

63768

**SİGARA İÇEN VE İÇMEYEN
ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN
YALNIZLIK VE UYUM DÜZEYLERİ**

Seçil ÇİFTÇİ

Hacettepe Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü

T-63768

Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik
Bilim Dalı için Öngördüğü
YÜKSEK LİSANS TEZİ
olarak hazırlanmıştır.

**T.C. YÜKSEKÖĞRETİM KURULU
DOKÜMANTASYON MERKEZİ**

Ankara
Eylül, 1997

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı'nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Prof. Dr. Yadigar KILIÇÇI

Üye

Prof. Dr. N. Voltan ACAR

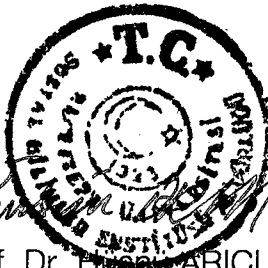
Üye

Doç. Dr. Fidan KORKUT (Danışman)

Onay

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

...../...../1997


Prof. Dr. Hüsnü ARICI
Enstitü Müdürü

TEŞEKKÜR

Bu araştırmanın yapılmasında birçok kişinin emeği geçmiştir. Öncelikle, çalışmamın her aşamasındaki desteğinden dolayı danışmanım Doç. Dr. Fidan Korkut'a teşekkür ederim. Üniversite öğrenciliğim boyunca yetişmemde büyük katkıları olan tüm hocalarıma Sayın Prof. Dr. Yadigar Kılıççı ve Prof. Dr. Nilüfer Voltan Acar'ın şahsında teşekkür ederim. Onlar olmasaydı, bu çalışma gerçekleşmezdi.

Kişisel Bilgi Formu ve Envanterlerin uygulamasındaki yardımlarından dolayı Hacettepe Üniversitesi Eğitimi Fakültesi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi ve Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi hocalarına ve araştırmaya katılan tüm öğrencilere teşekkür ederim.

Tezin istatistik aşamasında, benden yardımını esirgemeyen Dr. Şener Büyüköztürk'e, çalışmamın her aşamasındaki desteklerinden dolayı arkadaşlarım Araş. Gör. Feride Bacanlı Meltem Gürtunca, Ilknur Akagündüz ve I. Onur Kıymaz'a binlerce teşekkürler.

Son olarak da, eğitimimi sonuna kadar destekledikleri ve ihtiyaç duyduğumda çalışmalarına yardım ettikleri için aileme teşekkür etmek istiyorum.

Seçil ÇİFTÇİ

ÖZET

Bu araştırmada, sigara içme alışkanlığı olan ve olmayan üniversite öğrencileri cinsiyetlerine göre yalnızlık, kişisel uyum, sosyal uyum ve kendini gerçekleştirme, duygusal kararlılık, nevrotik eğilimlerden arınlık, psikotik belirtilerden arınlık, aile ilişkileri, sosyal ilişkiler, sosyal normlar, anti-sosyal eğilim düzeyleri açısından karşılaştırılmıştır.

Araştırmanın örneklemini Ankara ili sınırları içinde bulunan 3 devlet üniversitesinde eğitim yapmakta olan öğrencilerden seçkisiz yöntemle seçilen 470 öğrenci oluşturmaktadır.

Veriler , Kişisel Bilgi Formu, Hacettepe Kişilik Envanteri (Özgüven 1992) ve Ucla Yalnızlık Ölçeği (Demir 1989) uygulanarak araştırmacının kendisi tarafından toplanmıştır.

Verilerin çözümlenmesinde varyans analizi uygulanmış, analiz sonucunda anlamlı çıkan sonuçlar için farkın kaynağını anlamaya yönelik olarak Scheffe testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Ancak anlamlılık düzeyinin daha yüksek çıkması halinde, hata payı ayrıca belirtilmiştir.

İstatistiksel analizlere dayanarak elde edilen bazı sonuçlar kısaca şunlardır:

Araştırmada sigara içen öğrencilerin yalnızlık düzeyi, sigara içmeyenlere oranla daha yüksek bulunmuştur. Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin yalnızlık düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin de, genel uyum düzeyleri kendi içlerinde karşılaştırıldıklarında, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göster-

mediği bulunmuştur. Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin genel uyum düzeyi üzerindeki ortak etkisi de anlamlı bulunmamıştır.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin kişisel uyum düzeyleri, kendini gerçekleştirme, duygusal kararlılık, nevrotik eğitimlerden arınıklık ve psikotik belirtiden arınıklık alt ölçeklerine göre karşılaştırıldıklarında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin kişisel uyum düzeyi üzerindeki ortak etkisi de anlamlı bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin sosyal uyum düzeylerini etkileyebileceği düşünülen bazı etmenler incelendiğinde bir farklılık görülmemesine rağmen, alt ölçekler incelendiğinde, sigara içen öğrencilerin sosyal ilişki düzeyleri sigara içmeyen öğrencilere oranla daha yüksek bulunmuştur. Sigara içmeyen öğrencilerin sosyal norm düzeylerinin sigara içen öğrencilere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bu bilgiler ışığında, psikolojik danışma ve rehberlik uzmanlarına sigara içimini önleyici ve bırakılmasına yönelik çeşitli önerilerde bulunulmuştur. Ayrıca benzer konularda çalışma yapmak isteyen akademisyenlere de çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

SUMMARY

In this study, university students, smoker and non-smoker were compared to loneliness, individual adjustment, social adjustment and self realization, sensation stability, neurotic tendencies, psychotic symptoms, their family relations, social relations, social norms and anti-social tendency levels according to their sex and their parents smoking tendencies.

The sample of the study consisted of students, who were randomly chosen from 3 state universities in Ankara.

Data were collected through Personal Information Form, Hacettepe Personal Inventory (Özgüven 1982) and UCLA Loneliness Scale (Demir 1989).

Conclusions, obtained after the statistical analyses, could be summarized below :

1. In this study, it is found that loneliness level of smoking students were higher than the non-smoking students. However, the main effect of sex and smoking behavior variables on loneliness level were not significant

2. When general adjustment level of smoking and non-smoking students were compared in their levels, it was found that there were no meaningful differences. The main effect of smoking behavior and sex variables on general adjustment level were also not found significant

3. When personal adjustment level of smoking and non-smoking students were compared in their level, it was found that there were no significant differences. The main effect of smoking behavior and sex variables on personal adjustment level were also not significant

4. When the factors, which affected students social adjustment level was examined no differences were found. However, when the subscales were examined, it was seen that relation level of the smoking students were higher than social relation level of the non-smoking students. On the contrary, it was found that social norm level of non-smoking students were higher than social norm level of smoking students .

In the light of these conclusions, some suggestions would be made to psychological guidance and counselor, and academic researcher.

İÇİNDEKİLER

Teşekkür	i
Özet	ii
Summary	iv
İçindekiler	vi
Tablolar Listesi	x

BÖLÜM I

GİRİŞ	1
Problem	3
Denenceler	3
Sayıtlar	5
Sınırlılıklar	5
Tanımlar	5
Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi	6

BÖLÜM II

İLGİLİ YAYINLAR

A. Kuramsal Çerçeve	8
Sigara İçme Davranışına İlişkin Kuramsal Çerçeve	8
Yalnızlığa İlişkin Kuramsal Çerçeve	16
Uyuma İlişkin Kuramsal Çerçeve	17
B. İlgili Araştırmalar	19
Sigara İçme Davranışı ile İlgili Araştırmalar	19
Yalnızlık ile İlgili Araştırmalar	27
Uyum ile İlgili Araştırmalar	29

BÖLÜM III

YÖNTEM	31
Evren ve Örneklem	31
Veri Toplama Araçları	32
(1) Hacettepe Kişilik Envanteri	32
(2) UCLA Yalnızlık Ölçeği	37
(3) Kişisel Bilgi Formu	39
Verilerin Toplanması ve Puanlanması	39
Verilerin Analizi	40

BÖLÜM IV

BULGULAR

1.0. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Yalnızlık Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	41
2.0. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Genel Uyum Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	44
3.0. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Kişisel Uyum Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	47
3.1 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Kendini Gerçekleştirme Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	49
3.2. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Duygusal Kararlılık Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	51

3.3. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Nevrotik Eğilimden Arınlık Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	53
3.4. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Psikotik Belirtiden Arınlık Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	55
4.0. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Sosyal Uyum Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	57
4.1. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Aile İlişkileri Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	59
4.2. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Sosyal İlişki Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	61
4.3. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Sosyal Norm Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	63
4.4. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Anti-Sosyal Eğilim Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular	65

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

1.0. Sigara İçen ve İçmeyen Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Yalnızlık Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	68
--	----

2.0. Sigara İçen ve İçmeyen Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Genel Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	69
3.0. Sigara İçen ve İçmeyen Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Kişisel Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	69
4.0. Sigara İçen ve İçmeyen Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Sosyal Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	70

BÖLÜM VI

VARGI VE ÖNERİLER	71
KAYNAKÇA	77
EKLER	87

TABLOLAR

Tablo No

Sayfa No

- A. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine ve Okudukları Okullara İlişkin Tablo 32
- 1 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Yalnızlık Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 42
- 2 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Yalnızlık Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 43
- 3 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ile Yalnızlık Düzeyleri Puan Ortalamalarının Scheffe Çoklu Karşılaştırma Tekniği ile Karşılaştırılması..... 44
- 4 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Genel Uyum Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 45
- 5 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Genel Uyum Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 46
- 6 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Kişisel Uyum Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 47
- 7 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Kişisel Uyum Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 48

- 8 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Kendini Gerçekleştirme Alt Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları. 49
- 9 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Kendini Gerçekleştirme Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 50
- 10 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Duygusal Kararlılık Alt Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 51
- 11 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Duygusal Kararlılık Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 52
- 12 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Nevrotik Eğilimden Arınlık Alt Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 53
- 13 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Nevrotik Eğilimden Arınlık Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 54
- 14 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Psikotik Belirti den Arınlık Alt Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 55

- 15 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Psikotik Belirti den Arınıklık Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 56
- 16 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Sosyal Uyum Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 57
- 17 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Sosyal Uyum Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 58
- 18 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Aile İlişkileri Alt Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 59
- 19 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Aile İlişkileri Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 60
- 20 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Sosyal İlişki Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 61
- 21 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Sosyal İlişki Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 62
- 22 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ile Sosyal İlişki Puanlarının Ortalamalarının Scheffe Çoklu Karşılaştırma Tekniği ile Karşılaştırılması..... 62

- 23 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Sosyal Norm Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 63
- 24 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Sosyal Norm Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 64
- 25 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ile Sosyal Norm Puanlarının Ortalamalarının Scheffe Çoklu Karşılaştırma Tekniği ile Karşılaştırılması..... 65
- 26 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Anti-Sosyal Eğilim Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları 66
- 27 Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerinin Anti-Sosyal Eğilim Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları 67

BÖLÜM I

GİRİŞ

Yüzyıllardır farklı biçimlerde tüketilmekte olan tütün ve tütünden yapılan ürünler günümüzde önemli bir ve sağlık sorunu haline gelmiş olmakla birlikte önemli sosyal ve ekonomik sorunlar da yaratmaktadır.

Tütün kullanımının tarihçesine bakıldığında, yüzyıllar önce ilkel kavimlerde keyif almak ya da savaşmak için güç verdiği inancıyla barış ve savaş çubuklarının içildiği görülmektedir. Amerika'nın keşfinden yüzyıllar önce orada yaşayan insanların tütünü bilip, kullandıkları yapılan arkeolojik kazı sonuçlarından anlaşılmaktadır. 1492'de Kristof Kolomb ve arkadaşları Amerika'da Bahama adalarına ayak bastıklarında, Kızılderililer onlara tobakos adını verdikleri, kutsal saydıkları tütün yapraklarından yapılmış ucu yanmakta olan tütünü armağan olarak sunmuşlardır. İlk tütün bitkisi numunesi 1511 yılında Tobago adası yerlilerinden bir gemici tarafından alınarak Avrupa'ya getirilmiştir. İlk önce Portekiz'de tütün ekimi ve kullanımı başlamış ardından hızla Avrupa'ya yayılmıştır.

Tütün, ülkemize 1601 yılında İngiliz gemiciler tarafından getirilmiştir. Oduka rağbet gören tütünün üretilmesine 1690 yılında izin verilmiştir (Ari 1991). Daha sonra Türkler, lüle taşından pipolar yaparak ilk filtreyi bulmuşlardır. İngilizler tütünü kağıda sararak içmeyi 1853 Kırım Savaşı'nda Türklerden öğrenmişlerdir ve 'Türk gibi sigara içmek' deyiminin böylece oluştuğu ve yerleştiği düşünülmektedir.

Dünyanın her yerinde kolayca bulunabilen ve bolca tüketilen tütün, enfiye olarak buruna çekilerek, sakız kıvamına getirilip çiğnenerek, nargile ve

pipoda yakılarak veya puro ve sigara olarak tttrlerek değişik Őekillerde kullanılmaktadır. Tütünün içinde yeralan en etkili madde nikotindir. Hem hayvanlar, hem insanlar üzerinde yapılan tüm çalışmalarda nikotinin fizyolojik bağımlılık yapıcı bir madde olduğu ortaya çıkmıştır (Sezer 1992). Tütün ile en fazla nikotini sigara biçiminde kullanıldığında içermektedir (şahin 1995). Sigara içme davranışı, bağımlılık kararını vermede kullanılan "belirli bir kalıp içinde süren ve kompulsif karakterli olan madde kullanımı, bu Şekilde kullanılan maddenin psikoaktif olması yani merkezi sinir sistemini etkileyerek kişinin davranışını değiştirebilme özelliğinin bulunması ve maddenin davranışlar üzerinde olan ve ödül olarak algılanan etkisinin pekiştireç olarak işlev görmesi" ltlerine uymaktadır (Sezer 1992).

Sigaranın içindeki nikotinin ve onun dışındaki 4000'den fazla kimyasal maddenin sağlığa zararlı etkileri tıbbi çalışmalarla kanıtlanmıştır (Emri 1993). Bu çalışmalara göre nikotin, organ ve doku kanserlerine neden olmakta, işta-hı kesmekte, sindirim bozukluğuna yolaçmakta, uyku düzensizlikleri yaratmakta, damar sertliği yapmakta, enfarktüse zemin hazırlamakta ve cilt bozukluklarına yol açmaktadır. Sigara kullanımının artışı ile akciğer kanserinden ölme sıklığı arasında pozitif bir ilişki olduğu tıbbi çalışmalarda belirtilmektedir (ztrk 1980).

Sigaranın farmakolojik ve psikolojik etkileri olduğu bilinmektedir. Farmakolojik etkilerinin ayrıntılı olarak tanınmasına karşın psikolojik etkileri konusundaki bilgiler oldukça sınırlı kalmaktadır. Özellikle, içme yaygınlığı ve kişilik etmenleri konusundaki araştırmalar oldukça azdır.

