılığıyla incelenmiştir. Basıklık, çarpıklık değerlerinin 0'a yakınlığı normal dağılıma işaret ederken (Field, 2009), çalışma verisiyle değişkenler için hesaplanan basıklık değerlerinin -.64 ile -.22 arasında, çarpıklık değerlerinin ise .08 ile -.45 arasında değiştiği görülmüştür. Sonuçlar verinin normal dağıldığını göstermektedir ve Tablo1'de gösterilmiştir.

Tablo 2.

Varyansların homojenliği (Levene's) testi sonuçları

Sınıf Düzeyleri	Cinsiyet		Romantik İlişki		Yaşam Yeri	
	Levene	Sig.	Levene	Sig.	Levene	Sig.
Üniversite Yaşamına Uyum	.37	.54	.10	.75	.13	.94
Üniversite Ortamına Uyum	.82	.37	.06	.81	1.44	.23
Duygusal Uyum	.02	.87	1.89	.17	1.40	.24
Kişisel Uyum	2.04	.15	.01	.90	2.23	.08
Karşı Cinsle İlişki Uyumu	5.17	.02	.41	.52	.54	.66
Akademik Uyum	.05	.83	2.16	.14	.17	.91
Sosyal Uyum	6.44	.01	2.55	.11	.78	.51

Varyansların homojenliği t-test ve ANOVA'nın diğer varsayımıdır ve bağımlı değişken varyanslarının bağımlı değişkenin her bir seviyesinde homojen olması durumuyla sağlanır (Field, 2009). Cinsiyet, romantik ilişkinin olup olmaması ve en uzun süre yaşanan yer değişkenlerine bağlı olarak üniversite uyum ölçeğinden elde edilen puanlar için Levene's testiyle varyansların homojenliği test edilmiştir. Karşı cinsle ilişkilerde uyum ve sosyal uyum değişkenlerinin cinsiyet değişkenine bağlı değerlendirildiğinde varyanslarının homojen dağılmadığı homojenliğin, verinin kare (square) komutuyla dönüştürüldüğünde varyans homojenliğinin sağlandığı görülmüş ve bu analizlere dönüştürülmüş veriyle devam edilmiştir. Tüm değişkenler için Tablo 2'de özetlenen test sonuçları çalışma verilerinin varyans homojenliği varsayımını karşıladığını göstermektedir ($p > .05$).

Çoklu regresyon analizi için veride eş varyanslılık (homoscedasticity), doğrusallık (linearity) çoklu bağlantı (multicollinearity), bağımsız hatalar (independent errors), normal dağılıma sahip hata değeri (normally distributed errors) varsayımlarının karşılanması beklenmektedir (Field, 2009).

Eş varyanslılık varsayımı, varyansın tüm bağımsız değişken düzeylerinde sabit olmasıdır ve normal dağılımla ilişkilidir (Tabachnick & Fidell, 2001). Bu varsayımı sağlayan veriler için, yordayıcı ve sonuç değişkenleri arasındaki ilişkinin doğrusal olmasıyla açıklanan doğrusallık varsayımlarının da karşıladığını söylemek mümkündür (Field, 2009). Bağımsız değişkenlerin tüm düzeyleri için yapılan ZRESID*ZPRED testi sonuçları varsayımın karşıladığını göstermiştir.

Bağımsız değişkenler arasında doğrusal bir ilişki bulunmamasıyla açıklanan çoklu bağlantı varsayımı (Williams, Grajales & Kurkiewicz, 2013) test edilmiştir. Test sonuçlarına göre iki değişken için de VIF (Variance Inflation Factor) değeri 1.09'dur ve değerlerin 10'un altında olduğu görülmüştür. Buna bağlı olarak çoklu bağlantı varsayımının karşılandığı sonucuna varılmıştır (Field, 2009).

Bağımsız hatalar varsayımı artık değerler arasında ilişki olmaması durumunda karşılanmaktadır (Field, 2009). Durbin-Watson testiyle değerlendirilen varsayım, Durbin-Watson değerinin 1 ile 3 arasında olması durumunda karşılanmaktadır (Field, 2009). Veri setine uygulanan test sonuçları araştırma değişkenleri için Durbin-Watson değerinin 2.13 olduğu ve bağımsız hatalar varsayımını karşıladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma modelinde yer alan artık değerlerin rastgele ve normal dağılıma sahip olması, normal dağılıma sahip hata değerleri varsayımının beklentisidir (Field, 2009). Bu varsayım için değişkenlerin gözlenen ve beklenen artık değerleriyle oluşturulan P-P Plot grafikleri incelendiğinde, normal dağılıma sahip oldukları görülmüştür. Normal dağılıma sahip hata değeri varsayımının karşılandığı sonucuna varılmıştır.

Tablo 3.

Araştırma değişkenleri için korelasyon, ortalama ve standart sapma değerleri

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Algılanan Stres	--								
2. Ayrılık Anksiyetesi	.30*	--							
Üniversiteye Uyum									
3. Üniversite Yaşamına Uyum	-.33*	-.30*	--						
4. Üniversite Ortamına Uyum	-.18	-.15*	.71*	--					
5. Duygusal Uyum	-.35*	-.38*	.73*	.29*	--				
6. Kişisel Uyum	-.21*	-.09	.67*	.41*	.34*	--			
7. Karşı Cinsle İlişkilerde Uyum	-.26*	-.23*	.72*	.32*	.50*	.44*	--		
8. Akademik Uyum	-.19*	-.25*	.70*	.36*	.48*	.29*	.48*	--	
9. Sosyal Uyum	-.20*	-.12*	.71*	.47*	.46*	.47*	.38*	.38*	--
Ortalama	19.18	61.58	226.31	55.35	37.99	37.34	32.99	31.28	31.34
Standart Sapma	5.89	14.46	34.52	10.78	9.20	7.03	7.85	7.65	5.98

Not: * $p < .05$

Çalışmanın ana değişkenleri için korelasyon, ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Korelasyon katsayıları -.38 ile .73 arasında değişmektedir. Tablo 3'de özetlenen sonuçlardan da anlaşıldığı gibi, korelasyon değerleri ayrılık anksiyetesi ve kişisel uyum arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($r = -.09$, $p > .05$). Bu ikili dışındaki tüm değişkenler istatistiksel olarak anlamlı ($p < .05$) bir ilişkiye sahiptir. Algılanan stres ve ayrılık anksiyetesi puanları arasında pozitif yönde anlamlı ($r = .30$, $p < .05$) bir ilişki bulunmaktadır. Bunun yanında, üniversite yaşamına uyuma ilişkin puanlar algılanan stres ($r = -.33$, $p < .05$) ve ayrılık anksiyetesiyle ($r = -.30$, $p < .05$) negatif yönde anlamlı ($p < .05$) bir ilişki göstermektedir. Üniversite Yaşamı Ölçeği'nden alınan toplam puan ve ölçeğin alt boyut puanlarıysa kendi aralarında pozitif yönde anlamlı ($p < .05$) ilişkiye sahiptir. Üniversite yaşamına uyum ve duygusal uyum arasındaki korelasyon kat sayısı .73 ($p < .05$) iken, üniversite ortamına uyum ve duygusal uyum arasındaki; ve kişisel uyum ve akademik uyum arasındaki korelasyon katsayıları .29 ($p < .05$) olarak bulunmuştur.