Dünya Sağlık rgt (WHO) tarafından yapılan araştırmalar, gelişmiş ülkelerde sigara içmenin ve özendirici reklam kampanyalarının yasaklanması- na karşın, gelişmekte olan ülkelerde sigara içme oranının ürkütücü bir hızla

arttığını göstermektedir (Çivi, Şahin 1991). Türkiye’de de, gelişmiş ÷lkeledeki eğilimin aksine tütün tüketimi sürekli ve düzenli bir biçimde artmaktadır (Sezer 1985).

Piar’ın 1988’de yaptığı Sigara Alışkanlıkları ve Sigarayla Mücadele Kampanyasında Türkiye’deki 15 yaşın üzerindeki nüfusun %44’ünün sigara içmekte olduğu saptanmıştır. Aykut’un (1988) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada da benzer sonuçlar bulunmuştur. Öğrencilerin %52.9’unun 17-19 yaşlarında, %38.8’inin ise 17 yaşından önce sigara içmeye başladığı bulunmuştur. Yine Hacettepe Üniversitesi’nde yapılan bir araştırmada kız öğrencilerin %41’inin, erkek öğrencilerin %57’sinin sigara içtiği saptanmıştır.

Mental Bozuklukların Tanı ve Ölçütleri El Kitabı’nda (DSM IV) sigara içmenin psikolojik ve fizyolojik bağımlılık yaptığı açıklanmıştır. Yine Dünya Sağlık Örgütü tarafından hazırlanan Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması (ICD-10) (1993) El Kitabı’nda sigara içme tütün bağımlılığı olarak tanımlanmaktadır. Ülkemiz nüfusunun büyük bir kısmı 0-25 yaş arasındaki gençlerden oluştuğı dikkate alındığında sigara içmeyi konu olan bir araştırmanın yapılmasına gerek vardır.

Problem

Bu araştırmanın amacı, sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağılı olarak yalnızlık ve uyum düzeylerinin farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymaktır.

Denenceler

Araştırmanın amacına yönelik olarak denenceler 4 grupta ele alınmıştır:

- 1.0. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak UCLA Yalnızlık Ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
- 2.0 Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE genel uyum ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
- 3.0 Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE kişisel uyum alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
 - 3.1 Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE kendini gerçekleştirme alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
 - 3.2 Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE duygusal kararlılık alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
 - 3.3 Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE nevrotik eğilimden arınıklık alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
 - 3.4 Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE psikotik belirtiden arınıklık alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
- 4.0 Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE sosyal uyum alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.

- 4.1 Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE aile ilişkileri alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
- 4.2 Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE sosyal ilişki alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
- 4.3. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE sosyal norm alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.
- 4.4. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak HKE antisosyal eğilim alt ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında fark vardır.

Sayıtlılar

Araştırmanın örneklemini oluşturan üniversite öğrencileri kendilerine verilen ölçme araçlarını (Kişisel Bilgi Formu, HKE, Ucla Yalnızlık Ölçeği) yansız ve içtenlikle cevaplandırmışlardır.

Sınırlılıklar

Araştırma Ankara içindeki Hacettepe Üniversitesi, Ankara Üniversitesi, Gazi Üniversitesi öğrencileri ile sınırlı olduğundan araştırma bulguları ancak benzer nitelikteki devlet üniversitelerinde okuyan gençlere genellenebilir.

Tanımlar

Sigara içme: Hergün düzenli biçimde en az bir sigara içmek.(DSM III-R, 1991).

Yalnızlık: Ucla Yalnızlık Ölçeği'ni geliştirenlerden Peplau ve Perlman (1982) yalnızlığı, bireyin kurmak istediği ilişkiler ile gerçekte sahip olduğu ilişkiler arasındaki uyumsuzluk sonucu ortaya çıkan psikolojik bir durum olarak tanımlamaktadırlar.

Uyum: Bireyin iç dünyası ve sosyal yapısı ile dengeli, yapıcı, yaratıcı, verimli, sağlıklı, etkili ve olumlu ilişkiler kurabilme, geliştirebilme ve sürdürülebilmek sürecidir (Baş 1984).

Kişisel uyum: HKE'nin bireyin kendini gerçekleştirme, duygusal kararlılık, nevrotik eğilimlerden arınlık ve psikotik belirtilerden arınlığını kapsayan 4 alt ölçeğinden alınan puanların toplamıdır (Özgüven 1992).

Sosyal uyum: HKE'nin aile ilişkileri, sosyal ilişkiler, sosyal normlar ve antisosyal eğilimlerini kapsayan 4 alt ölçeğinden alınan puanların toplamıdır (Özgüven 1992).

Genel uyum: HKE'nin kişisel uyum ve sosyal uyum ölçeklerinden alınan puanların toplamıdır (Özgüven 1992).

Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Günümüzde sigara içme davranışının hızla yayıldığı yurt içinde (Kocabaş 1988; Akgün 1988; Aykut 1988; Piar 1988; Sezer 1992; Pekşen 1995) ve yurt dışında (Collins ve ark. 1987; Stanton 1993; Klein 1995) yapılan araştırmalarla saptanmıştır. Araştırmalarda gençlerin 13-14 yaşlarında sigara içmeye başladığı görülmektedir (Sezer 1985; Bilir, Mağden 1984; Aykut 1988, Yazgan-Inanç 1994). Sigara içenler sigara içme nedenleri olarak yalnızlık hissetmek, sosyal ortamlara ayak uydurmak, gruptan dışlanmamak ve kaygıyı azaltmak gibi gerekçeleri göstermektedirler (Spritz 1965; Cherry ve Kiernan

1976; Sieber ve Angst 1990; Stanton 1993; Sezer 1985; Aykut ve Öztürk 1989; Baykan ve Bulduk 1990; Çivi ve Şahin 1991).

Bütün bunlar yalnızlık ve uyum düzeyinin sigara içme davranışını etkileyebileceğini akla getirmektedir. Yalnız bir birey, yalnızlığını gidermek için sigaraya sarılabilmektedir. Sosyal ortamlara uyum sağlamak, arkadaşlara özenmek, büyüdüğünü göstermek, arkadaş gruplarından dışlanmamak için bireyler sigara içmeye yönelebilmektedir.

Sigara içme davranışına bağlı olarak bireylerin yalnızlık ve uyum düzeylerinin farklılık gösterip göstermediğinin bir araştırma sonucu ile saptanması, sigara içme nedenlerinin açıklığa kavuşturulması sigara içmeyi önlemeye yönelik buna yönelik olarak rehberlik çalışmalarının programlanması açısından önemlidir. Çünkü sigara içme nedenleri bilinmeden, sigaraya başlamanın önlenmesi, sigarayı bıraktırma çalışmalarının yapılması yeterince başarılı olmayabilir. Eğitim kurumlarında çalışan Psikolojik Danışma ve Rehberlik uzmanları bu araştırmanın bulgularına dayalı olarak önleyici çalışmalar yapabilirler. Özellikle yalnızlık ve uyum ile ilgili çalışmalar yaparak hem sigara içmeyenler için önlem çalışmaları, hem de sigara içenler için bıraktırıcı programlar düzenleyebilirler.

BÖLÜM II

İLGİLİ YAYINLAR

Bu bölümde önce sigara içme davranışı, yalnızlık ve uyum ile ilgili kuramsal çerçeve verildikten sonra, aynı konularla ilgili araştırmalar verilmiştir.

A - KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde sigara içme davranışı, yalnızlık ve uyum ile ilgili kuramsal araştırmalara yer verilmiştir.

Sigara İçme Davranışına İlişkin Kuramsal Çerçeve

Son yıllarda sigara içme davranışı ile ilgili olarak yapılan çalışmalar, sigara içen bireylerin nitelikleri, sigara içme nedenleri ve sigaranın zararları üzerinde yoğunlaşmıştır.

Yapılan çalışmalarda sigara içmenin basit bir alışkanlığın ötesine geçip madde bağımlılığı halini aldığı bilinmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'ne (WHO) göre bağımlılık, kullanılan madde ile canlı organizma arasındaki etkileşimden kaynaklanan ve organizmada madde kullanımına yönelik engellenemez bir arzunun oluşması başta olmak üzere, bazı davranış değişiklikleri ve diğer bazı değişikliklerle karakterize edilen ruhsal, bazen de fiziksel bir durumdur. Madde kullanımı sonucu oluşan ruhsal değişiklikleri yeniden yaşamak için, bazen de maddenin kullanılmaması durumunda ortaya çıkabilecek yoksunluk belirtisinden sakınmak için, madde kullanımına karşı oluşan engellenmesi güç bir arzu olarak tanımlanmaktadır (Akt. Sezer 1992).

Bağımlılık kararını vermede kullanılan ve kaynağını yukarıdaki tanımdan alan üç ölçüt vardır:

- 1- Belirli bir kalıp içinde süren ve kompulsif karakterli madde kullanımı.
- 2- Bu şekilde kullanılan maddenin psikoaktif olması yani merkezi sinir sistemini etkileyerek kişinin davranışını değiştirebilme özelliğinin bulunması.
- 3- Kullanılan maddenin davranışlar üzerinde olan etkisinin kişi tarafından ödül olarak algılanması ve madde kullanma davranışının yeniden ödül almaya yönelik olarak pekişmesi.

Sigara bağımlılarının benzer kullanım özellikleri şunlardır: Başlamayı izleyen dönemde günlük kullanılan miktar giderek artmaktadır. Sigara bağımlıları uyandıktan sonra ilk sigaralarını içmekte, daha sonra gün boyunca belirli miktarda kullanmayı sürdürmektedirler (Sezer 1992).

Gırtlak kanseri nedeniyle gırtlak çıkarılmış hastaların, boyun derisinden açılmış bir delikle sigara içmeyi sürdürmeleri; sigaranın yol açtığı kanser veya kalp hastalarının, %50'sinin yeniden sigara içmeye başlamış olmaları; içilen sigara miktarı düşürülünce, dumanı içe çekme sıklığının artması kompulsif kullanıma örnek olarak gösterilebilir.

Cohen ve arkadaşlarının (1991) yaptığı bir çalışmada nikotinin etkilerinin hoşla gittiği ve hoşla giden etkileri ölçen bir ölçek (Morphine Benzedrine - Group "MBG" Scale) ile ölçülebildiği görülmüştür. Nikotinin dozu yükseltildikçe MBG ölçeği puanının da yükseldiği gözlenmiştir. Ayrıca, aralıklı pekiştireç tarifesi kullanılarak yapılan araştırmalarda nikotinin pekiştireç özelliğinin olduğu görülmüştür (Akt. Sezer 1992).

Sigara bağımlılığı Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından hazırlanan "Men-

tal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı"nda (DSM III-R) nikotinin yo-laçtığı Organik ve Mental Bozukluklarda 292.00 koduyla Nikotin Yoksunluğu olarak tanımlanmıştır. Nikotin yoksunluğu tanısı için;

A. Kişinin en az bir kaç haftadan beri hergün nikotin kullanıyor olması,

B. Nikotin kullanımının birden kesilmesinden ya da kullanılan nikotin miktarının azaltılmasından sonraki 24 saat içinde kişide aşağıdaki bulguların en az 4'ünün olması gereklidir:

- 1) Şiddetle nikotin arayışı içinde olma,
- 2) Sinirlilik, kızgınlık ya da öfke duyma,
- 3) Kaygı yaşama,
- 4) Düşüncelerini toplamada zorluk çekme,
- 5) Huzursuzluk yaşama,
- 6) Kalp hızında azalma,
- 7) İştahta artma ya da kilo alma.

Ayrıca sigara bağımlılığı DSM III-R'da da(1991), daha gelişmiş hali olan DSM IV (1994)'de de Psikoaktif Madde Kullanım Bozuklukları'nda 305.10 ko-duyla nikotin bağımlılığı olarak tanımlanmıştır.

Dünya Sağlık Örgütü tarafından hazırlanan "Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması (ICD-10)" El Kitabında (1993) sigara içme, tütün bağımlılığı olarak F 17-2 koduyla tanımlanmıştır. ICD-10'da semptomların son bir yıl için-de bulunması koşulu aramaktadır. ICD-10'da tütün bağımlılığı tanısı için kişi-de aşağıdaki belirtilenden en az üçünün bulunması gerekmektedir:

- 1) Tütün kullanmak için çok güçlü istek duyulması,
- 2) Tütün kullanma davranışını denetlemede güçlük yaşanması,
- 3) Bırakıldığında ya da azaltıldığında kesilme belirtisinin ortaya çıkması,
- 4) Tolerans gelişimi,
- 5) Tütünü elde etmek, kullanmak, etkilerinden kurtulmak için harcanan zamanın diğer ilgi ve uğraşları olumsuz yönde etkileyecek şekilde artması,
- 6) Tütüne bağlı olarak ruhsal ve fiziksel yönden zarara uğramaya rağmen kullanmaya devam edilmesi.

Sigaranın bağımlılık yapan diğer psikoaktif maddelerden farkı yasal ve her yerde kullanılabilir oluşudur. Ayrıca içilen sigaranın dumanı, içicinin dışında aynı ortamda bulunan bireyleri de etkilemektedir (Cocores 1993).

Sigara içenler sınıflandığında, 4 tip içici olduğu görülmektedir (Sigara Alarmı 1992):

- 1- Hergün içenler (daily smokers): Günde en az 1 tane içenler.
- 2- Ağır içiciler (heavy smokers): Günde 20 tane veya daha fazla içenler.
- 3- Ara sıra içenler (occasional smokers): Günde 1 sigaradan daha az içenler.
- 4- İçmeyenler: a) Sigara içmeyi bırakmış olanlar (exsmokers) b) Diğer içmeyenler (other nonsmokers)

Sigara içme nedenlerine ilişkin görüşler kısaca şu şekilde toplanabilir:

Pekşen (1995) sigaraya başlama nedenlerini bağımlılık ve bağımsızlık

çatışması, akran baskısı ve cinsel kimlik olmak üzere üç boyutta ele almıştır. Genç büyüklerine özenmekte ve büyüdüğünü kanıtlamak için sigaraya yönelmektedir. Sigara içmenin bir büyüme olarak algılandığı akran grubunda, bu davranışa özenme ve gruba ait olma duygusunu yaşatma adına “zehir olsa içilir” anlayışıyla sigaraya başlayan çok genç vardır. Gençlik çağının önemli sorunlarından birisi de toplumdaki cinsiyete verilen değer ve önemdir. Ataerkil değerlerin üstün olduğu geleneksel toplumlarda erkek olmak üstünlük, bu üstünlüğün gereği olarak bazı tutum ve davranışları sergilemek zorunluluktur. Sigara ve içki kullanımı erkeksi davranışlardır. Gençler arasında erkeksi davranışlara yönelmek ne kadar erken olursa, erkeklik gücünün de o denli sağlam olacağı inancıyla gençler sigaraya başlamaktadırlar. Yine Pekşen (1995)’e göre sigaraya bağımlılık nedenleri olarak nikotinin farmakolojik özellikleri, aile yapısı, kişilik özellikleri ve toplumsal olaylar gösterilebilir.

Arı (1991)’ya göre gençlerin çoğu aile otoritesine, okul disiplinine, toplumun baskılarına, geleneklerin sıralamalarına, kanunların koyduğu cezalara, yasakların zorlamalarına karşı sigara içmeyi, özgürlüklerini, kendine güven duygularını ve kişiliklerini kanıtlamanın sessiz anlatımı olarak görürler.

Baltaş ve Baltas (1992)’a göre sigara içenler, sigaraya genellikle ergenlik döneminde veya ergenlikten hemen sonra gelen genç yetişkinlik döneminde başlamışlardır. Bu yaşlarda sağlığı kaybetmek ve ölüm, hayatın gerçekleri olarak kişiden çok uzaktır. Ergenler arasında sigara içmek yetişkinliğin ve yetişkinliğin temsil ettiği bir bağımsızlığın ölçüsüdür. Gruba uymak için arada sırada yakılan sigaralar gencin utangaçlığını ve sosyal hayata karşı kendine duyduğu güvensizliği maskeleymektedir.

Bilim ve Teknik dergisinden (1988) aktarılan bir araştırmaya göre sigara içenlerle içmeyenler arasında çeşitli kişisel farklılıkları saptanmıştır. Bunlar arasında en göze çarpanı sigara içenlerin içmeyenlere göre daha dışa dö-

nük, maceracı, kolay riske atılabilir, sinirli, kurallara daha az uyma eğilimi gösteren bir yapıya sahip olmalarıdır.

Ziyalar (1988)'a göre sigaranın bırakılamayışının sebebi, insanın bu maddeyi kendinden bir parça gibi hissetmesidir. Sigara alışkanlığının yayılmasında en önemli faktör beden imajıdır. Sigara bireyin kendisini daha hacimli hissetmesini sağlamaktadır. Yani birey mekanda göreceli olarak kendisini daha güçlü hissetmektedir. Sigara içmenin diğer nedenleri arasında, cinsel olgunluğa erişme, ebeveynlere bağlı olmama gibi büyüme göstergesi olarak görülmesi ve haz vermesi sayılabilir.

Spritz (1965) gençlerin, arkadaşlarının sigara içme önerilerine hayır diyememelerinin önemli bir sigara içme nedeni olduğunu bulmuştur. Gençler, ayrıca, sıkıntılarını paylaşmak, içlerindeki boşluğu doldurmak ve yalnızlık duygularının üstesinden gelebilmek içinde sigaraya başlamaktadırlar (Akt. Bilgin 1989).

Collins ve arkadaşlarına göre (1987) sigara içmenin toplumca onaylanması ve kullanımının yaygınlığı, rahatlatıcı olması, bireylerin birbirlerine uyma gereksinimleri, sigara içmenin asilik etme fırsatı vermesi, sigara içme nedenleri olarak gösterilebilir (Akt. Korkut 1994).

Köknel (1991)'e göre anne-babanın sigara içip içmemesi, sigara içme alışkanlığının yerleşmesinde önemli bir unsurdur. Yapılan bir çalışmada sigara içen anne-babaların çocuklarında bu alışkanlığın daha fazla gözlemlendiği görülmüştür.

Son yıllarda Amerika'da ve bazı Avrupa ülkelerinde kapalı alanlarda sigara içilmesi yasaklanmıştır. Sigara içme alışkanlığına karşı olanlar sigarayı bırakma kampanyaları düzenleyerek, sigaraya karşı bir savaş başlatmışlardır.

Sigara ile mücadelede çok çeşitli yöntemler uygulanmaktadır. Çeşitli kuruluşlarda sigara içmeyi yasaklayarak, eğitim kurumlarında sigaranın zararlarını açıklayan programlar uygulayarak, medya kuruluşlarını kullanarak, halkı bilinçlendirerek ve tütün fonunu arttırarak sigara ile mücadeleye çalışılmaktadır.

Sigara içme davranışına müdahale yöntemleri 6 grupta toplanabilir. Elektrik şoku, imajinatif uyarıcılar, hızlı içme, duman tutmayı içeren kaçınma (aversive) stratejileri; nikotin sakızı ve nikotin azaltıcı yöntemleri içeren nikotin odaklı stratejiler; uyarıcı kontrollü yaklaşımlar, yedek davranış geliştirme, rahatlatma teknikleri, stresle başa çıkma tekniklerini içeren çok yönlü programlar; içme şekline yönelik kontrollü içme stratejileri; başa çıkma becerileri geliştirme, sosyal destek, bilişsel yeniden yapılanmaya ilişkin sürdürme stratejileri ve okul programları ve medya kanalıyla önleyici stratejiler olmak üzere sınıflanabilir (Yazgan - İnanç 1994).

Amerika'da bulunan Mayo Nikotin Bağımlılık Merkezi, sigara ile mücadelede doktor, hasta ve psikolojik danışmanı içine alan üçlü bir ilişkiye göre çalışmalarını davranış terapisi, alışkanlıkların tedavisi, ek farmakolojik tedavi ve yeniden başlamanın önlenmesi olarak temellendirmiştir (Akt. Tür 1995).

Brochier (1993) sigaraya karşı açılan bu savaşa, şiddetle karşı çıkmakta ve sigara içme yasağını bireylerin özgürlüklerine yönelen açık bir saldırı olarak görmektedir. Brochier'e göre sigara içme yasağı ile sağlık ya da ekonomi gerekçesiyle yaşamın bütün zevklerinin mahkum edilmesine doğru gidilmektedir.

Yine de tüm dünyada sigarayı bırakmaya yönelik çalışmalara gidilmekte, kapalı alanlarda, toplu taşıma araçlarında sigara içenler için özel bölümler oluşturulmaktadır.

Türkiye 1996 yılına kadar sigara ile mücadelede oldukça yetersiz kalmaktaydı. Sadece Sigara ile Mücadele Derneği kurularak, sigara ile mücadele için bir kanun tasarısı hazırlanmış, halk bilinçlendirilmeye çalışılmıştır. Bu arada, Ankara Üniversitesi ve Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakülteleri Göğüs Hastalıkları Kliniklerinde Sigara Bırakma Poliklinikleri kurularak sigara bırakma programları düzenlenmeye başlanmıştır. Korkut (1994b) Hacettepe Üniversitesi öğrencileri ile bireyin kendi çabası ile bırakması yöntemini kullanarak sigara bıraktırma program denemeleri yapmıştır. Ayrıca İstanbul'da AMATEM bu konuda çalışmalarını sürdürmektedir. 26 Kasım 1996'da Resmi Gazete'de yayınlanan "Tütün Mamüllerinin Zararlarının Önlenmesine Dair 4207 Sayılı Kanun" sigara kullanımı ve sigara tanıtımına ilişkin bazı sınırlandırmalar getirmiştir. Bu kanunun amacı, kişileri tütün ve tütün mamüllerinin zararlarından, bunların alışkanlıklarını özendirici reklam, tanıtım ve teşvik kampanyalarından koruyucu tedbirler almaktadır. Bu kanuna göre sağlık, eğitim-öğretim ve kültür hizmeti veren yerler ile kapalı spor alonlarında ve toplu taşımacılık yapılan her türlü araçta ve bunların bekleme salonlarında, kamu hizmeti yapan kurum ve kuruluşlarda beş veya beşten fazla kişinin görev yaptığı kapalı mekanlarda tütün ve tütün ürünlerinin içilmesi yasaklanmıştır. Aynı kanunla tütün ve tütün mamüllerinin isim ve marka kullanılarak reklam ve tanıtımının yapılması veya bunların kullanılmasını teşvik ve özendirici kampanyaların düzenlenmesi ve onsekiz yaşınan küçüklere sigara satılması yasaklanmıştır.

Bu kanun uyarınca tütün ve tütün ürünlerinin içilmesinin yasaklandığı yerlerde, yasağı ve buna uymamanın sonuçlarını belirten uyarı yazılarının asılması zorunlu tutulmuş, ayrıca Türkiye Radyo ve Televizyon Kurumu ve özel televizyon kurumlarının ayda en az doksan dakika tütün ve tütün ürünleri alışkanlığının zararları konusunda uyarıcı ve eğitici yayınlar yapılması ön-

görülmüştür. Yasağa uymayanlara para cezası verilmektedir (T.C. Resmi Gazete 1996).

Bu gelişmeler ülkemiz için oldukça önem taşımaktadır.

Yalnızlık ile İlgili Kuramsal Çerçeve

Spritz (1965) ve Stanton (1993) tarafından sigara içme nedeni olarak belirtilen yalnızlığa ilişkin kuramsal çerçeve aşağıda açıklanmıştır.

Yalnızlığı, bireyin sosyal ilişkiler ağında nitelik ve nicelik olarak belirgin eksiklerin olması sonucu ortaya çıkan ve hoş olmayan bir yaşantı olarak gören Peplau ve Perlman (1984) üç önemli noktaya dikkati çekmişlerdir. Bunlardan ilki yalnızlığın bireyin sosyal ilişkilerindeki eksikliğin sonucu olarak görülmesidir. Yalnızlık bireyin sosyal ilişkileri ile sosyal gereksinim ve arzularının birbirine uymaması durumunda ortaya çıkmaktadır. İkinci olarak yalnızlık öznel bir yaşantı olup sosyal yalıtım ile aynı anlamda ele alınmalıdır. Birey fiziksel olarak yalnız kalmaksızın da yalnızlık durumu yaşayabilmektedir. Üçüncü olarak değinilen nokta, yalnızlık yaşantısının hoş olmayan bir yaşantı olmasıdır (Akt. Demir 1990). Bu araştırmada ele alınan yalnızlık, bireyin istemediği, hoşlanmadığı yalnızlıktır. Bazı durumlarda yalnızlık istendik, hoş giden bir durum olarak algılanabilir.

Yalnızlığın süresi de önemli bir boyut oluşturmaktadır. Young (1982) süreye göre üç tip yalnızlık belirlemiştir. Geçici yalnızlık, belirli ve anlık yalnızlık duygusunu içermektedir. Durumsal yalnızlıkta, herhangi bir değişiklik olana kadar sosyal ilişkilerinden doyum sağlayan bireyin bu değişiklik olunca ilişkilerinden doyum sağlamaması görülmektedir. Kronik yalnızlık, iki yıl veya daha fazla süre içerisinde bireyin sosyal ilişkilerinden doyum almama durumu olarak tanımlanmıştır.

Hasson ve Jones (1981) yalnız bireylerin kendileri ve başkaları hakkındaki beklentilerinin ve duygularının olumsuz olduğunu ve bu yüzden sosyal uyum süreçlerinin sınırlandığını belirtmektedirler.

Geçtan (1988) gerçek yalnızlık durumunu; bireyin kendisini anlaşılmamış ve kimsesiz hissettiği durum olarak algılanmakta ve yalnızlık kavramının gerçek yalnızlık durumunun yanı sıra bir bireyin tek başına yaşaması biçimindeki soyut yalnızlık, kendi toplumuna yabancılaşma biçiminde yaşanan yalnızlık, bireyin kendi seçimiyle çevresiyle ilişkilerini en aza indirerek yaşadığı yalnızlık gibi birbirinden farklı yaşantılar içinde kullanıldığını belirtmektedir. Birey ergenlik ve onu izleyen genç yetişkinlik döneminde yakın ilişkiler ve dostluk aramaktadır.

Goswick ve Jones (1981) yalnızlık ile uyum ve benlik kavramı arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında yalnızlığın olumsuz benlik kavramı ve düşük uyum ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Uyum ile İlgili Kuramsal Çerçeve

Collins (1987), Cherry ve Kiernan (1976), Clark, Mac Pherson ve Holmes (1982), Sieber ve Angst (1990), Sezer (1985), Aykut ve Öztürk (1988), Baykan ve Bulduk (1990), Çivi ve Şahin (1991)'in araştırmalarında sigara içme nedeni olarak belirtilen uyuma ilişkin kuramsal çerçeve aşağıda açıklanmıştır.

İstatistiksel yaklaşıma göre uyum ortalama ile eş anlamda tutulmaktadır. Bu yaklaşım, davranışların normallik oranlarını ölçmek amacıyla uygulanmakta ve değerlendirmeyi çan eğrisinin matematik ilkesine göre yapmaktadır. Buna göre çoğunluğu oluşturan grup normal kabul edilirken eğrinin iki ucun-

da kalanlar normal dışı kabul edilmektedir. Tıbbi yaklaşıma göre uyum sağlamlıklılık olarak, uyumsuz davranışlar ise organik bir bozukluk sonucu olarak ele alınmaktadır (Geçtan 1984).

Farklı psikolojik yaklaşımlara göre uyum şöyle incelenebilir. Psikoanalitik yaklaşım uyumlu insan ile değil, uyumsuz insanla ilgilenmektedir. Uyumsuz insan, bilinmeyen kaygı ve bunalımları olan, savunma mekanizmalarını çok fazla kullanan insandır (Akay 1990). Davranışçı yaklaşıma göre uyum, dışarıdan gelen uyarıcılara uygun tepkilerde bulunmak ve patolojik belirtilerin olmayışı ile açıklanır (Kızıltan 1984).

Hümanist yaklaşıma göre sağlıklı davranış yoksunluğu uyumsuzluktur. Uyumsuz davranışın kişinin kendini kabulde, davranışının sorumluluğunu yüklemde, kendine kişisel bir yaşam amacı seçmede başarısızlığa uğraması sonucu ortaya çıktığı kabul edilir (Bilal 1984).

Sosyal psikolojik yaklaşımın dayandığı temel rol teorisine göre ise uyum, bireyin çevreyi anlama girişimi, bilişsel faaliyeti ve sosyal statüsüne uygun davranabilme yeteneğidir (Bilgen 1989).

Çeşitli yaklaşımların ve araştırmacıların uyumu açıklarken değişik ölçütler üzerinde durmasından yola çıkılarak uyumun göreceli bir nitelik taşıdığı söylenebilir.

Sigara içme davranışı, yalnızlık ve uyum ile ilgili kuramsal çerçeveden sonra, bu konularda çeşitli değişkenler üzerinde yapılan araştırmalar bir sonraki bölümde özetlenmiştir.

B- İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Sigara İçme ile İlgili Araştırmalar

Bu bölümde sigara içme davranışına ilişkin yurtdışında ve Türkiye'de yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

Sigara içenlerle yapılan birçok araştırmada, sigara içenler, sigaranın kaygıyı azalttığını belirtmişlerdir. Bu çalışmalar bireylerin stres altındayken daha çok sigara içtiğini göstermektedir. Yapılan deneysel çalışmalarda kaygının sigara içmeyi arttırdığı görülmüştür. Ancak, sigara içme kaygıyı azaltmamaktadır (Jarvick ve ark. 1989). Benzer bulgular Fleming ve Lombardo'nun (1989) çalışmalarında ortaya çıkmıştır. Fleming ve Lombardo'da sigara içmenin kaygıyı azaltmadığını bulmuşlardır.

Dei, Tilley ve Gaw (1991) gençlerin ve ileri yaş gruplarındaki bireylerin sigara içme nedenlerini incelediklerinde anlamlı farklar bulmuşlardır. İleri yaş grubundaki bireyleri sigara içmeye güdüleyen faktör, otomatik bir alışkanlık haline gelmesidir.