Tablo 4.

T-test ve ANOVA sonuçları için ortalama ve standart sapma değerleri

D	ÜYU		ÜOU		DU		KU		KÇİU		AU		SU	
	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS
C														
K	226.03	33.98	55.93	10.62	37.51	9.12	37.55	6.81	32.37	8.11	30.86	7.59	31.79	5.53
E	226.91	35.86	54.08	11.07	39.04	9.36	36.86	7.50	34.35	7.10	32.20	7.75	30.35	6.79
Rİ														
V	229.02	32.97	55.31	10.80	38.48	8.74	36.67	7.06	35.68	7.35	31.97	7.09	30.88	6.32
Y	224.92	35.08	55.49	10.69	37.68	9.53	37.74	6.96	31.44	7.63	30.88	7.98	31.67	5.73
YY														
K	222.90	33.67	54.69	10.54	37.66	10.42	37.18	6.24	31.84	7.90	29.78	7.45	31.72	5.72
İ	230.40	34.88	56.78	11.18	37.95	9.35	39.10	7.12	33.06	7.53	31.98	7.65	31.51	5.53
Ş	225.74	35.44	55.12	10.76	37.35	9.65	36.41	5.92	34.10	8.43	31.07	8.17	31.67	6.07
B.Ş	227.07	32.97	55.38	9.93	38.55	8.58	37.35	7.56	32.96	7.29	31.68	7.29	31.13	6.21

Not: D: Değişken, C: Cinsiyet, K: Kadın, E: Erkek, Rİ: Romantik İlişki, V: Var, Y: Yok, YY: Yaşam Yeri, K: Köy, İ: İlçe, Ş: Şehir, B.Ş.: Büyükşehir, ÜYU: Üniversite Yaşamına Uyum, ÜOU: Üniversite Ortamına Uyum, DU: Duygusal Uyum, KU: Kişisel Uyum, AU: Akademik Uyum, SU: Sosyal Uyum, KÇİU: Karşı Cinsle İlişkilerde Uyum

3.2. Cinsiyete, Romantik İlişkiye Sahip Olmaya ve Yaşamın Büyük Bölümünün Geçirildiği Yere Bağlı Farklılıklar

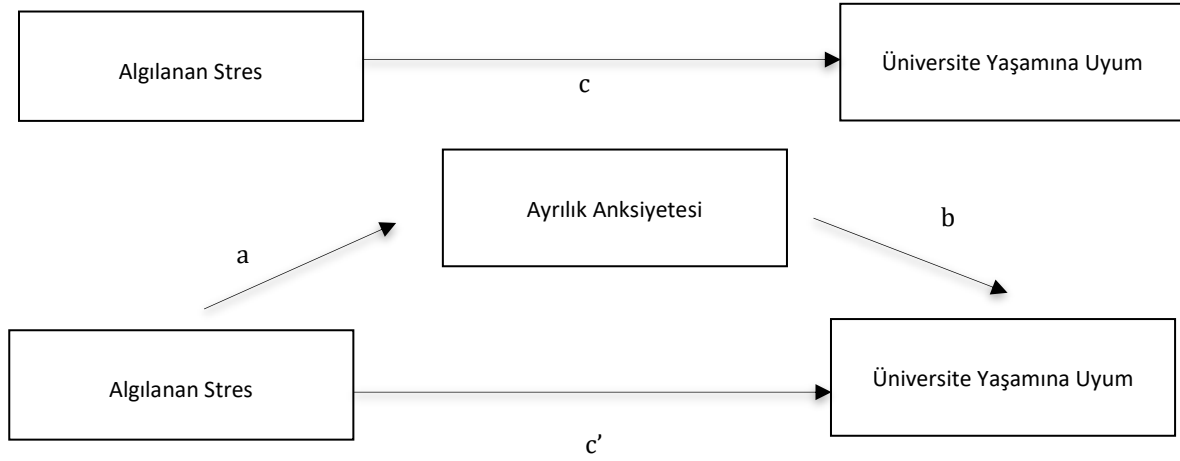
Üniversite öğrencilerinin üniversite yaşamına uyuma ilişkin puanlarında (ölçekten alınmış olan toplam puanların ve ölçeğin alt boyut puanlarının (Üniversite Yaşamına Uyum, Üniversite Ortamına Uyum, Duygusal Uyum, Kişisel Uyum, Karşı Cinsle İlişkilerde Uyum, Akademik Uyum, Sosyal Uyum) cinsiyete, romantik ilişkisi olup olmamasına ve yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yere göre anlamlı bir fark olup olmadığı t-test ve ANOVA analizleri kullanılarak test edilmiştir. Etki boyları ise t test sonuçları için korelasyon katsayısı (r), ANOVA sonuçları için eta kare (η^2) değerlerine (Field, 2009) göre belirlenmiştir. Cinsiyete göre yapılan t-test analizlerinde, üniversite yaşamına uyum ($t(265) = -.19, p > .05, r = 0.026$), üniversite ortamına uyum ($t(265) = 1.30, p > .05, r = 0.069$), duygusal uyum ($t(265) = -1.26, p > .05, r = 0.068$), kişisel uyum ($t(265) = .74, p > .05, r = 0.015$), karşı cinsle ilişkilerde uyum ($t(265) = -1.71, p > .05, r = 0.080$), akademik uyum ($t(265) = -1.32, p > .05, r = 0.070$), sosyal uyum ($t(265) = 1.53, p > .05, r = 0.075$) düzeylerinin küçük etki boyuyla, istatistiksel olarak anlamlı bir farka sahip olmadığı görülmüştür. Karşı cinsle ilişkilerdeki uyum ($t(262) = 4.39, p < .001$), romantik ilişkiye sahip olma değişkeni açısından farklılık göstermektedir ve küçük etki boyuna sahiptir ($r = 0.128$). Romantik ilişkisi olan öğrencilerin ($\bar{x} = 35.68, ss = 7.35$) karşı cinsle ilişkilerdeki uyum seviyesinin, romantik ilişkisi olmayanlardan ($\bar{x} = 31.44, ss = 7.63$) daha yüksek olduğu görülmüştür. Öğrencilerin üniversite ortamına uyum düzeyinde küçük etki boyuyla ($t(262) = -.12, p > .05, r = 0.021$), üniversite yaşamına uyum ($t(262) = .93, p > .05, r = 0.059$), duygusal uyum ($t(262) = .67, p > .05, r = 0.067$), kişisel uyum ($t(262) = -1.20, p > .05, r = 0.067$), akademik uyum ($t(262) = 1.12, p > .05, r = 0.065$) ve sosyal uyum düzeylerindeyse büyük etki boyuyla ($t(262) = -1.03, p > .05, r = 0.062$) romantik ilişkisi olma durumuna göre fark bulunmadığı görülmüştür. Yapılan ANOVA ile üniversite yaşamına uyum ($F(3, 260) = .38, p > .05, \eta^2 = 0.004$), üniversite ortamına uyum ($F(3, 260) = .38, p > .05, \eta^2 = 0.004$), duygusal uyum ($F(3, 260) = .24, p > .05, \eta^2 = 0.002$), kişisel uyum ($F(3, 260) = 1.68, p > .05, \eta^2 = 0.019$), karşı cinsle ilişkilerde uyum ($F(3, 260) = .68, p > .05, \eta^2 = 0.007$), akademik uyum ($F(3, 260) = .69, p > .05, \eta^2 = 0.007$), sosyal uyum ($F(3, 260) = .15, p > .05, \eta^2 = 0.001$) düzeylerinde küçük etki boyuyla yaşamın büyük bölümünün geçirildiği yere göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Analiz sonuçlarıyla ilgili ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 4'te özetlenmiştir.