Kişilik özellikleri ve sigara içme davranışı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalarda benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Stanton'un (1993) ergenlerle yaptığı bir çalışmada sigara içenler içme nedenleri olarak sigara içen arkadaşlara katılmak, arkadaş gruplarından dışlanmamak, ailesinin sigara içmesi, can sıkıntısından, sigara içerken güzel zaman geçirmesi sigaranın rahatlatıcı, kaygıyı azaltıcı ve problemlerini unutmasını sağlayabildiği için ve kolay bulunabilmesini göstermişlerdir. Bu araştırmaya göre sigara içmeyenler ise, sigaranın sağlığa olumsuz etkileri olduğu

için, fiziksel açıdan olumsuz gözükecekleri için ve arkadaş çevresinde içilmediği için sigara içmemektedirler.

Yine, Smith'in 1970 yılında yaptığı bir araştırmaya göre sigara içenlerin kişilik özellikleri olarak dışa dönüklük, anti-sosyal eğilimlerde fazlalık, dışsal denetimlilik, impulsif eğilimler ve oral alışkanlıklara sahip olunması olarak sıralanmıştır (Akt. Hunt 1970). Cherry ve Kiernan'ın (1976) yaptığı araştırmalarda da benzer bulgular elde edilmiştir. Bu bulgulara göre dışa dönüklükle sigara içme arasında anlamlı bir ilişki olduğu vardır. Yine, Sieber ve Angst (1990)'ın yaptığı bir çalışmada, sigara içenlerin daha dışa dönük olduğu nevroitik eğilimlerinin daha fazla olduğu ve bunlara depresyonun eşlik ettiği bulunmuştur.

Clark, Mac Pherson ve Holmes (1982)'un yaptığı çalışmalarda Smith'in dışsal denetimlilikle ilgili bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Dışsal denetimli gençlerin içsel denetimli gençlerden çok daha fazla sigara içtiği bulunmuştur.

Billings ve Moss (1983)'un yaptığı bir araştırmada ise çok fazla sigara içenlerin; hiç sigara içmeyenlere oranla kaygı ve depresyon düzeyleri daha yüksek çıkmıştır.

Bireyin sigara içme davranışını etkileyen değişkenlerden birisi olan anne-babanın ve diğer yakınların sigara içmeleriyle ilgili olarak yapılan araştırmalarda vardır. Anne-babanın sigara içmesinin bireyin sigara içmesine etkisi ile ilgili araştırmalarda çelişkili sonuçlar bulunmuştur.

Murray ve Reynolds (1988)'un yaptığı bir araştırmada ebeveynlerin, kardeşlerin ve arkadaşların sigara içme konusundaki davranış ve tutumlarının bireyin sigaraya başlaması üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Ogawa ve ar-

kadaşları (1988) ise ana-babalar büyük kardeşler ve yakın arkadaşlar arasında sigara içme oranının artmasıyla birlikte, öğrencilerin sigara kullanma oranlarının da arttığını, buna karşılık sigara içmeyenlerin oranının azaldığını görmüşlerdir. Öğrencinin sigara içmesi üzerinde, sigara içen bir anneye sahip olmak, sigara içen bir babaya sahip olmaktan daha fazla etkili bulunmuştur.

Farklı ülkelerdeki sigara içme oranlarına ilişkin olarak yapılan çalışmalarda çarpıcı sonuçlar mevcuttur. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) verilerine göre sigara içme alışkanlığı 1970-1985 yılları arasında ortalama %7.1'lik bir artış göstermektedir. Sigara içme alışkanlığı Asya, Latin Amerika ve Afrika'da büyük bir artış gösterirken Kuzey Amerika ve Avrupa'da azalmaktadır. Türkiye'de bu artış %10 civarındadır (Akt. Pekşen 1995).

1989 yılında Avrupa Ekonomik Topluluğu'na üye 12 ülkenin yurttaşlarının sigara içme alışkanlıkları üzerinde yaptığı bir araştırma raporuna göre; kadın tiryaki oranının %45'le en yüksek olduğu ülke Danimarka, %12 ile en düşük olduğu ülke Portekiz'dir. Yunanistan %61 ile en yüksek erkek tiryaki oranını elinde tutmaktadır. En düşük erkek tiryaki oranı ise %38 ile İrlanda'dır. Yunanistan'da yaşları 15-24 arasında değişen gençlerin %59'u sigara bağımlısıdır. Sigara içmeyen halk rekorunu elinde tutan Portekiz'de bile sigara içme davranışının hızla arttığı, sigara içen genç oranının %52'yi aştığı bulunmuştur. Üstelik Portekiz aşırı katranlı sigara satışının yasaklandığı ve sigara reklam kampanyalarına sansür uygulandığı bir ülkedir (Akt. Klein 1995).

Amerika'daki Mayo Nikotin ve Bağımlılık Merkezi sigara içmeyi bıraktırmada davranış terapisi, alışkanlıkların tedavisi, ek farmakolojik tedavi, yeniden başlamanın önlenmesi gibi yöntemler kullanmaktadır. Sigarayı bıraktırmada en önemli etken güdülenmektedir. Güdülenme, aile, arkadaşlar, medya mesajları, öğretmenler, sağlık uzmanları ve psikolojik danışmalar ile

sağlanabilir. Yapılan araştırmalarda güdülenen olan bireylerin sigara içmeyi daha kolay bıraktıkları görülmüştür. Son yıllarda geliştirilen sigara içmeyi bırakma yöntemleri; kendi kendine bırakma, klinikler ve gruplarla çalışma, tıbbi tedavi, davranışçı yöntemler, doktor önerileri, hipnoz, akupunktur ve kitle iletişim ve toplu programlardır. Bu yöntemlerin sigara içmeyi bırakmada başarılı olduğu görülmüştür (Tür 1995).

Aşağıda sigara içme oranlarına, sigara içen bireylerin niteliklerine ve sigara içme nedenlerine ilişkin olarak ülkemizde yapılan araştırmalardan bazıları özetlenmiştir.

1981 yılında İzmir'de 15-18 yaş arasındaki gençlerle yapılan bir çalışmada erkeklerin %37.7'sinin, kızların %25'inin sigara içtiği bulunmuştur. İçme nedenleri olarak sıkıntı giderme, akran baskısı, merak ve arkadaş hatırı sayılmıştır (Akgün 1988). Bilir ve Mağden'in (1984) H.Ü.'de yaptıkları bir araştırmaya göre kız öğrencilerin %41'i, erkek öğrencilerin %57'si sigara içmektedirler.

Önder(1984) sigara içme oranları ve nedenleri üzerinde yaptığı bir çalışmada öğrencilerin sigaranın sağlığa olumsuz etkilerini yeterince bilmediklerini bulmuştur. Öğrencilerin %43'ü sigara içerken, sosyo-ekonomik ve kültürel düzeyin sigara kullanımı üzerinde etkili olmadığı saptanmıştır. Erkeklerin kızlara göre daha fazla sigara içtiği bulunmuştur. Öğrencilerin %52.4'ü üzüntülü ve sıkıntılı oldukları zaman sigara içmek istediklerini ifade etmişlerdir.

Benzer biçimde Aykut'un (1988) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı bir araştırmada da erkek öğrencilerin kız öğrencilerden daha fazla sigara içtiği bulunmuştur. Bu araştırmaya katılan öğrencilerin %52.9'inin 17-19 yaşlarında, %38.8'inin ise 17 yaşından önce sigaraya başladıkları da elde edilen diğer bulgulardandır.

Sigara içme yaygınlığı konusunda ülkeyi temsil eder nitelikteki tek çalışma "Sigara Alışkanlıkları ve Sigara ile Mücadele Kampanyası Kamuoyu Araştırması" olan Piar 1988 araştırmasıdır. Bu araştırmaya göre 15 yaşın üzerindeki nüfusun %43.6'sının sigara içmekte olduğu, bu oranın erkeklerde %62.8, kadınlarda %24.3 oranında olduğu bulunmuştur. Sigara içenlerin %39'u sigara içmeye 15-18 yaşlarında, %20'si ise 11-14 yaşlarında başladıklarını, %64'ü günde 1 paket ya da daha fazla sigara içtiklerini; %59'u ise sigarayı bırakmayı denediklerini belirtmişlerdir. Benzer biçimde Aşut'un (1993) yaptığı bir çalışmada 15-18 yaşlarındaki gençlerin %39'unun sigara içtiği bulunmuştur.

Kocabaş'ın (1994) yaptığı bir araştırmaya göre sigara içmeye başlama yaşı 12-13'tür. Sigara içme orta yaşa kadar artmakta, daha sonra sabit kalmakta ve 55 yaşından sonra ise azalmaktadır.

Korkut'un (1994) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı bir araştırmada sigaraya başlama yaşının 14-19 yaşları arasında yoğunlaşmış olduğu ve cinsiyetler arasında sigaraya başlama yaşında anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir. Erkekler daha erken yaşlarda sigara içmeye başlamakta ve daha fazla sigara içmektedirler.

Şimdiye dek özetlenen araştırmalarda da görüldüğü üzere, sigara içme sıklığı en çok ortaöğretimin son yıllarında ve yükseköğretimin ilk yıllarındadır. Cinsiyetler açısından bakıldığında erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla daha fazla sigara içtiği gözlenmektedir.

1988 yılında Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi çalışanları üzerinde yapılan bir araştırmada, grubun %47'sinin sigara içtiği bulunmuştur. Benzer bir araştırma, yaşları 26-38 arasında değişen 254 tıp doktoru ile yapıldığında, erkek-

lerin %54'ünün kadınların %52.6'sının sigara içtiği bulunmuştur (Akgün 1988).

Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi ve Sağlık Hizmetleri Yüksekokulu öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada sigara içme sıklığı %24.7 olarak bulunmuştur. Kız öğrencilerin %16.6'sı, erkek öğrencilerin %30.4'ü sigara içmektedir. Kız ve erkek öğrencilerde yaş ilerledikçe sigara içme sıklığı artmakta olup, erkekler kızlardan daha fazla sigara içmektedirler. Sigaraya başlama, yükseköğrenime başlama sırasında en fazladır (Çivi, Şahin 1991).

Özyurda'nın (1991) Ankara Üniversitesi'nde çalışan hemşirelerle yaptığı bir araştırmada, hemşirelerin %51.9'unun sigara içtiği bulunmuştur. Sigaraya başlama yaşı 18.26'dır. Sigaraya başlama nedenleri olarak, arkadaş etkisi, yatılı okul stresi, iş yeri sorunları, ailevi ve kişisel problemler, büyüklere özenme gibi nedenler gösterilmiştir.

Sezer ve arkadaşlarının (1992) Elazığ'da yaptığı bir araştırmada doktorların ve diş hekimlerinin sigara içme oranlarına bakıldığında erkeklerin %54.9'unun, kadınların %39.5'inin sigara içtiği bulunmuştur. Yine Sezer ve arkadaşlarının (1994) bir çalışmasında hemşire ve ebelerin %50.8'inin hergün, %4.9'unun arasına sigara içtiği bulunmuştur. Sigara içen hemşire ve ebelerin %30.3'ü hasta yanında da sigara içmektedirler. Bu oldukça dikkat çekici bir bulgudur.

Benzer bir araştırma Dedeoğlu ve arkadaşları (1994) tarafından Antalya'da çeşitli sağlık kuruluşlarında çalışan 1570 sağlık personeli üzerinde yapılmış ve personelin %49.8'inin sigara içtiği bulunmuştur. Sigara içenlerin %79.8'i sigaradan zarar gördüğünü, %81.1'i de başkalarına sigarayı bırakmayı tavsiye ettiklerini söylemişlerdir. Sigara içme, alkol kullanma ve ailede

sigara içen birisinin olmasıyla ilişkili bulunmuştur. Önder ve arkadaşları (1994) Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi çalışanlarında sigara içme sıklığını öğretim üyesi ve uzmanlarda %29.7; araştırma görevlilerinde %27.2, hemşirelerde %46.2 olarak bulmuşlardır.

Sigaranın sağlığa zararları konusunda bilinçli olması beklenen sağlık personeli üzerinde yapılan bu araştırmaların sonuçları oldukça dikkat çekicidir.

Ülkemizde sigara içme nedenlerine ilişkin olarak yapılan birçok araştırma vardır. Bunlar :

Sezer'in (1985) yaptığı bir araştırmada en önemli sigaraya başlama nedenleri olarak öğrencilerin çeşitli kişisel problemleri nedeniyle sigaraya sakinleştirici olarak başvurması, arkadaş etkisi ve özentisi olduğu bulunmuştur. Bu nedenlerin tüm sosyo-ekonomik düzeylerde ve cinsiyetlerde geçerli olduğu bulunmuştur.

Benzer bulgular Erciyes Üniversitesi'nde yapılan bir araştırmada da ortaya çıkmıştır. Bu araştırmada öğrencilerin sigaraya başlama nedenleri arasında; sigara içen arkadaşlara özenme, arkadaşların teşvik etmesi ve üzücü olaylar ilk sırada yer almaktadır (Aykut, Öztürk 1989).

Çivi ve Şahin'in (1991) yaptıkları bir araştırmada sigaraya başlama nedenleri incelendiğinde grubun %37.6'sının sıkıntıyı gidermek, %31'inin arkadaş etkisi, %13.7'sinin merak sonucu, %7.6'sının da sosyal ortama ayak uydurmak amacıyla başladıkları bulunmuştur.

Yine Baykan ve Bulduk'un (1990) yaptığı bir araştırma Sezer'in (1985) ve Aykut, Öztürk'ün (1989) bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Bu araştır-

mada da üniversite öğrencilerinin arkadaş ısrarı, çevreye uyma ve özenti gibi nedenlerden dolayı sigara içmeye başladıkları bulunmuştur.

Mangır ve arkadaşlarının (1992) yurtlarda kalan üniversite öğrencileri ile yaptıkları bir çalışmada sigara içen öğrencilerin %55.75'inin üniversiteye gelmeden önce sigaraya başladıkları, %56.64'ünün sigaraya kendi istekleri ile, %40.71'inin ise arkadaşlarının etkisi ile başladıkları, %60.18'inin hoşlarına gittiği için sigara içtikleri, %81.42'sinin sigaradan dolayı sağlık şikayetlerinin olmadığı, %61.06'sının sigara içmekten pişmanlık duymadıkları ve %46.02'sinin istedikleri zaman sigarayı bırakabilecekleri saptanmıştır.

Korkut (1994 a) yaş ve sigara içmeyi sürdürme nedenleri arasında anlamlı bir fark bulmuştur. 22 yaşından küçük olanlar; sigara içmenin arkadaş edinmeyi kolaylaştırması, varolan arkadaşların sigara içiyor olması, sigara içilen yerlere fazla gidilmesi nedenleriyle sigaraya devam ettikleri; 22 yaşından büyük olanlar ise sigara içmeyi sürdürme nedenleri olarak el ve dudak alışkanlığı, odaklaşmayı sağlaması, derslerin yoğunluğundan sıkıntı duyulması ve sigara içmeyi rahatlatıcı olarak algılamalarını göstermişlerdir. Bu araştırmada elde edilen bulgular, diğer araştırmalarla benzer sonuçlar ortaya koymuştur.