Tablo 5.

Basit aracı değişken analizi sonuçları ve BCa GA (5000) değerleri

BsD	AD	BD	BsD -AD (a)	AD -BD (b)	BsD - BD (c')	Dolaylı Etki (a*b)	%95 BCa GA	Toplam Etki (c)
AS	AA							
		ÜYU	.73*	-.53*	-1.55*	-.39	-.717, -.154	-1.94*
		ÜOU	.73*	-.08	-.27**	-.06	-.151, .005	-.33*
		DU	.73*	-.19*	-.39*	-.14	-.242, -.077	-.53*
		KU	.73*	-.01	-.24*	-.01	-.071, .034	-.25*
		KÇİU	.73*	-.09**	-.28*	-.06	-.141, -.020	-.35*
		AU	.73*	-.11*	-.17**	-.08	-.153, .003	-.25*
		SU	.73*	-.03	-.18**	-.05	-.077, .019	-.20*

Not: BsD: Bağımsız Değişken, AD: Aracı Değişken, BD: Bağımlı Değişken, AS: Algılanan Stres, AA: Ayrılık Anksiyetesi, ÜYU: Üniversite Yaşamına Uyum, ÜOU: Üniversite Ortamına Uyum, DU: Duygusal Uyum, KU: Kişisel Uyum, KÇİU: Karşı Cinsle İlişkilerde Uyum AU: Akademik Uyum, SU: Sosyal Uyum, * $p < .001$, ** $p < .05$



Şekil 1. Araştırma ana modeli

3.3. Ayrılık Anksiyetesinin Algılanan Stres ve Üniversite Yaşamına Uyum Arasındaki Aracı Rolü

Algılanan stres ve üniversite yaşamına uyum arasındaki ilişkide ayrılık anksiyetesinin aracı rolü basit aracı değişken modeliyle (Hayes, 2013) test edilmiştir. Araştırma ana modeli Şekil 1'de gösterilmiştir. Ayrılık anksiyetesinin aracı rolü, araştırma ana modeli temelinde, Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği toplam puanı ve altı alt boyutu (üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, kişisel uyum, karşı cinsle ilişkilerde uyum, akademik uyum, sosyal uyum) için yedi farklı basit aracı değişken modeliyle test edilmiştir. Analizlerde, algılanan stres yordayıcı, üniversite yaşamına uyum ve altı alt boyut (Üniversite Yaşamına Uyum, Üniversite Ortamına Uyum, Duygusal Uyum, Kişisel Uyum, Akademik Uyum, Sosyal Uyum, Karşı Cinsle İlişkilerde Uyum) sonuç değişkeni, ayrılık anksiyetesi ise aracı değişken olarak yer almıştır. Aracılık testi, yordayıcı (bağımsız) değişkenin, aracı değişken üzerinden, sonuç (bağımlı) değişkeni üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlılığının incelenmesidir (Preacher & Hayes, 2008). Algılanan stresin dolaylı etkisi ($a*b$), algılanan stresin ayrılık anksiyetesi üzerindeki etkisi (a) ve ayrılık anksiyetesinin üniversite yaşamına uyum üzerindeki etkisine (b) bağlı hesaplanmıştır (Hayes, 2011). Algılanan stresin, üniversite yaşamına uyum üzerindeki toplam etki (c) ise algılanan stresin üniversite yaşamı üzerindeki doğrudan etkisiyle (c') dolaylı etkisinin toplamından edinilmiştir. Aracı değişken etkisinin anlamlılığı test edilirken Bootstrap (5000) yöntemi kullanılmıştır. Bootstrap %95 Bias-Corrected ve Accelerated (BCa) güven aralığı (GA) değerlerinin 0 (sıfır) içermiyor olması aracılık değişkeninin istatistiksel olarak anlamlı etkisi olduğunu göstermektedir (Preacher & Hayes, 2008). Regresyon temelli PROCESS programı aracılığıyla yapılan model testi sonuçları ve Bootstrap ile elde edilen %95 Bias-Corrected ve Accelerated (BCa) güven aralığı (GA) değerleri Tablo 5'de özetlenmiştir.

Algılanan stresin ayrılık anksiyetesi aracılığıyla, üniversite yaşamına uyum ($b = -0.39$, BCa GA [-.717, -.154]), duygusal uyum ($b = -0.14$, BCa GA [-.242, -.077]), karşı cinsle ilişkilerde uyum ($b = -0.06$, BCa GA [-.141, -.020]) ve sosyal uyum ($b = -.05$, BCa GA [-.077, -.019]). üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmaktadır. Algılanan stres, üniversite yaşamına uyumu ($b = -1.94$, $t = -5.72$, $p < .001$), duygusal uyumu $b = -0.53$, $t = -6.01$, $p < .001$), karşı cinsle ilişkilerde uyumu $b = -0.35$, $t = -4.46$, $p < .001$) ve sosyal uyumu ($b = -0.20$, $t = -3.35$, $p < .001$) istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordamaktadır. Ayrılık anksiyetesinin aracı değişken etkisi bu ilişkilere dahil edildiğinde, algılanan stresin üniversite yaşamına uyum ($b = -1.55$, $t = -4.46$, $p < .001$), duygusal uyum $b = -0.39$, $t = -4.43$, $p < .05$), karşı cinsle ilişkilerde uyum $b = -0.28$, $t = -3.47$, $p < .001$) ve sosyal uyumla ($b = -0.18$, $t = -2.85$, $p < .001$) istatistiksel olarak anlamlı ilişkisinin korunduğu görülmüştür. Bu durum ayrılık anksiyetesinin algılanan stres ve üniversite yaşamına uyum, duygusal uyum, karşı cinsle ilişkilerde uyum ve sosyal uyum arasındaki ilişkilerde kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir (Hayes, 2013). Bunun yanında, algılanan stresin, üniversite ortamına uyum ($b = -.06$, BCa GA [-.151, .005]), kişisel uyum ($b = -.01$, BCa GA [-.071, .034]) ve akademik uyum ($b = -.08$, BCa GA [-.153 - .003]) üzerindeki etkilerinde ayrılık anksiyetesinin aracı rolü istatistiksel olarak anlamlı değildir.

4. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, üniversite birinci sınıf öğrencilerinin algıladıkları stres ile üniversite yaşamına uyumu arasındaki ilişkide öğrencilerin ayrılık anksiyetesi belirtilerinin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma bulgularına göre, üniversiteye yeni başlayan birinci sınıf öğrencilerinin algıladıkları stresin üniversite yaşamına uyum düzeyi ile ilişkisinde ayrılık anksiyetesi belirtilerinin aracı rolü olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda, üniversite yaşamına uyum ölçeğinin alt boyutları ile algılanan stres arasındaki ilişkide ayrılık anksiyetesinin aracı rolü de incelenmiş; karşı cinsle ilişki, duygusal uyum, akademik uyum ve üniversite ortamına uyum alt boyutlarında anlamlı sonuçlar elde edilirken, sosyal uyum ve kişisel uyum alt boyutlarında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Son olarak, öğrencilerin cinsiyet, romantik ilişki ve yaşamının çoğunu geçirdiği yer değişkenleri ile üniversite yaşamına uyum düzeyi ve alt boyutları arasındaki ilişkiye bakılmış ve sadece romantik ilişki ile karşı cinsle ilişkilerde uyum alt boyutu arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu saptanmıştır.

Araştırmada, üniversite birinci sınıf öğrencilerinin algılanan stres düzeyleri ile üniversite yaşamına uyumları arasında negatif yönde istatistikî açıdan anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu açıdan bakıldığında, üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres düzeyi azaldıkça üniversite yaşamına uyum oranları artmaktadır. Alan yazın incelendiğinde, stres ile üniversite birinci sınıf öğrencilerinin yaşadıkları uyum problemi arasında anlamlı ilişki olduğunu gösteren çalışmalar görülmüştür (Dyson & Renk, 2006; Pancer et. al, 2000). Öğrencilerin yeni bir çevre, farklı kişiler ve farklı bir eğitim tarzı ile çoğunlukla ilk kez karşılaşmaları üniversite öğrencilerinin stres algılarını arttırabilecek önemli faktörler olarak düşünülmektedir.

Araştırmada, üniversite birinci sınıf öğrencilerinin karşı cinsle ilişkilerde uyum alt boyutunda romantik ilişkilerinin olup olmamasına göre fark olduğu bulunmuştur. Başka bir ifade ile romantik ilişkisi olan öğrencilerin, romantik ilişkisi olmayan öğrencilere kıyasla karşı cinsle ilişkilerindeki uyum düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bulguya paralel olarak, alan yazın incelendiğinde, üniversite öğrencilerinde romantik ilişkinin, üniversite uyumunu arttırması ve sosyal destek sağlaması açısından önemli bir yeri olduğu görülmektedir (Demir, 2008; Furman & Buhrmester, 1992). Çuhadaroğlu-Çetin ve arkadaşlarının (2004), 18-21 yaş grubundaki gençlerle yaptıkları çalışmada, gençlerde en fazla sorun yaşanan alanlardan birinin karşı cinsle ilişki sorunu olduğu bulunmuştur. Bu açıdan bakıldığında, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinin olması, uyum düzeyini arttırabilen bir faktör olarak düşünülmektedir. Bununla beraber, aile gibi güven temeli olan bir alandan hiç tanımadığı bir şehirde yaşamaya başlayan öğrencilerin, romantik ilişki sürdürdüğü partnerini, güvenebileceği ve kendini rahat açabileceği bir alan olarak görebilir ve daha uyumlu ilişkiler kurabilirler. Ayrıca, romantik ilişki olma durumu sosyal destek ağının oluşmasına da imkan sağlayabilmektedir.

Ayrılık anksiyetesinin aracı rolü ile ilgili analiz sonuçlarına bakıldığında, üniversiteye yeni başlayan birinci sınıf öğrencilerinde algılanan stres ile üniversite yaşamına uyum düzeyleri arasında kısmi aracı rolü olduğu görülmüştür. Algılanan stresin, üniversite yaşamına uyum düzeyi üzerinde gerek doğrudan gerekse ayrılık anksiyetesi aracılığıyla etkisi olduğu görülmüştür. Ayrıca algılanan stres ile ayrılık anksiyetesi arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde, ayrılık anksiyetesinin aracı rolü ile ilgili herhangi bir araştırma sonucu bulunamamıştır. Bazı çalışmalarda, üniversite öğrencilerinin ev ortamında ayrı yaşamaları ile üniversite yaşamına uyum sağlayamama arasında pozitif ilişki olduğu (Beck, Taylor & Robbins, 2003; Tongoli, 2003), öğrencilerin ev özlemi yaşadıklarında üniversite uyumlarının bu durumdan olumsuz etkilendiği bulunmuştur (Mercan ve Yıldız, 2011; Sevinç ve Gizir, 2014). Ayrılık anksiyetesi belirtilerine de bakıldığında eve duyulan yoğun özlem veya aileden uzun süre veya uzun mesafede uzak kalmamak sıklıkla görülebilmektedir. Algılanan stresin açısından değerlendirildiğinde, üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin yaşadığı hızlı değişim ve geçiş sürecinde algılanan zorlanma ve yoğun stresin, ayrılık anksiyetesi düzeyiyle de ilişkili olduğu söylenebilir. Bu bağlamda, düşük ayrılık anksiyete düzeyi olan öğrencilerin, algıladıkları stresinde daha düşük düzeyde olabileceği ve bu açıdan stresle başa çıkma da daha adaptif olabilecekleri düşünülebilir. Bununla birlikte, ailesinden ayrılıp yeni bir ortama ve yeni kişilere maruz kalan öğrencilerin ayrılık anksiyetesi belirtilerinin yüksek olması durumunda, algılanan stres ve çevresel tehdit daha yoğun olabileceği için üniversite yaşamına uyum sağlamak daha da zorlaşabilmektedir. Öğrencilerin ayrılık anksiyetesi belirtileri azaldığında, algılanan stres düzeyinde azalma; üniversite yaşamına uyum düzeyinde ise artış görüleceği söylenebilir.