ODTÜ Psikoloji bölümünde sigara içen 194 kişiyle yapılan bir çalışmada sigara içenler; uyarılmak amacıyla içenler, psiko-sosyal nedenlerle içenler, olumsuz etkileri azaltmak için içenler, duygusal gerekçelerle içenler, rahatlık ve gevşekliğin uzantısı olarak içenler, psikomotor eğilimlerle içenler, zevk için içenler ve otomatik olarak içenler olmak üzere 9 ayrı grupta toplanmışlardır (Akt. Bilgin ve Bilim Teknik 1989).

Doğa (1988), Aykut ve Öztürk (1989) ve Çivi ve Şahin(1991)'in bulgula-

rına göre ailesinde sigara içen öğrencilerin sigara içme oranları daha yüksektir. Bu bulgular Ogawa ve arkadaşlarının (1988) bulgularını destekler niteliktedir. Oysa Akgün'ün (1988) yaptığı bir çalışmada ebeveynin sigara içip içmemesinin çocukların sigara alışkanlığı kazanmasında etkili olmadığı görülmüştür.

Ülkemizde yapılan araştırmalarda sigara içme nedenleri ve sigara içme oranlarında benzer bulgular elde edilmiştir. Genel olarak sigaraya başlama yaşı 12-13 olarak bulunmuştur. Sigara içme nedenleri ise sosyal ortama ayak uydurmak, büyüme arzusu ve gerilim yaratan durumlara karşı koymak üzere toplanmıştır.

Ülkemizde sigara içmeyi bıraktırma yöntemleri çok yenidir. Genel olarak tıbbi tedavi kullanılmakla birlikte, son yıllarda grupla psikolojik danışma uygulamalarına da rastlanmaktadır.

Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi ve Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Göğüs Hastalıkları Kliniği'nde Sigarayı bıraktırmaya yönelik çeşitli çalışmalar yapılmaktadır. Korkut (1994b) üniversitesi öğrencileriyle sigarayı bıraktırmaya yönelik bir grup çalışması gerçekleştirmiştir. Ayrıca, AMATEM'de benzer çalışmalar yapılmaktadır.

Yalnızlık ile İlgili Araştırmalar

Sigara içme nedeni olarak gösterilen yalnızlık (Spritz 1965), (Stanton 1993) üzerine yurtdışında ve Türkiye'de yapılan araştırmalar aşağıda özetlenmiştir.

Goswick ve Jones (1981) yalnız bireylerin de yalnız olmayanlar kadar sosyal ilişkiye girdiklerini ancak bu sosyal ilişkilerin kalitesinin farklı olduğunu

belirtmişlerdir. Yalnızlık sosyal ortamın özelliklerinden çok, bireylerin o özellikleri nasıl algıladığı, değerlendirdiği ve nasıl tepkide bulunduğu ile ilişkili görülmektedir.

Russell, Peplau ve Cutrana (1980) Ucla yalnızlık ölçeğini kullanarak yaptıkları bir araştırmada, erkeklerin kızlara göre daha yalnız olduklarını bulmuşlardır.

Üniversiteye giriş, birçok kişinin hayatında yaşadığı ilk geçişlerden biri olarak görülmekte ve bu aşamada alışılmış sosyal ilişkilerin bozulması sonucunda birçok gencin yalnızlığa yöneldiğine dikkat çekilmektedir. Birçok öğrenci bu geçiş döneminde, doyurucu kişilerarası ilişkileri tekrar kurabilse de yalnızlık bir çoğunda depresyon, psikosomatik zorluklar ve hatta intihar gibi olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir (Akt. Demir 1990).

Yaparel (1984) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı sosyal ilişkilerdeki başarı ve başarısızlığın nedenlerinin algılanması ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmasında yalnızlık ve cinsiyet değişkenlerinin sosyal başarı ve başarısızlıklara yapılan yüklemde anlamlı farklılığa yol açmadığını bulmuştur. Kendilerini yalnız hisseden bireylerin dışsal nedenlere, kendilerini yalnız hissetmeyenlerin içsel nedenlere yüklemde bulunduğunu da saptamıştır.

Bir başka çalışmada Bilgen (1989) üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyinin kişisel, sosyal ve genel uyum düzeyine etkisinin incelendiği çalışmada öğrencilerin yalnızlık düzeyi yükseldikçe kişisel, sosyal, genel uyum düzeylerinin düştüğünü bulmuştur.

Uyum ile İlgili Araştırmalar

Uyum ve uyumu etkileyen çeşitli etmenlerle ilgili birçok araştırma yapılmıştır. Cinsiyet ve yaş ile sosyal ilginin uyuma etkisi araştırıldığında, yaş arttıkça olumlu yönde ilişki artmış ancak ergenlerde yaş ile uyum arasındaki ilişki olumsuz yönde çıkmıştır. Cinsiyet farklılıkları ise üniversite öğrencilerinde görülmüştür (Akt. Kurç 1989).

Donnor ve Fievern (1978) ile Weismen ve arkadaşları (1978) sosyal uyum ile yaş ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi araştırmış, yaş ve cinsiyet ile sosyal uyum arasında anlamlı bir ilişki saptamıştır. Kadınların erkeklere, genç yetişkinlerin, orta yaşa göre sosyal uyumlarının daha düşük olduğunu ortaya koymuşlardı. Rust (1966), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı bir araştırmada, okul yaşantısından memnun olmama, kendini sağlıksız hissetme, aile ve arkadaşlık ilişkisinin bozuk oluşu, spor ve diğer etkinliklere katılmama ile uyum arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Akt. Akay 1990).

Uyumla ve uyumu etkileyen etmenlerle ilgili olarak ülkemizde yapılan çalışmalardan bazıları şöyle sıralanabilir.

Kızıltan (1984) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı bir araştırmada kişisel ve sosyal uyum düzeylerini etkileyen etmenleri incelemiştir. Kısıtlı sosyal çevrenin, kalabalık ve ekonomik olanakları sınırlı ailelerde yetişen gençlerin uyum düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur. Akademik başarının yüksek oluşunun uyuma olumlu katkıda bulunduğu görülmüştür.

Baş (1984)'ın yaptığı bir araştırmada grupla psikolojik danışmanın bireylerin kişisel, sosyal ve genel uyum düzeylerini yükseltici olduğu bulunmuştur.

Şişman (1985) aile biçimlerindeki farklılıkların uyum problemleri yaratma açısından etkili olduğunu, çekirdek ailede uyum problemlerinin daha az, geniş ve parçalanmış ailelerde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Bu bölümde sigara içme, yalnızlık ve uyum ile ilgili kuramsal çerçeve ve ilgili araştırmalardan sözedilmiştir. Bir sonraki bölümde araştırma yapılırken nasıl bir yöntem izlendiği açıklanmıştır.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde sırasıyla, araştırmanın evreni, örnekleme, veri toplamada kullanılan ölçme araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili açıklamalara yer verilmiştir.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Hacettepe Üniversitesi, Ankara Üniversitesi ve Gazi Üniversitesinin Eğitim Bilimleri ve Eğitim Fakültelerinde okuyan yaklaşık 5500 öğrenci oluşturmuştur.

Bu araştırmanın örneklemini adı geçen üniversitelerin Eğitim fakültelerinde okuyan, Bilgi toplama (uygulama) yapıldığı gün okulda olan toplam 516 öğrenci oluşturmuştur. Örneklem 516 kişiden oluşmasına rağmen geçersiz kağıtlarla toplam örneklem sayısı 470'e düşmüştür. Hacettepe Üniversitesi Almanca öğretmenliği bölümünden 29, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı'ndan 95, Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme, Anabilim Dalı'ndan 31 öğrenci; Ankara Üniversitesi, Eğitim Yönetimi ve Planlaması Bölümü'nden 106, Eğitim Programları ve Öğretim Bölümü'nden 53 öğrenci; Gazi Üniversitesi Matematik Eğitimi Bölümü'nden 86, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı'ndan 48, Özel Eğitim Anabilim Dalı'ndan 17 öğrenci örnekleme dahil olmuştur.

Tablo A'da örneklem grubunun cinsiyet ve üniversitelere göre dağılımları sunulmaktadır.

TABLO A: Örnekleme Gören Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete ve Üniversitelere Göre Dağılımları

OKUL \ CİNSİYET	KIZ	ERKEK	TOPLAM
HACETTEPE ÜNİ.	79	77	156
ANKARA ÜNİ.	76	83	159
GAZİ ÜNİ.	89	66	155
TOPLAM	244	226	470

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın bağımlı değişkenlerini oluşturan Kişisel Uyum, Sosyal Uyum ve Genel Uyum düzeylerine ilişkin veriler, Özgüven (1992) tarafından geliştirilen Hacettepe Kişilik Envanteri ile, yalnızlık düzeylerine ilişkin veriler, Demir (1989) tarafından uyarlaması yapılan UCLA Yalnızlık Ölçeği ile toplanmıştır. Cinsiyet, bireylerin sigara içme durumları ile ilgili bilgiler ise araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır.

(1) Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE)

Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE), bireylerin kişisel ve sosyal uyum düzeylerini ölçmek üzere Özgüven (1976) tarafından geliştirilmiştir. (EK 1’de kısaltılarak verilmiştir.) Ölçek geliştirilirken sağlıklı bir kişilik gelişiminin, kişiliğin kişisel ve sosyal yönü arasında dengeli bir etkileşimle mümkün olacağı düşünülmüştür. Bireyin kişisel yönü, bireyin davranış kalıpları, davranış biçimi, gerçekten ne yaptığı, tepki örüntüsü; sosyal yönü ise, bireyin uyarıcı bir sistem olarak, başkaları üzerinde bıraktığı etki ya da izlenimler olarak ele alınmıştır. Bu çerçevede içinde, bireyin kişisel ve sosyal yaşantısı ile ilgili nitelikler HKE’nin iki temel bölümünü oluşturmuştur.

Uyumlu kişilik yapısı ile uyumsuz kişilik yapısını ayırtedebilmek için, kişisel uyuma ilişkin 4, sosyal uyuma ilişkin 4 alt ölçek olmak üzere 8 adet alt ölçek oluşturulmuştur.

HKE'nin alt ölçeklerinin her birinde 20'şer madde vardır. 8 madde de geçerlik (G) puanı için kullanılmıştır. Envanter toplam 168 maddeden oluşmaktadır. Puan yükseldikçe uyum düzeyi de yükselmektedir. HKE bireysel, sözel ve grup uygulaması olarak 3 ayrı şekilde yapılabilir. HKE, ortaokul düzeyi ve yukarı düzeyde öğrenim görmüş olanlara, okuma becerileri yüksek olan ilkokul düzeyi öğrenim görmüş olan bireylere uygulanabilir. Envanterin cevaplandırılması 35-40 dakika almaktadır. Ancak, okuma düzeyi düşük olan bireylerde bu süre artabilir.

Bu araştırmada, ölçeğin 1992 yılında hazırlanan ikinci revizyonu kullanılmıştır.

Kişisel Uyum Alt Ölçekleri

1. Kendini Gerçekleştirme (KG): KG puanı, kendini gerçekleştiren kişinin davranış özelliklerinden kendine güvenme, kendi yeteneklerinin farkında olma, kendi kendine kararlar verebilme, doğru bildiğini söyleyebilme, kabul edildiği ve bir işe yaradığı duygusu içinde olma gibi niteliklerle ilişkilidir. KG puanı yüksek olan kişiler bu niteliklere sahiptirler.

KG puanı düşük olan kişiler ise kendine güveni olmayan, kendi yeteneklerini tanımayan, karar verme yeteneği olmayan kişilerdir.

2. Duygusal Kararlılık (DK): DK puanının yüksek oluşu, bireyin duygusal yönden kararlı oluşunu belirtir. Duygusal kararlılık puanı yüksek olan bireyler, genellikle kendine güvenen, az üzülen, alıngan olmama özellikleri gösteren

kişilerdir. Sakin ve huzurlu görünürler. Başkalarından fazla tavsiye istemezler, kendi kararlarını verme eğilimindedirler, ortaya çıkan yeni ve yabancı durumlardan çekinmezler, acil durumlarda etkili davranışlar gösterirler.

DK puanı düşük olan kişiler ise, genellikle gergin ve kaygılı olurlar, sıkıntılı durumlarda gözyaşlarını tutamazlar. Karşılaştıkları yeni durumlarda ise ya korkak ve çekingen, ya da aşırı düzeyde atak ve kavgacı olabilirler.

3. Nevrotik Eğilim (NE): Bu araştırmada, nevrotik eğilim alt ölçeğinden elde edilen puanın yüksekliği, alt ölçeğin adı nedeniyle yalnız anlaşılabilceği için, bu alt ölçeğe nevrotik eğilimlerden arınıklık denmiştir. Nevrotik belirtileri olan kişiler, kronik yorgunluk, başağrısı, uyuyamama, görme güçlükleri, iştahsızlık gibi çeşitli psikosomatik belirtilerin birinden ya da birkaçından şikayetçidirler. Nevrotik kişiler duygusal çatışmalarını genellikle fiziksel yollarla ifade etmektedirler. Ayrıca, nevrotik eğilimler, benliğini olduğu gibi kabul edememe, mükemmeliyetçi olma, eleştiriye açık olmama gibi davranışlar içerir.

Nevrotik eğilimlerden arınıklık puanının yüksek bulunması, bu tür belirtilerin azlığını, düşük olması ise çokluğunu gösterir.

4. Psikotik Belirtiler (PB): Bu araştırmada, psikotik belirti alt ölçeğinden elde edilen puanın yüksekliği alt ölçeğin adı nedeniyle, yalnız anlaşılabilceği için, bu alt ölçeği psikotik belirtiden arınıklık denmiştir. PB puanının yüksek olması, bireyin, belirli ölçüler içinde, hayal dünyasından bağımsız olarak yaşamını sürdürdüğünü göstermektedir.

PB puanı düşük olan bireylerde ise, insanlardan uzaklaşma ve yalnız kalmayı yeğleme eğilimi, dikkatini bir noktada toplama güçlüğü ve hayal kurma eğilimi gözlenir. Bu bireyler alıngan ve aşırı duygusaldırlar. Kendilerine yönelik düşünceleri fazladır.

Kişisel uyum toplam puanı; kendini gerçekleştirme, duygusal kararlılık, nevrotik eğilimlerden arınıklık ve psikotik belirtilerden arınıklık alt ölçeklerinin toplanması ile hesaplanmaktadır.

Sosyal Uyum Alt Ölçekleri

1. Aile İlişkileri (Al): Al puanı bireyin ailesi ile olan ilişkilerini göstermektedir. Al puanının yüksek oluşu, kişinin annesi, babası ve kardeşleri ile dostça ve sağlıklı ilişkiler içinde olduğunu ailesini sevdiğini, ailesi tarafından sevildiğini göstermektedir.