Diğer bir araştırma bulgusu ise algılanan stres ile akademik uyum, karşı cinsle ilişkilerde uyum ve duygusal uyum alt boyutları arasındaki ilişkide ayrılık anksiyetesinin kısmi aracı rolünün anlamlı olarak bulunmasıdır. Öğrencilerin ayrılık anksiyetesi düzeyleri arttığında, algılanan stres düzeylerinde artma; üniversite ortamındaki akademik uyum, karşı cinsle ilişkilerde uyum ve duygusal uyum düzeylerinde azalma görüleceği söylenebilir. Alan yazın incelendiğinde, öğrencilerin birçoğu üniversite öğrenimi nedeniyle ailelerinden ilk kez ayrı kaldıklarını ifade etmiş ve bu süreçte en çok yalnızlık ve özlem duygusuyla baş etmekte zorlandıklarını vurgulamışlardır. (Baker & Siryk, 1984; Brooks & DuBois, 1995; Paul & Brier, 2001; Sevinç ve Gizir, 2014). Akademik uyumla stres arasında ilişkiyi gösteren çalışmaların yanı sıra (Aspinwall & Taylor, 1992; Baker, 2003; Temel vd., 2007; Van Rooijen, 1986) evden ve ailesinden ayrılmış olan öğrencilerin stres düzeylerinin de arttığını (Buote et. al, 2007; Wintre et. al, 2008) gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Levitz ve Noel'in (1989) yaptığı bir çalışmada, ailesinden uzakta üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin yalnızlık duydukları ve pek çoğunun akademik olarak zorlandıkları bulunmuştur. Alan yazında, üniversite birinci sınıf öğrencilerinin karşı cinsle ilişkilerindeki uyum düzeylerinin algılanan stresle veya ayrılık anksiyetesi ile ilişkisine dair bir bulgu bulunamamıştır. Yapılan çalışmalarda genellikle, üniversite ortamında arkadaşlık kuramama gibi uyum sorunlarından (Alpan, 1992) bahsedilmekte olup, bir çalışmada, üniversite yaşamında yaşanan sorunlar arasında %15.7 oranında karşı cinsle olan arkadaşlıklarda sorun yaşandığı bulunmuştur (Özkan ve Yılmaz, 2010). Diğer bir çalışmada ise, sosyo-kültürel etkinliklere katılmayan üniversite öğrencilerinin, katılanlara nazaran, karşı cinsle ilişkilerinde uyum sağlama konusunda daha çok problem yaşadıkları görülmüştür (Karahana vd, 2005). Sonuç olarak, ayrılık anksiyetesinin daha düşük görüldüğü bireylerde, üniversitedeki karşı cinsle ilişki kurma, duygusal ve akademik uyum sağlamada, bu kişilerin stres düzeyini azaltarak daha adaptif olmalarına yardımcı olabileceği söylenebilir.

Bu çalışmada, verilerin bazı bölümlerden alınarak nicel araştırma yöntemi kullanılması nedeniyle bir takım sınırlılıklarının olabileceği düşünülmektedir. Araştırma için farklı bölümleri içeren ve diğer bölgelerdeki üniversiteleri de kapsayan büyük bir örneklem grubu oluşturulabilir. Ayrıca, ayrılık anksiyetesinin düzeyini belirlerken, nicel verilerin yanı sıra öğrencilere açık uçlu soruların sorulmasının da daha belirleyici bir yöntem olabileceği düşünülmektedir. Diğer bir sınırlılık ise, katılımcıların büyük bir kısmını kadınların oluşturmasıdır. Bu durum kültürel açıdan değerlendirildiğinde, ülkemizin toplulukçu yapısının olduğu ve ailelerin genellikle kız çocuklarını daha fazla koruma eğiliminde olduğu düşünüldüğünde, kızlarda ayrılık anksiyetesinin daha fazla görülüyor olabileceğini akla getirmektedir. Çalışmada kadın sayısının fazla olmasının çalışma sonuçlarının yanlı çıkmış

olabileceğini bu nedenle, örneklem oluştururken kadın ve erkek sayısının eşit sayıda olmasına dikkat edilmesinin daha sağlıklı sonuçlar verebileceği düşünülmektedir.

Çalışmada bulgularan algılanan stres ile üniversite yaşamına uyumu alan yazındaki birçok çalışma ile desteklendiği bilinmektedir. Fakat araştırmalarda algılanan stres ile üniversite yaşamına uyum ilişkisinde ayrılık anksiyetesinin aracı rolü ile ilgili bir bulguya rastlanmamıştır. Buna ek olarak, üniversite öğrencilerinin ev ortamından veya aileden uzak olmasıyla ilgili çalışmalar bulunmakta fakat ayrılık anksiyetesi düzeyi ile ilgili bulgulara rastlanmamaktadır. Son olarak, alt boyutlar açısından bakıldığında, benzer şekilde duygusal uyum, akademik uyum ve karşı cinsle ilişkilerde uyum açısından ayrılık anksiyetesinin algılanan stres ile aralarındaki ilişkide kısmi aracılık rolünün olması önemli bir bulgudur. Akademik başarı ve üniversitedeki sosyal destek ağının oluşması, hem arkadaşlık hem de karşı cinsle ilişki kurma durumu üniversiteye uyumun önemli bileşenleri olarak düşünülmektedir. Bu bağlamda, öğrencilerin ayrılık anksiyetesi ve algılanan stres düzeylerini azaltmaya yönelik müdahaleler ve programlar oluşturulabilir. Üniversitelerin yeni gelen öğrenciler için çok yönlü oryantasyon programları hazırlayabilecekleri düşünülmektedir. Alanında uzman kişilerin ve üst dönem sınıflarda yer alan öğrencilerin yer alabileceği bir ekip oluşturularak sosyal beceriler, akademik alan, şehre uyum ve barınma gibi birçok boyutta öğrencilerin desteklenmesi sağlanabilir. Ayrıca, üniversite bünyesinde çalışan akademik ve idari personellerin de bu yönde bilgilendirilmesi ve programa dahil edilmesi faydalı olabilir. Çok yönlü oluşturulacak destek ağı ile evden ayrılmaya ve yeni bir ortama adapte olmaya bağlı oluşabilecek sorunların önüne geçilebileceği öngörülmektedir. Son olarak, ayrılık anksiyetesinin yetişkinlikteki rolünü, bireyleri nasıl ve hangi yönlerden etkilediğini görebilmek adına, araştırmacıların bu alanda farklı yaş gruplarında daha kapsamlı çalışmalar yaparak alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı

Bu çalışmada gerekli etik izinler alınmıştır.

Destek Beyanı

Bu çalışma herhangi bir kurum veya kuruluş tarafından desteklenmemiştir.

Çıkar Beyanı

Bu çalışmada yazarların çıkar çatışması durumu yaşanmamıştır.

5. KAYNAKÇA

Aladağ Bayrak, Ö. ve Bülbül, T. (2013). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin yükseköğretim yaşamına uyum düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 3(2), 6-20.

Aladağ, M., Kağnıcı, D.Y., Tuna, M. E. ve Tezer, E. (2003). Üniversite Yaşamı ölçeği: ölçek geliştirme ve yapı geçerliliği üzerine bir çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 11(20), 43-47.

Allen, J., Robbins, B. S., Casillas, A. & Oh, IS. (2008). Third-year college retention and transfer: Effects of academic performance, motivation, and social connectedness. *Research in Higher Education*, 49(7), 647-664.

Alpan, A. (1992). *Cumhuriyet üniversitesi ve Erciyes üniversitesi fen edebiyat fakültesi öğrencilerinde çevreye ve üniversiteye uyum sorunları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.

Al-Sharideh, K. & Goe, W. R. (1998). Ethnic communities within the university: An examination of factors influencing the personal adjustment of international students. *Research in Higher Education*, 39(6),699-725.

Aktaş, Y. (1997). Üniversite öğrencilerinin uyum düzeylerinin incelenmesi: Uzunlamasına bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 107-110.

Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Mental bozuklukların tanıs ve sayımsal el kitabı*, (DSM-5) (Çev. Ed. Ertuğrul Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Arı, R. (1989). *Üniversite öğrencilerinin baskın ben durumları ile bazı özlük niteliklerinin, ben durumlarına, atılganlık ve uyum düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Aslan, S. (2015). Üniversite Yaşamına Uyum Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(4), 132-145.

Aypay, A., Aypay, A. ve Demirhan, G. (2009). Öğrencilerin üniversiteye sosyal uyumu bir üniversite örneği. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 46-64.

- Baker, R.W., McNeil, O.V. & Siryk, B. (1985). Expectation and reality in freshman adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology, 32*, 94-103.
- Baker, R. & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology, 33*, 31-38.
- Baker, S.R. (2003). A prospective longitudinal investigation of social problem solving appraisals on adjustment to university, stress, health, and academic motivation and performance. *Personality and Individual Differences, 35*(3), 569-591.
- Baron M.R. & Kenny, A.D. (1986). The Moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(6), 1173-1182.
- Bayram, N. ve Bilgel, N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 43*(8), 667-672.
- Beck, R., Taylor, C. & Robbins, M. (2003). Missing Home: Sociotropy and autonomy and their relationship to psychological distress and homesickness in college freshmen. *Anxiety, Stress, and Coping, 16*(2), 155-166.
- Beokmann Murry, R. & Proctor Zentner, J. (1989). *Nursing concepts for health promotion*. NewYork, Prentice Hall. Internationale Ltd.
- Bojuwoye, O. (2002). Stressful experiences of first year students of selected universities in South Africa. *Counselling Psychology Quarterly, 15*(3), 277-290.
- Braxton, M. J., Bray, J. N. & Berger, B. J. (2000). Faculty teaching skills and their influence on the college student departure process. *Journal of College Student Development, 41*(2), 215-226.
- Brooks, H. J. & Dubois, L. D. (1970). Individual and environmental predictors of adjustment during the first year of college. *Journal of College Student Development, 36*(4), 347-360.
- Buote, V. M., Pancer, S. M., Pratt, M.W., Adams, G., Birnie-Lefcovitch, S., Polivy, J. & Wintre, M. G. (2007). The importance of friends: Friendship and adjustment among 1st-year university students. *Journal of Adolescent Research, 22*(6), 665-689.
- Bülbül, T. (2012). Yükseköğretimde okul terki: Nedenler ve çözümler. *Eğitim ve Bilim, 37*(166), 219-235.
- Chau, C. & Saravia, J.C. (2016). Monographicarticle: Does stress and university adjustment relate to health in Peru. *Journal of Behavior, Health&Social Issues, 8*(1):1-7.
- Chen, Y. F. & Peng, S. S. (2008). University students' internet use and its relationships with academic performance, interpersonal relationships, psychosocial adjustment, and self-evaluation. *CyberPsychology & Behavior, 11*(4), 467-469.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R.(1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*(4), 385-396.
- Crow, L. D. & Graham, T. F. (1973). *Human Development and Adjustment*. New Jersey: Littlefield, Adams & Co.
- Cüceloğlu, D. (1993). *İnsan ve Davranışı*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cyranowski, M.J., Shear, K.M., Rucci, P., Fagiolini, A., Frank, A., Grochocinski, J.V., Kupfer, J.D., Banti, S., Armani, A. & Cassano, G. (2002). Adult separation anxiety: psychometric properties of a new structured clinical interview. *Journal of Psychiatric Research, 36*(2), 77-86.
- Çuhadaroğlu-Çetin, F., Canat, S., Kılıç, E., Şenol, S., Rugancı, N., Öncü, B. Gündüz Hoşgör A., Işıklı S. ve Avcı A. (2004). *Ergen ve ruhsal sorunları: Durum saptama çalışması*. Türkiye Bilimler Akademisi Raporları (4) Ankara: Tübitak Matbaası.
- Demir, M. (2008). Sweetheart, you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies, 9*, 257-277.
- Deniz, M. E. ve Yılmaz, E. (2005). Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*(25), 17-26.
- Durna, U. (2006). Üniversite öğrencilerinin stres düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 20*(1), 319-343.