Al puanının düşük olması ise bireyin ailesi ile olan ilişkilerinde, karışıklık ve uyumsuzluk bulunduğunu göstermektedir.

2. Sosyal İlişkiler (Sl): Sl puanı, bireyin diğer insanlarla olan ilişkilerinin niteliğini belirtir. Puanın yüksek oluşu, sosyal olgunluk yönünden bireyin uyumlu ve sosyal becerilerinin yüksek düzeyde olduğuna işaret etmektedir. Bu kişiler arkadaş grupları içinde mutludurlar, konuşmaktan hoşlanırlar, başkalarını sever ve sevilirler, topluluk içinde esnektirler.

Sl puanının düşük olması ise bireyin sosyal beceriler ve sosyalleşme bakımından zayıf olduğunu gösterir. Bu kişiler arkadaş grupları içinde kendilerini rahat ve mutlu hissetmezler. Dışarıdan gelen sosyal uyarcılara karşı ilgisizdirler.

3. Sosyal Normlar (SN): SN puanı, uyulması zorunlu yasal durumlara olduğu kadar, dikkate alınması gereken sosyal kural ve toplum değerlerine ve başkalarının haklarına saygılı olma, bunun yanı sıra kendi istek ve gereksinimlerini de toplumla uzlaşarak, belirli ölçülerde bağımsız olarak karşılama gibi davranışları ölçmektedir.

SN puanının yüksek oluşu, bireyin başkalarının haklarını anlayışla karşıladığını, kişisel isteklerini grubun gereksinimlerine göre erteleyebildiğini göstermektedir. SN puanının düşük oluşu ise bunların yoksunluğunu göstermektedir.

4. Antisosyal Eğilimler (AE): AE puanının düşük olması, bireyin antisosyal eğilimlere sahip olduğunu gösterir. Antisosyal eğilimleri olan bireyler, sert, öfkeyle dolu, kavgacı, incitme isteği duyan, zor kullanmaya eğilimli, öç alma duyguları içinde olan bireylerdir. Çevreye zarar vermekten hoşlanırlar.

AE puanının yüksek olması ise bireyin belirli ölçüler içinde bu tür eğilimleri olmadığını gösterir.

Sosyal Uyum toplam puanı; aile ilişkileri, sosyal ilişkiler, sosyal normlar ve antisosyal eğilimler ölt ölçekleri puanlarının toplanmasıyla bulunmaktadır.

HKE'nin Güvenirliği

Özgüven (1976; 1982) tarafından yapılan testin tekrarı yöntemi ile yapılan güvenirlik çalışmalarında yüksek güvenirlik katsayıları bulunmuştur. Test tekrar güvenirliği Genel Uyum (GU) = .92, Kişisel Uyum (KU) = .93, Sosyal Uyum (SU) = .84 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerin güvenirlikleri de bağımsız birer ölçek olarak kullanılabilecek düzeyde yüksek bulunmaktadır. Kişisel Uyum (KU) alt ölçeklerinin ortalaması .85, Sosyal Uyum alt ölçeklerinin ortalaması .80 olarak bulunmuştur (Özgüven 1992).

Kızıltan (1982) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan testin tekrarı yöntemi ile yapılan güvenirlik çalışmalarında Kişisel uyum (KU) = 0.93, Sosyal uyum (SU) = .84 ve Genel Uyum (GU) = .92 güvenirlik katsayıları bulunmuştur.

HKE'nin Geçerliği

Özden (1981) tarafından yapılan Diskriminant analizi çalışmasının sonucunda HKE alt ölçeklerinin ayırdedici niteliğe sahip oldukları bulunmuştur.

Özgüven ve İslam (1982) tarafından Benlik Tasarımı Envanteri ölçüt alınarak yapılan benzer ölçekler geçerliği çalışmasında; Genel Uyum (GU) = .77, Kişisel Uyum (KU) = .75, Sosyal Uyum (SU) = .69 geçerlik katsayısı elde edilmiştir.

(2) UCLA Yalnızlık Ölçeği

Bireylerin genel yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla Rusel, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen UCLA Yalnızlık ölçeği (University of California Los Angeles Loneliness Scale) 10'u düz, 10'u ters yönde kodlanmış 20 maddeden oluşmaktadır (Ek 2). Bu ölçeğin her bir maddesinde sosyal ilişkilerle ilgili duygu veya düşünce belirten bir ifade sunulmakta ve bireylerden bu ifadedeki durmu ne sıklıkla yaşadıklarını "1. Hiç yaşamam, 2. Nadiren yaşarım, 3. Bazen yaşarım, 4. Sık sık yaşarım" şeklinde seçeneklerle Likert tipi dörtlü bir derecelendirme ölçeği üzerinde işaretlemeleri istenmektedir (Demir 1989).

Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan 20'dir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması yalnızlık düzeyinin yüksek olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir.

UCLA Yalnızlık Ölçeği genç ve yetişkin popülasyona uygulanabilmektedir.

UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Güvenirliği

Russel ve arkadaşlarının (1988) testin tekrarı yöntemi ile yaptıkları geçerlik çalışmasında güvenirlik katsayısı .73 olarak bulunmuştur.

UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Geçerliği

Russel ve arkadaşları (1978) Beck Depresyon Envanteri'ni kullanarak yaptıkları benzer ölçekler geçerliği çalışmasında iki ölçek arasında .67'lik bir korelasyon bulmuşlardır.

UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Türkiye'de Geçerlik ve Güvenirliği

UCLA Yalnızlık Ölçeği ülkemizde ilk defa Yaparel (1984) tarafından çeviri çalışması yapılarak kullanılmıştır. Ölçeğin çeviri çalışması Demir (1989) tarafından tekrarlanmıştır.

UCLA'nın Güvenirliği

Bilgen (1989) testin tekrarı yöntemini kullanarak ölçeğin güvenirlik katsayısını .86 olarak bulmuştur.

Demir (1989) ölçeğin iç tutarlılığına bakmış ve içtutarlılık katsayısını .96 olarak bulmuştur. Testin tekrarı yöntemini kullanarak yaptığı çalışmada ise güvenirlik katsayısı .94 bulunmuştur.

UCLA'nın Geçerliği

Demir (1989) ölçeğin geçerliğinin incelenmesinde yalnızlıktan yakınan ve yakınmayan grupların ölçekten aldıkları puanların ortalamaları arasındaki farkın analizii t testi ile kontrol ettiğinde yalnızlıktan yakınan grubun, yalnızlıktan yakınmayan gruptan .001 düzeyinde daha yüksek yalnızlık ortalamasına sahip olduğunu bulmuştur.

Çok Yönlü Depresyon Ölçeğinin Sosyal İçedönüklük alt ölçeği ve Beck Depresyon Envanteri ölçük alınarak benzer ölçekler geçerliği incelenmiştir. UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Beck Depresyon Envanteri ile arasında .77'lik, Çok Yönlü Depresyon Envanteri'nin Sosyal İçedönüklük alt ölçeği arasında .82'lik korelasyon bulunmuştur (Aydın ve Demir 1988).

(3) Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu, araştırmanın bağımsız değişkenlerine ilişkin veri toplamak amacı ile araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

Kişisel Bilgi Formuyla üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri, sigara içme durumlarına ilişkin veriler toplanmıştır.

Verilerin Toplanması

Verilerin toplanabilmesi amacıyla Hacettepe Üniversitesi, Ankara Üniversitesi ve Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri ve Eğitim Fakülteleri'ndeki akademik personelle görüşülmüş, uygulama için uygun olan tarihler saptanmıştır.

Araştırmaya ilişkin veri toplama çalışmaları 15 Mart - 5 Nisan 1996 tarihleri arasında Ankara'da Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi öğrencilerinden oluşan örneklem grubuna, araştırmacının kendisi tarafından gerçekleştirilmiştir.

Uygulamalara başlamadan önce öğrencilere araştırma hakkında genel bir bilgi verilmiştir. Kendilerinden ne istenildiği, form ve envanterleri nasıl cevaplandıracakları açıklanmıştır. Uygulamanın tamamı yaklaşık 1 saat sürmüştür.

Verilerin Analizi

Araştırmada veri toplama araçları ile elde edilen verilerin istatistiksel analizleri bilgisayarda SPSS (Sosyal Bilimler için Paket Programlar) kullanılarak yapılmıştır.

Veriler araştırmacının kendisi tarafından bilgisayara girilmiş, çözümleme işlemleri için Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Eğitim İstatistiği ve Araştırma Anabilim Dalı'ndan yardım alınmıştır.

Öncelikle envanterlere ve bilgi formuna verilen cevapların değişkenlere dağılımı, grupların ortalamaları ve standart sapma puanları belirlenmiştir. Araştırmada varyans analizi yöntemi kullanılmış, grupların arasında anlamlı bir fark bulunması durumunda, bu farkı yaratan kaynağı, yani hangi gruplar arasında farkın olduğunu bulmak için bir çoklu karşılaştırma tekniği olan Scheffe Çoklu Karşılaştırma Testi uygulanmıştır.

Hata payı 0.05 olarak alınmış, ancak anlamlılık düzeyinin daha yüksek çıkması halinde, hata payları belirtilmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, birinci bölümde yer alan denencelere göre üniversite öğrencilerinin sigara içme durumlarının, onların cinsiyetleri ile ilgili olarak yalnızlık, kişisel uyum, sosyal uyum, genel uyum, kendini gerçekleştirme, duygusal kararlılık, nevrotik eğilimlerden arınlık, psikotik belirtilerden arınlık aile ilişkileri, sosyal ilişkiler, sosyal normlar ve antisosyal eğilimler düzeyleri yönünden dört ana başlık altında ele alınmıştır.

1.0. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Yalnızlık Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip, içmeme ve cinsiyetlerine göre yalnızlık düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen yalnızlık puan ortalamaları bulunmuştur. Tablo 1'de sigara içen ve içmeyen, kız ve erkek öğrencilerin UCLA'dan elde ettikleri puanların ortalamaları ve standart sapmaları sunulmaktadır.

TABLO 1
Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Yalnızlık Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Ortalama ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	33.11	7.62	165	32.50	9.09	287	32.76	8.49
2. 1 - 9 (adet/Günde)	33	34.88	9.24	49	33.55	9.20	82	34.09	9.18
3. 10 - 19 (adet/Günde)	47	37.26	7.83	21	36.43	10.31	68	37.00	8.60
4. 20 ve üstü (adet/Günde)	24	38.79	10.11	9	36.56	10.99	33	38.18	10.23
Toplam	226	34.84	8.42	244	33.20	9.32	470	33.99	8.93

$p < .05$

Tablo 1 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yalnızlık ölçeğinden elde ettikleri puan ortalamalarının sigara içme durumları ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Sigara içmeyen öğrencilerin yalnızlık ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 32.76 iken, günde 20 ve üstü sigara içen öğrencilerin bu ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalaması ($\bar{x}$) 38.18'dir. Gruplar arasındaki ortalama farkların anlamlı olup, olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

TABLO 2

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Yalnızlık Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara içip içmeme	1631.173	3	543.724	7.046 **	Önemli
Cinsiyet	83.348	1	83.348	1.08	Önemsiz
Sigara içip içmeme, Cinsiyet	20.836	3	6.945	0.9	Önemsiz
Hata	35649.539	462	77.164		
Toplam	37384.896	469			

** p<.01

F_T = 3.83 Sd = 3

TABLO 2'de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin yalnızlık düzeyi üzerindeki temel etkisi 0.01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu bulgu öğrencilerin sigara içmeme durumuna göre oluşturdukları alt grupların yalnızlık puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. Sigara içme durumlarına göre yalnızlık puanları arasındaki farkın, hangi grup ortalamalarından kaynaklandığını belirlemek için Scheffe Çoklu Karşılaştırma Tekniği uygulanmıştır (Tablo 3) Günde 10-19 arası sigara içenlerle, 20 ve üstü sigara içen öğrencilerin yalnızlık puanları, hiç içmeyenlere göre farklılaşmaktadır. Hiç sigara içmeyenlerin yalnızlık puanlarının diğer iki gruba göre daha düşük olduğu görülmektedir.

TABLO 3

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçme Durumları ile Yalnızlık Düzeyleri Puan Ortalamalarının Scheffe Çoklu Karşılaştırma Tekniği ile Karşılaştırılması

Yalnızlık Sigara İçip, İçmeme	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$	$\bar{X}_4$
$\bar{X}_1$	-	-1.32	-4.24	-5.42
$\bar{X}_2$	1.32	-	-2.91	-4.09
$\bar{X}_3$	4.24*	2.91	-	-1.18
$\bar{X}_4$	5.42"	4.09	1.18	-

* p<. 05

Cinsiyet değişkeninin yalnızlık düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrenciler yalnızlık düzeyi bakımından farklılık göstermemektedirler.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin yalnızlık düzeyi üzerindeki ortak etkisi de anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin yalnızlık düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Dolayısıyla fark olacağı biçimindeki denence desteklenmemiştir.

2.0. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Genel Uyum Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre genel uyum düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, öncelikle cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen genel uyum puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre genel uyum puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 4'de sunulmuştur.

TABLO 4

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Genel Uyum Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Ortalama ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip, İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	103.54	22.16	165	104.22	60.49	287	105.08	48.04
2. 1 - 9 adet (Günde)	33	94.85	20.65	49	102.86	23.30	82	99.63	22.49
3. 10 - 19 adet (Günde)	47	102.23	17.41	21	98.00	20.38	68	100.93	18.33
4. 20 ve üstü adet (Günde)	24	96.12	23.34	9	90.56	22.80	33	94.61	22.98
Toplam	226	101.21	21.31	244	104.26	51.39	470	102.80	40.86

Tablo 4 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin genel uyum puan ortalamalarının sigara içme durumları ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Sigara içmeyen öğrencilerin Genel Uyum Ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 105.08 iken, günde 20 ve üstü sigara içen öğrencilerin bu ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 95.61'dir. Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup, olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 5'de sunulmuştur.

TABLO 5

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Genel Uyum Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara İçip İçmeme	4772.863	3	1590.954	0.996	Önemsiz
Cinsiyet	555.472	1	555.472	0.348	Önemsiz
Sigara İçip İçmeme, Cinsiyet	1677.543	3	559.181	0.350	Önemsiz
Hata	738102.513	462	1597.624		
Toplam	745108.391	469			

* $p < .05$

TABLO 5'de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin genel uyum düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, sigara içen ve sigara içmeyen öğrenciler genel uyum düzeyi bakımından farklılık göstermemektedirler.

Cinsiyet değişkeninin genel uyum düzeyi üzerindeki temel etkisi de anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrenciler genel uyum düzeyi bakımından farklılık göstermemektedirler.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin genel uyum düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin genel uyum düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olacağı biçimindeki denence desteklenmemiştir.

3.0. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Kişisel Uyum Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmeme ve cinsiyetlerine göre kişisel uyum düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen kişisel uyum puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre Kişisel Uyum puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 6'da sunulmuştur.