- Duru, E. (2008). The predictive analysis of adjustment difficulties from loneliness, social support, and social connectedness. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 8(3), 849-856.
- Dusek, B. J. (1987). *Adolescent Development and Behavior*, Prentice Hall.
- Dyson, R. & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1231-1244.
- Erdoğan, S., Şanlı, H. S. ve Bekir, H. S. (2005). Gazi üniversitesi eğitim fakültesi öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum durumları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 13(2), 479-496.
- Erkuş, A. (2017). *Davranış Bilimleri İçin Bilimsel Araştırma Süreci* (5. Baskı). Ankara: Seçkin
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F. ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan Stres Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Güvenirlik ve geçerlik analizi. *New/Yeni Symposium Journal*, 51(3), 132-140.
- Feenstra, S.J., Banyard, L.V., Rines, N. E. & Hopkins, R.K. (2001). First-year students' adaptation to college: The role of family variables and individual coping. *Journal of College Student Development*, 42(2), 106-113.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistic Using SPSS: (and sex and drugs and rock 'n' roll)* (Third Edition). London: Sage Publications Inc.
- Fisher, R., Cavanagh, J. & Bowles, A. (2009). Assisting transition to university: using assessment as a formative learning tool. *Journal Assessment & Evaluation in Higher Education*, 36(2), 225-237.
- Fisher, S. & Hood, B. (1987). The stress of the transition to university: A longitudinal study of psychological disturbance absent-mindedness and vulnerability to homesickness. *British Journal of Psychology*, 78(4), 425-441.
- Fisher, S. & Hood, B. (1988). Vulnerability factors in the transition to university: self-reported mobility history and sex differences as factors in psychological disturbance. *British Journal of Psychology*, 79, 309-320.
- Folkman, S. & Lazarus, R.S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466-475.
- Furman, W. & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63, 103-115.
- Gardner, F., Johnson, A., Yudkin, P., Bowler, U., Hockley, C., Mutch, L. & Wariyar, U. (2004). Behavioral and emotional adjustment of teenagers in mainstream school who were born before 29 weeks' gestation. *Pediatrics*. 114(3), 676-82.
- Geçtan, E. (1993). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitap Evi.
- Geçtan, E. (1995). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 11. Basım.
- Gerdes, H. & Mallinckrodt, B. (1994). Emotional, social, and academic adjustment of college students: A longitudinal study of retention. *Journal of Counseling & Development*, 72, 57-64.
- Güçlü, N. (2001). Stres yönetimi. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 91-109.
- Halamandaris, F.K. & Power, G.K. (1997). Individual differences, dysfunctional attitudes, and social support: A study of the psychosocial adjustment to university life of home students. *Personality and Individual Differences*, 22(1), 93-104.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach*. New York: The Guildford Press.
- Hayes, A. F., Preacher, K. J., & Myers, T. A. (2011). Mediation and the estimation of indirect effects in political communication research. In E. P. Bucy & R. L. Holbert (Eds), *Sourcebook for political communication research: Methods, measures, and analytical techniques*. (p. 434-465). New York: Routledge.
- İkiz, E., Asıcı, E., Savcı, M. ve Yörük, C. (2015). Problemlerli internet kullanımı ile üniversite yaşamına uyum ilişkisi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 34-50.

- Jackson, M.L., Pancer, M.S., Pratt, W.M. & Hunsberger, E.B. (2000). Great expectations: The relation between expectancies and adjustment during the transition to university. *Journal of Applied Social Psychology, 30*(10), 2100-2125.
- Karahan, F., Sardoğan, M.E., Özkamalı, E. ve Dicle, A.N. (2005). Üniversite 1. sınıf öğrencilerinin üniversiteye uyum düzeylerinin sosyokültürel etkinlikler açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2*(30), 63- 71.
- Konopka, G. (1973). Requirements for healthy development of adolescent youth. *Adolescence, 8*(31), 291-316.
- Kum, N. (1977). Cerrahi hastada anksiyete ve korku. *Hacettepe Tıp Cerrahi Bülteni, 10* (3).
- Lamontagne, L., RewMason K. & Hepworth, J. (1985). Effects of relaxation on anxiety in children: Implications for coping with stress. *Nursing Research. Vol. 34* (5), 289 292.
- Larose, S. & Boivin, M. (1998). Attachment to parents, social support expectations, and socioemotional adjustment during the high school-college transition. *Journal of Research on Adolescence, 8*(1), 1-27.
- Levitz, R., & Noel, L. (1989). Connecting students to institutions. In *The freshman year experience*. M. L. Upcraft and J. N. Gardner (eds.). San Francisco: Josey-Bass.
- Luo L (1990). Adaptation to British universities: Homesickness and mental health of Chinese students. *Counselling Psychology Quarterly, 3*(3).
- Mallinckrodt, B. (1988). Student retention, social support, and dropout intention: Comparison of Black and White students. *Journal of College Student Development, 29*(1), 60-64.
- Manicavasagar, V., Silove, D. & Curtis, J. (1997). Separation anxiety in adulthood: A phenomenological investigation. *Comprehensive Psychiatry, 38*, 274-82.
- Manicavasagar, V., Silove, D., Curtis, J. & Wagner, R. (2000). Continuities of separation anxiety from early life into adulthood. *Journal of Anxiety Disorder, 14*(1), 1-18.
- Manicavasagar V, Silove D. & Wagner R (2003) A self-report questionnaire for measuring separation anxiety in adulthood. *Comprehensive Psychiatry, 44*, 146-153.
- Mercan, S. Ç. ve Yıldız, A. S. (2011). Eğitim fakültesi birinci sınıf öğrencilerinin üniversiteye uyum düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi, 16*(2), 135-154.
- Napoli, A. R. & Wortman, P. M. (1998). Psychosocial factors related to retention and early departure of two-year community college students. *Research in Higher Education, 39*(4), 419-455.
- Öktem Ö. (1981). *Anksiyetenin. öğrenme ve hafızaya etkisi*. İstanbul: Güryay Matbaası.
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O. ve Oğuzhanoglu N.K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 3*, 155-161.
- Özkan, S. ve Yılmaz, E. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Üniversite Yaşamına Uyum Durumları (Bandırma Örneği). *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 5*(13), 153-171.
- Öztemel, K. (2010). Teknik eğitim fakültesi öğrencilerinin uyum düzeylerinin incelenmesi. *Politeknik Dergisi, 13*(4), 319-325.
- Pancer, S. M., Pratt, B. H., Michael, W. & Alisat, S. (2000). Cognitive complexity of expectations and adjustment to university in the first year. *Journal of Adolescent Research, 15*, 38-57.
- Pascarella, E .T., Smart, J. C. & Ethington, C.A.(1986). Long-term persistence of two-year college students. *Research in Higher Education, 24*(1), 47-71.
- Paul, E. S. & Brier, S. (2001). Friendsickness in the transition to college: Precollege predictors and college. *Journal of Counseling and Development, 79*(1), 77-89.
- Petersen, I., Louw, J. & Dumont, K. (2009). Adjustment to university and academic performance among disadvantaged students in South Africa. *Educational Psychology, 29*(1), 99-115.