TABLO 6

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Kişisel Uyum Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Ortalama ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip, İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	49.87	11.97	165	51.02	64.14	287	50.53	49.19
2. 1 - 9 adet (günde)	33	45.82	14.71	49	47.71	11.85	82	46.95	13.02
3. 10 - 19 adet (günde)	47	48.60	12.21	21	41.86	10.42	68	46.51	12.02
4. 20 ve üstü adet (günde)	24	46.75	15.67	9	41.22	14.17	33	45.24	15.26
Toplam	226	48.68	12.88	244	49.20	53.19	470	48.95	39.31

Tablo 6 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin kişisel uyum puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Günde 10-19 adet sigara içen erkek öğrencilerin, kişisel uyum ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalaması ($\bar{x}$) 48.60 iken, günde 10-19 adet sigara içen kız öğrencilerin aynı ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalaması ($\bar{x}$) 41.86'dir.

Tablo 6'da görüldüğü gibi sigara içmeyen kız öğrencilerin kişisel uyum puanlarına ilişkin standart sapmalarının, diğer gruplardaki standart sapma değerlerinden oldukça farklılaştığı gözlenmektedir. Ortalama puandan da

yüksek çıkan standart sapma, sigara içmeyen kız öğrencilerin, kişisel uyum düzeylerine ilişkin tepkilerinin heterojen olduğunu göstermektedir. Gruplar arasındaki farkların anlamlı olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 7’de gösterilmiştir.

TABLO 7
Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Kişisel Uyum Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara İçip, İçmeme	1900.621	3	633.540	0.405	Önemsiz
Cinsiyet	2.304	1	2.304	0.001	Önemsiz
Sigara İçip, İçmeme Cinsiyet	1020.342	3	340.114	0.218	Önemsiz
Hata	721963.702	462	1562.692		
Toplam	724886.970	469			

* p<. 05

Tablo 7’de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin kişisel uyum düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, sigara içen ve sigara içmeyen öğrenciler kişisel uyum düzeyi bakımından farklılık göstermemektedirler.

Cinsiyet değişkeninin kişisel uyum düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre kız ve erkek öğrencilerin kişisel uyum düzeyleri farklılık göstermemektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin kişisel uyum düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre kız ve erkek öğrencilerin kişisel uyum düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olacağı biçimindeki denence desteklenmemiştir.

3.1. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Kendini Gerçekleştirme Düzeylerine Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmeme ve cinsiyetlerine göre, kendini gerçekleştirme düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen kendini gerçekleştirme puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre kendini gerçekleştirme puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 8’de verilmiştir.

TABLO 8

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Kendini Gerçekleştirme Alt Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip/İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	14.58	3.10	165	14.08	3.16	287	14.29	3.14
2. 1 - 9 adet(günde)	33	13.58	3.30	49	14.63	3.02	82	14.21	3.16
3. 10 - 19 adet (günde)	47	14.43	3.45	21	13.38	3.64	68	14.10	3.52
4. 20 ve üstü adet (günde)	24	13.38	4.29	9	13.22	3.77	33	13.33	4.10
Toplam	226	14.27	3.35	244	14.10	3.20	470	14.18	3.27

Tablo 8 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin kendini gerçekleştirme puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Sigara içmeyen öğrencilerin, kendini gerçekleştirme alt ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 14.29 iken, günde 20 ve üstü sigara içen öğrencilerin, aynı ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 13.33’tür. Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup, olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 9’da gösterilmiştir.

TABLO 9
Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Kendini Gerçekleştirme Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara İçip/İçmeme	27.761	3	9.254	0.865	Önemsiz
Cinsiyet	8.449	1	8.449	0.790	Önemsiz
Sigara İçip İçmeme - Cinsiyet	47.327	3	15.776	1.475	Önemsiz
Hata	4940.727	462	10.694		
Toplam	5024.264	469			

* p<. 05

Tablo 9'da görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin kendini gerçekleştirme düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, sigara içen ve sigara içmeyen öğrenciler kendini gerçekleştirme düzeyi bakımından farklılık göstermemektedirler.

Cinsiyet değişkeninin kendini gerçekleştirme düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin kendini gerçekleştirme düzeyleri farklılık göstermemektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin kendini gerçekleştirme düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin kendini gerçekleştirme düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olacağı yolundaki denence desteklenmemiştir.

3.2. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Duygusal Kararlılık Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmemelerine ve cinsiyetlerine göre duygusal kararlılık düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen duygusal kararlılık puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre duygusal kararlılık puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 10'da verilmiştir.

TABLO 10

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Duygusal Kararlılık Alt Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	11.61	3.32	165	10.23	3.45	287	10.82	3.46
2. 1 - 9 adet(Günde)	33	10.67	4.37	49	11.27	3.44	82	11.02	3.83
3. 10 - 19 adet(Günde)	47	10.96	3.58	21	9.71	3.00	68	10.57	3.44
4. 20 ve üstü adet(Günde)	24	11.29	4.07	9	9.78	3.99	33	10.88	4.04
Toplam	226	11.31	3.62	244	10.38	3.45	470	10.82	3.56

Tablo 10 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin duygusal kararlılık puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Günde 10-19 adet sigara içen erkek öğrencilerin, duygusal kararlılık alt ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 10.96 iken, günde 10-19 adet sigara içen kız öğrencilerin aynı ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 9.71'dir. Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup, olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 11'de gösterilmiştir.

TABLO 11

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Duygusal Kararlılık Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara İçip İçmeme	7.664	3	2.555	0.205	Önemsiz
Cinsiyet	115.532	1	115.532	9.287*	Önemli
Sigara İçip İçmeme Cinsiyet	63.264	3	21.088	1.695	Önemsiz
Hata	5747.300	462	12.440		
Toplam	5933.759	469			

*p<. 01

FT = 6.70 Sd = 1

Tablo 11'de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin duygusal kararlılık düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, sigara içen ve sigara içmeyen öğrenciler duygusal kararlılık düzeyi bakımından farklılık göstermemektedirler.

Cinsiyet değişkeninin duygusal kararlılık düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmuştur. Erkek öğrencilerin duygusal kararlılık düzeyi puanlarının, kız öğrencilerin duygusal kararlılık düzeyi puanlarından farklı olduğu görülmektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin duygusal kararlılık düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin duygusal kararlılık düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Dolayısıyla, fark olacağı yolundaki denence desteklenmemiştir.

3.3. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Nevrotik Eğilimden Arınıklık Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmemelerine ve cinsiyetlerine göre nevroitik eğilimden arınıklık düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen nevroitik eğilim puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre nevroitik eğilimden arınıklık puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 12’de verilmiştir.

TABLO 12

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Nevrotik Eğilimden Arınıklık Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip/İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	12.04	3.88	165	10.95	3.62	287	11.41	3.77
2. 1 - 9 adet(Günde)	33	10.88	4.53	49	11.04	3.67	82	10.98	4.01
3. 10 - 19 adet(Günde)	47	11.55	3.35	21	8.86	3.71	68	10.72	3.66
4. 20 ve üstü adet (Günde)	24	11.50	3.72	9	8.44	3.94	33	10.67	3.97
Toplam	226	11.71	3.86	244	10.70	3.70	470	11.19	3.81

Tablo 12 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin nevroitik eğilimden arınıklık puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Günde 20 ve üstü sigara içen erkek öğrencilerin, Nevrotik eğilimden arınıklık alt ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 11.50 iken, günde 20 ve üstü sigara içen kız öğrencilerin aynı ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 8.44’tür.

Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 13'de gösterilmiştir.

TABLO 13

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Nevrotik Eğilimden Arınıklık Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara içip içmeme	42.261	3	14.087	0.999	Önemsiz
Cinsiyet	157.926	1	157.926	11.204*	Önemli
Sigara içip içmeme Cinsiyet	92.457	3	30.819	2.186	Önemsiz
Hata	6512.251	462	14.096		
Toplam	6804.896	469			

*p<.01

F_r = 6.70 Sd = 1

Tablo 13'de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin nevrotik eğilimden arınıklık düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, sigara içen ve içmeyen öğrenciler nevrotik eğilimden arınıklık düzeyi bakımından farklılık göstermemektedirler.

Cinsiyet değişkeninin nevrotik eğilimden arınıklık düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmuştur. Erkek öğrencilerin nevrotik eğilimden arınıklık düzeyi puanlarının, kız öğrencilerin nevrotik eğilimden arınıklık düzeyi puanlarından farklı olduğu görülmektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin nevrotik eğilim düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin nevrotik eğilimden arınıklık düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olduğu yolundaki denence desteklenmemiştir.

3.4. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Psikotik Belirtiden Arınıklık Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmemelerine ve cinsiyetlerine göre psikotik belirtiden arınıklık düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen psikotik belirti puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre psikotik belirtiden arınıklık alt ölçeği puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 14’de verilmiştir.

TABLO 14

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Psikotik Belirtiden Arınıklık Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip/İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	11.68	3.61	165	10.85	3.57	287	11.21	3.61
2. 1 - 9 adet(günde)	33	11.52	6.19	49	10.98	3.85	82	11.20	4.90
3. 10 - 19 adet(günde)	47	11.57	3.48	21	9.90	3.36	68	11.06	3.50
4. 20 ve üstü adet (günde)	24	10.58	4.80	9	9.78	3.87	33	10.36	4.52
Toplam	226	11.52	4.17	244	10.76	3.62	470	11.12	3.91

Tablo 14 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin psikotik belirtiden arınıklık puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Sigara içmeyen öğrencilerin psikotik belirti alt ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 11.21 iken, günde 20 ve üstü sigara içen öğrencilerin, aynı ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalaması ($\bar{x}$) 10.36’dır. Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 15’de gösterilmiştir.

TABLO 15

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Psikotik Belirtiden Arınıklık Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara İçip İçmeme	21.692	3	7.231	0.474	Önemsiz
Cinsiyet	86.566	1	86.566	5.680*	Önemli
Sigara içip İçmeme Cinsiyet	11.633	3	3.878	0.254	Önemsiz
Hata	7040.952	462	15.240		
Toplam	7160.843	469			

* $p < .05$

F_r = 6.70 Sd = 1

Tablo 15'de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin psikotik belirtiden arınıklık düzeyi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, sigara içen ve içmeyen öğrenciler psikotik belirti düzeyi bakımından farklılık göstermemektedir.

Cinsiyet değişkeninin psikotik belirtiden arınıklık düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmuştur. Erkek öğrencilerin psikotik belirtiden arınıklık düzeyi puanlarının, kız öğrencilerin psikotik belirtiden arınıklık düzeyi puanlarından farklı olduğu görülmektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkenlerinin psikotik belirtiden arınıklık düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin psikotik belirtiden arınıklık düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olacağı biçimindeki denence desteklenmemiştir.

4.0. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Sosyal Uyum Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmemelerine ve cinsiyetlerine göre sosyal uyum düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen sosyal uyum puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre sosyal uyum puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 16'da verilmiştir.

TABLO 16
Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Sosyal Uyum Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	54.36	8.94	165	54.00	9.73	287	54.16	9.39
2. 1 - 9 adet (günde)	33	51.97	11.23	49	55.09	9.66	82	53.83	10.37
3. 10 - 19 adet (Günde)	47	54.72	8.92	21	51.33	9.87	68	53.68	9.29
4. 20 ve üstü adet (Günde)	24	52.62	13.54	9	48.78	7.58	33	51.58	12.21
Toplam	226	53.90	9.84	244	53.80	9.70	470	53.85	9.76

Tablo 16 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin sosyal uyum puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Günde 20 ve üstü sigara içen erkek öğrencilerin, sosyal uyum alt ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ($\bar{x}$) 52.62 iken, günde 20 ve üstü sigara içen kız öğrencilerin aynı ölçekten aldıkları puanların aritmetik

ortalamaları ($\bar{x}$) 48.78'dir. Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 17'de gösterilmiştir.

TABLO 17

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Sosyal Uyum Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara İçip İçmeme	199.587	3	66.529	0.699	Önemsiz
Cinsiyet	13.035	1	13.035	0.137	Önemsiz
Sigara İçip İçmeme Cinsiyet	450.536	3	150.179	1.577	Önemsiz
Hata	43987.979	462	95.212		
Toplam	44651.137	469			

* $p < .05$

Tablo 17'de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin sosyal uyum düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, sigara içen ve içmeyen öğrenciler sosyal uyum düzeyi bakımından farklılık göstermemektedir.

Cinsiyet değişkeninin sosyal uyum düzeyi üzerindeki temel etkisi bulunmamıştır. Kız ve erkek öğrencilerin sosyal uyum düzeyleri farklılık göstermemektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkenlerinin sosyal uyum düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin sosyal uyum düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olacağı biçimindeki denence desteklenmemiştir.

4.1. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Aile İlişkileri Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmemelerine ve cinsiyetlerine göre aile ilişkileri düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen aile ilişkileri puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre aile ilişkileri puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo18'de verilmiştir.

TABLO 18

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Aile İlişkileri Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip, İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	14.93	3.36	165	16.59	23.77	287	15.88	18.15
2. 1 - 9 adet(Günde)	33	13.55	4.50	49	14.35	4.82	82	14.02	4.68
3. 10 - 19 adet(Günde)	47	14.87	3.09	21	12.48	3.60	68	14.13	3.42
4. 20 ve üstü adet (günde)	24	13.42	4.47	9	12.00	4.85	33	13.03	4.54
Toplam	226	14.55	3.65	244	15.61	19.75	470	15.10	14.45

Tablo 18 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin aile ilişkileri puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir.

Tablo 18'de görüldüğü gibi sigara içmeyen kız öğrencilerin aile ilişkileri puanlarına ilişkin standart sapmalarının, diğer gruplardaki standart sapma değerlerinden oldukça farklılaştığı gözlenmektedir. Ortalama puandan da

yüksek çıkan standart sapma, sigara içmeyen kız öğrencilerin, aile ilişkileri düzeylerine ilişkin tepkilerinin heterojen olduğunu göstermektedir. Sigara içmeyen öğrencilerin, aile ilişkileri alt ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalaması (x) 15.88 iken, günde 20 ve üstü sigara içen öğrencilerin aynı ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalaması (x) 13.03'tür.

Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 19'de gösterilmiştir.

TABLO 19
Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Aile İlişkileri Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara İçip, İçmeme	475.190	3	158.397	0.753	Önemsiz
Cinsiyet	70.293	1	70.293	0.334	Önemsiz
Sigara İçip, İçmeme Cinsiyet	232.508	3	77.503	0.369	Önemsiz
Hata	97135.901	462	210.251		
Toplam	97913.891	469			

* p<. 05

Tablo 19'da görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin aile ilişkileri düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, sigara içen ve içmeyen öğrenciler aile ilişkileri düzeyi bakımından farklılık göstermemektedirler.

Cinsiyet değişkeninin aile ilişkileri düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin aile ilişkileri düzeyleri farklılık göstermemektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkenlerinin aile ilişkileri düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin aile ilişkileri düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olacağı biçimindeki denence destek-

lenmemiştir.