- Preacher, J. K. & Hayes, F. A. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891.
- Pritchard, M. E., Wilson, G.S. & Yamnitz, B. (2007). What predicts adjustment among college students? A longitudinal panel study. *Journal of American College Health*, 56(1), 15-22.
- Sadava, S. W. & Pak, A. W. (1993). Stress-related problem drinking and alcohol problems: a longitudinal study and extension of Marlatt's model. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 25(3), 446-464.
- Sevinç, S. (2010). *Mersin Üniversitesi birinci sınıf öğrencilerinin kişisel ve kurumsal uyumlarını olumsuz etkileyen faktörlerin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Sevinç, S. ve Gizir, A., C. (2014). Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin bakış açılarından üniversiteye uyumu olumsuz etkileyen faktörler (Mersin üniversite örneği). *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(4), 1285-1308.
- Shear, K., Jin, R., Ruscio, M. A., Walters, E. E. & Kessler, C. R. (2006). Prevalence and correlates of estimated DSM-IV child and adult separation anxiety disorder in the national comorbidity survey replication. *The American Journal of Psychiatry*, 163(6), 1074-1083.
- Silove, M. D., Marnane, L. C., Wagner, R., Manicavasagar, L.V. & Rees, S. (2010). The prevalence and correlates of adult separation anxiety disorder in an anxiety clinic. *BMC Psychiatry*, 10, 21.
- Sims, A. & Snaith, P. (1988). *Anxiety in clinical practice*. NewYork, A Wiley Medical Publications.
- Şahin, G. ve Tunçel, M. (2008). Sınıf öğretmenliği ve beden eğitimi öğretmenliğinde öğrenim gören öğrencilerin psikososyal uyum düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 45-50.
- Tabachnick, G.B. & Fidell, S. L. (2001). *Using Multivariate Statistic*. Boston: Allyn and Bacon.
- Temel, E., Bahadır, A. ve Çuhadır, D. (2007). Öğrenci hemşirelerin stresle baş etme tarzları ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2(5), 107-118.
- Terenzini, P. T., Lorang, W. G. & Pascarella, E. T. (1981). Predicting freshman persistence and voluntary dropout decisions: A replication. *Research in Higher Education*, 15(2), 109-127.
- Thomas, L. (2002). Students retention in higher education: The role of institutional habitus. *Journal of Education Policy*, 17(4), 423-442.
- Thurber, C.A. & Walton, E.A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health*, 60(5), 415-419.
- Tinto, V. (1988). Stages of student departure: Reflections on the longitudinal character of student leaving. *The Journal of Higher Education*, 59(4), 438-455.
- Tognoli, J. (2003). Leaving home: Homesickness, place attachment, and transition among residential college students. *College Student Psychotherapy*, 18, 35-48.
- Turhan, M. (1983). *Cemiyet içinde fert II*. İstanbul. Milli Eğitim Basımevi.
- Williams, M. N., Grajales, C. A. G., & Kurkiewicz, D. (2013). Assumptions of multiple regression: Correcting two misconceptions. *Practical Assessment, Research & Evaluation*, 18(11), 1-14.
- Wintre, M. G., Knoll, G. M., Pancer, S. M., Pratt, M. W. & Polivy, J. S., (2008). The transition to university: The student-university match (SUM). *Questionnaire Journal of Adolescent Research*, 23, 745-769.
- Yalın, D. (2007). *First year college adjustment: The role of coping, egoresiliency, optimism and gender*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Van Rooijen, L. (1986). Advanced students' adaptation to college. *Higher Education*, 15, 197-209.
- Zitzow, D. (1984). The college adjustment rating scale. *Journal of College Student Personnel*, 25,160-164.

6. EXTENDED ABSTRACT

Adaptation is a satisfying relation between organism and physical, psychological and social environment of it. Human beings experience change in different areas of life and need adaptation. Moving to university is such an experience. At the beginning of the university life, leaving home and family, mate and group preferences, being a candidate of profession and finding a job are seen as uncertain topics (Özdel ve ark., 2002). The newcomer students have to be adapted to new strange environment as soon as possible with high performance, in which they lose family and old mate support (Karahan ve ark., 2005). Students' personal features such as demographic characteristics, family structure, previous experiences in academic and social areas (Tinto, 1988; Cook, 1995; Feenstra, Banyard, Rines & Hopkins, 2001; Thomas, 2002; Bennet, 2003; Chen, 2008), interpersonal interactions such as attending social activities, relations with roommate, classmate, academic and administrative staff (Chen, 2008; Pascarella & Terenzini, 2005; Spady, 1970; Terenzini, Lorang & Pascarella, 1981; Tinto, 1988; Tuna, 2003), academic performance, expectations about education and career (Tinto, 1988; Larose & Boivin, 1998; Jackson, Pancer, Pratt & Hunsberger, 2000; Paul & Brier, 2001), support seeking, internal motivation, self esteem, perceived stress (Petersen, Louw & Dumont, 2009) are many factors that effect university life adaptation of students.

Students' perceived stress is also a disruptive factor for university adaptation both single handedly and interaction with other factors (Bojuwoye, 2002). This time period is mentioned as stressful and coping with stress (Aspinwall ve Van Rooijen, 1986; Baker, 2003), academic motivation and performance (Sharma, 1973; Zitzow, 1984; akt: Baker, 2003) are also related with adaptation level of students. In the first year of the university life, most of the students have high level of loneliness (Cutrona, 1982), homesickness (Fisher ve Hood, 1988) and academic difficulties (Levitz ve Noel, 1989). Additionally, with these symptoms some of the students in the first year of university life could have health problems and emotional problems (Fisher ve Hood, 1987).

Conducted studies reported that loneliness (Cutrona, 1982; Sevinç ve Gizir, 2014; Karahan, Sardoğan, Özkamalı ve Dicle, 2005), homesickness (Fisher ve Hood, 1988), failing to adapt to new town (Alpan, 1992; Sevinç ve Gizir, 2014) are factors that complicating the adaptation to university life. In terms of this view, separation anxiety seems as essential issue for newcomer university students. The literature review shows that effect of stress on university life adaptation is focus of studies, commonly. However, the relation between separation anxiety and other factors is ignored. Therefore, this current study aims to clarify the mediator role of separation anxiety symptoms on relation between perceived stress level and adaptation to university life among freshmen.

Participants are 269 freshmen from Adnan Menderes University (86 men, 183 women) with mean age 20 (range 17-29, SD = 1.40). University Life Adaptation Scale, Separation Anxiety Scale for Adults, Perceived Stress Scale and Demographic Information Form were conducted to students.

The relations between demographic characteristics and the level of university life adaptation, and subscales were tested. Results indicated that, the level of adaptation to relation with opposite sex is statistically differentiate depending on having a romantic relation or not.

Analysis showed that, between perceived stress and university life adaptation relation, separation anxiety symptoms has a partial mediation role. Additionally, adaptation to relation with opposite sex, emotional adaptation, academic adaptation and university life as a subscale of University Life Adaptation Scale, have partial mediation roles on the relation between perceived stress and university life adaptation. Besides, adaptation to university environment, social adaptation and personal adaptation do not have a mediation role on this relation.

The relation between perceived stress and adaptation to university life is a result of the current study as in the literature. The essential results, partial mediation roles of separation anxiety symptoms on the relations between perceived stress and adaptation to university life, emotional adaptation, academic adaptation and adaptation to relation with opposite sex. Academic success, development of social support network and to make a friendship or to take lover at university are critical components of adaptation to university. In this regard, preventive and therapeutic intervention programs could be developed. Especially, preventive programs could be appropriate for the students who are newcomer of the university town and university environment while therapeutic programs could be appropriate for the students who have separation anxiety symptoms and perceived related stress. In this way, both adaptation levels of students could be increased in different areas and separation anxiety and perceived stress level could be decreased. This current study show that, separation of anxiety symptoms is an essential point which should be considered for freshmen and integrated to student orientation programs.