4.2. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Sosyal İlişki Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmemelerine ve cinsiyetlerine göre, yalnızlık düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen sosyal ilişki puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre sosyal ilişkiler alt ölçeği puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 20'de verilmiştir.

TABLO 20

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Sosyal İlişki Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip, İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
İçmiyor	122	13.66	3.85	165	12.98	3.69	287	13.26	3.76
1 - 9 adet(Günde)	33	14.09	3.62	49	15.27	3.60	82	14.79	3.63
10 - 19 adet(Günde)	47	14.74	3.23	21	15.00	3.95	68	14.82	3.44
20 ve üstü adet(günde)	24	13.38	3.90	9	14.67	3.46	33	13.73	3.78
Toplam	226	13.92	3.70	244	13.67	3.80	470	13.79	3.76

Tablo 20 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin sosyal ilişki puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Sigara içmeyen kız öğrencilerin, Sosyal ilişki alt ölçeğinden aldığı puanların ortalaması ($\bar{x}$) 12.98 iken, günde 10-19 adet sigara içen kız öğrencilerin, aynı ölçekten aldığı puanların aritmetik ortalaması ($\bar{x}$) 15.00'dır. Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 21'de verilmiştir.

TABLO 21

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Sosyal İlişki Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara içip, içmeme	234.369	3	78.123	5.732**	Önemli
Cinsiyet	1.381	1	1.381	0.790	Önemsiz
Sigara içip, içmeme Cinsiyet	70.114	3	23.371	1.715	Önemsiz
Hata	6296.283	462	13.628		
Toplam	6602.147	469			

** p<.01

F_r = 3.83 S_d = 3

Tablo 21'de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin sosyal ilişki düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmuştur. Sigara içme durumuna göre sosyal ilişki puanları arasındaki farkın, hangi grup ortalamalarından kaynaklandığını belirlemek için Scheffe Çoklu Karşılaştırma Tekniği uygulanmıştır. (Tablo 22) Günde 1-9 adet sigara içenlerle, 10-19 adet sigara içen öğrencilerin sosyal ilişki puanları hiç içmeyenlere göre farklılaşmaktadır. Hiç sigara içmeyenlerin sosyal ilişki puanları diğer iki gruba göre daha düşüktür.

TABLO 22

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ve Sosyal İlişki Puanlarının Ortalamalarının Scheffe Çoklu Karşılaştırma Tekniği ile Karşılaştırılması

Sigara İçip, İçmeme \ Sosyal İlişki	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$	$\bar{X}_4$
$\bar{X}_1$ içmiyor	-	-1.52	-1.56	-0.46
$\bar{X}_2$ (1-9) içiyor	1.52*	-	-0.03	1.06
$\bar{X}_3$ (10-19) içiyor	1.56*	0.03	-	1.09
$\bar{X}_4$ (20 den fazla)	0.46	-1.06	-1.09	-

* P<. 05

Cinsiyet değişkeninin sosyal ilişki düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin sosyal ilişki puanları farklılık göstermemektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkenlerinin sosyal ilişki düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin sosyal ilişki düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olacağı biçimindeki denence desteklenmemiştir.

4.3. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Sosyal Norm Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmelerine ve cinsiyetlerine göre sosyal norm düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruplardan elde edilen sosyal norm puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre sosyal norm alt ölçeği puan ortalamaları standart sapmaları Tablo 23'de verilmiştir.

TABLO 23

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Sosyal Norm Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip/İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	13.20	2.86	165	13.24	2.56	287	13.22	2.69
2. 1 - 9 adet(Günde)	33	12.21	2.92	49	11.90	2.40	82	12.02	3.20
3. 10 - 19 adet(Günde)	47	12.28	2.31	21	10.95	3.51	68	11.87	2.78
4. 20 ve üstü adet(Günde)	24	11.38	3.40	9	10.44	2.19	33	11.12	3.11
Toplam	226	12.67	2.88	244	12.67	2.95	470	12.67	2.91

Tablo 23 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin sosyal norm puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Sigara içmeyen öğrencilerin, sosyal norm alt ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalaması (x) 13.22 iken, günde 20 ve üstü sigara içen öğrencilerin aynı ölçekten aldığı puanların aritmetik ortalaması (x) 11.12'dir. Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 24'de gösterilmiştir.

TABLO 24
Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Sosyal Norm Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara İçip İçmeme	244.880	3	81.627	10.209**	Önemli
Cinsiyet	7.221	1	7.221	0.903	Önemsiz
Sigara İçip İçmeme Cinsiyet	25.992	3	8.664	1.084	Önemsiz
Hata	3693.791	462	7.995		
Toplam	3971.883	469			

** p<.01

Fr = 3.83 Sd = 3

Tablo 24'de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin sosyal norm düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmuştur. Sigara içme durumuna göre sosyal norm puanları arasındaki farkın, hangi grup ortalamalarından kaynaklandığını belirlemek için Scheffe Çoklu Karşılaştırma Tekniği uygulanmıştır (Tablo 25) Hiç sigara içmeyenlerle, günde 20 ve üstü sigara içenler, 10-19 adet sigara içenler ve 1-9 adet sigara içenlerin sosyal norm puanları farklılaşmaktadır. Hiç sigara içmeyenlerin sosyal norm puanları, diğer gruplara göre daha yüksektir.

TABLO 25

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Sosyal Norm Puanlarının Ortalamalarının Scheffe Çoklu Karşılaştırma Tekniği ile Karşılaştırılması

Sosyal Sigara Norm İçip, İçmeme	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$	$\bar{X}_4$
$\bar{X}_1$ İçmiyor	-	1.19*	1.35*	2.1*
$\bar{X}_2$ (1-9) İçiyor	-1.19	-	1.15	0.09
$\bar{X}_3$ (10-19) İçiyor	-1.35	-1.15	-	0.74
$\bar{X}_4$ (20 ve Üstü)	-2.1	-0.09	-0.74	-

* $p < .05$

Cinsiyet değişkeninin sosyal norm düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre kız ve erkek öğrencilerin sosyal norm puanları farklılık göstermemektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkenlerinin sosyal norm düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin sosyal norm düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olacağı biçimindeki denence desteklenmemiştir.

4.4. Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumlarının Cinsiyetlerine ve Antisosyal Eğilim düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediklerine İlişkin Bulgular:

Üniversite öğrencilerinin sigara içip içmemelerine ve cinsiyetlerine göre anti-sosyal eğilim düzeylerinin değişip değişmediğini ortaya koymak için, cinsiyet ve sigara içme durumlarına göre yapılan gruptan elde edilen antisosyal eğilim puan ortalamaları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve sigara içme durumlarına göre antisosyal eğilim alt ölçeği puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 26'da verilmiştir.

TABLO 26

Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ve Cinsiyetlerine Göre Anti-Sosyal Eğilim Alt Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlarının Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet Sigara İçip, İçmeme	Erkek			Kız			Toplam		
	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
1. İçmiyor	122	12.53	3.39	165	13.34	2.96	287	13.00	3.17
2. 1 - 9 adet(Günde)	33	11.97	3.73	49	13.57	2.94	82	12.93	3.35
3. 10 - 19 adet(Günde)	47	12.83	3.17	21	12.24	2.64	68	12.65	3.01
4. 20 ve üstü adet(Günde)	24	12.25	3.44	9	11.67	2.00	33	12.09	3.10
Toplam	226	12.48	3.39	244	13.23	2.92	470	12.87	3.18

Tablo 26 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin antisosyal eğilim puan ortalamalarının sigara içme durumlarına ve cinsiyetlerine göre değiştiği görülmektedir. Günde 1-9 adet sigara içen erkek öğrencilerin anti-sosyal eğilim alt ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalaması ($\bar{x}$) 11,97 iken, günde 1-9 adet sigara içen kız öğrencilerin aynı ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalaması ($\bar{x}$) 13.57'dir. Gruplar arasındaki farkların anlamlı olup, olmadığını belirlemek için uygulanan varyans analizi sonuçları Tablo 27'de gösterilmiştir.

TABLO 27
Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçip, İçmeme Durumları ile Cinsiyetlerinin Anti-
Sosyal Eğilim Düzeylerine Temel ve Ortak Etkilerini Gösteren Varyans Analizi
Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	s.d.	Kareler Ort.	F	Anlamlılık Düzeyi
Sigara İçip, İçmeme	28.269	3	9.423	0.947	Önemsiz
Cinsiyet	51.737	1	51.737	5.197*	Önemli
Sigara İçip, İçmeme Cinsiyet	51.797	3	17.266	1.734	Önemsiz
Hata	4599.280	462	10.088		
Toplam	4731.083	469			

* $p < .05$

Ft = 3.86 Sd = 1

Tablo 27’de görüldüğü gibi sigara içme durumu değişkeninin antisosyal eğilim düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, sigara içen ve içmeyen öğrenciler antisosyal eğilim düzeyleri bakımından farklılık göstermemektedirler.

Cinsiyet değişkeninin antisosyal eğilim düzeyi üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmuştur. Kız öğrencilerin anti-sosyal eğilim düzeyi puanlarının, erkek öğrencilerin anti-sosyal eğilim düzeyi puanlarından farklı olduğu görülmektedir.

Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkenlerinin antisosyal eğilim düzeyi üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre, kız ve erkek öğrencilerin antisosyal eğilim düzeyleri sigara içme durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Bu durumda fark olacağı biçimindeki denence desteklenmemiştir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, araştırmada ele alınan bağımsız değişkenlerin sigara içen ve içmeyen öğrencilerin yalnızlık, genel uyum, kişisel uyum ve sosyal uyum düzeylerine ilişkin bulguların tartışma ve yorumuna yer verilmiştir.

1.0. Sigara İçen ve İçmeyen Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Yalnızlık Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu:

Bu araştırmada, sigara içen öğrencilerin yalnızlık düzeyleri sigara içmeyenlere oranla yüksek bulunmuştur. Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin yalnızlık düzeyi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır. Üniversite öğrenciliği döneminde öğrencilerin bir çoğu ailesinden ayrılmıştır. Yeni bir şehire, yeni arkadaşlara alışana kadar yalnızlık dönemi geçirmektedir. Sigarayı bir arkadaş olarak gördüğü için, yalnızlığını azaltmak için sigara içmeye yöneldiği söylenilebilir. Belki de nikotinin, yalnızlığın yarattığı güvensizlik ve kaygıyı bastırıcı niteliği yüzünden alışkanlığa dönüşmüş olabilir.

Spritz (1965)'e göre, gençler yalnızlık duygularının üstesinden gelebilmek için sigara içmektedirler. Bu araştırmanın bulguları, Spritz'in bulgularını destekleyici niteliktedir. Sigara içme ve yalnızlık ile ilgili olarak çok fazla araştırma bulunmadığı için bu bulgular daha da önem kazanmaktadır.

2.0. Sigara İçen ve İçmeyen Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Genel Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu:

Sigara içen öğrencilerin kendilerine güveni sağlamak ve arkadaş gruplarına katılmak için sigara içmeye yönelmeleri; sigara içmeyenlerin ise zaten kendilerine güven duymaları ve arkadaş gruplarında bulunmaları nedeniyle genel uyum düzeyleri arasında farklılık çıkmamış olabilir.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin genel uyum düzeylerinin farklılık göstermediği görülmüştür. Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin genel uyum düzeyi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır. Genel Uyum düzeyi oldukça genel bir puan verdiği için sigara içen ve içmeyen öğrenciler arasında bir farkın olmadığı düşünülebilir.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin genel uyum düzeyleri, farklılık göstermemesine rağmen, kişisel uyum ve sosyal uyum düzeyleri alt ölçeklerine bakıldığında bazı farklılıkların görülmesi dikkat çekicidir. Alt ölçeklerin daha hassas puan vermesi nedeniyle farklılık ortaya çıkmış olabilir.

3.0. Sigara İçen ve İçmeyen Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Kişisel Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu:

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin kişisel uyum düzeylerinin farklılık göstermediği görülmüştür. Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin kişisel uyum, kendini gerçekleştirme, duygusal kararlılık, psikotik belirtilerden arınlık ve nevrotik eğilimlerden arınlık düzeyleri üzerinde etkisi olmadığı görülmüştür. Sigara içmenin rahatlatıcı olarak algılanması, çevreye karşı bireyin güvenli gözükmesini sağlamasından dolayı sigara içen öğrencilerin puanları daha yüksek çıkmış olabilir.

Stanton (1993) ergenlerin kaygıyı azaltmak rahatlamak ve problemlerini unutmalarını sağlamak için sigara içtiklerini bulmuştur. Sieber ve Angst (1990) sigara içenlerin nevrotik eğilimlerinin fazla olduğunu bulmuşlardır. Bu araştırmada ise sigara içen ve içmeyen öğrencilerin kişisel uyum alt ölçeklerine ilişkin bir farklılık göstermediği görülmektedir.

4.0. Sigara İçen ve İçmeyen Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Sosyal Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu:

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin sosyal uyum düzeylerinin farklılık göstermediği görülmüştür. Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin sosyal uyum, aile ilişkileri, sosyal ilişkiler, sosyal normlar ve anti-sosyal eğilim düzeyleri üzerinde etkisi olmadığı görülmüştür. Ancak sigara içen öğrencilerin sosyal ilişki düzeyleri sigara içmeyen öğrencilere oranla daha yüksek bulunmuştur. Çünkü, öğrenciler sosyal ortamlara ayak uydurmak, arkadaş gruplarından dışlanmamak için sigara içmekte ve bu sayede daha fazla arkadaş bulabilmektedirler. Ayrıca sigara içmeyen öğrencilerin sosyal norm düzeylerinin sigara içen öğrencilere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Buradan sigara içmeyen öğrencilerin kurallara daha bağlı olduğu sonucu çıkarılabilir.

Smith (1970), Cherry ve Kiernan (1976), Clark, Mac Pherson ve Holmes (1982), Sieber ve Angst (1990) yaptıkları çalışmalarda sigara içen öğrencilerin daha dışadönük olduğunu bulmuşlardır. Bu araştırma bulguları da bunu desteklemektedir. Yine Sezer (1985), Çivi ve Şahin (1991) ve Korkut (1994), sigaranın sosyal ortama ayak uydurmayı kolaylaştırdığı için içildiğini bulmuşlardır.

BÖLÜM VI

VARGI VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonuçlarının genel bir değerlendirmesi yapılmış, varılan sonuçlara göre bazı önerilerde bulunulmuştur.

Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen öğrencilerin yalnızlık düzeyi sigara içmeyen öğrencilere oranla daha yüksek bulunmuştur. Kız ve erkek öğrenciler yalnızlık düzeyleri bakımından farklılık göstermemektedirler. Araştırmada kurulan çift yönlü denence farkın olduğuna yöneliktir. Ancak, bu farkın hangi grup ortalamalarından kaynaklanmış olabileceği belirtilmemiştir. Araştırma sonucunda sigara içen öğrencilerin yalnızlık puanlarının, sigara içmeyen öğrenciler yalnızlık puanlarından daha farklı olduğu bulunmuştur. Dolayısıyla farkın olduğu şeklinde kurulan denence desteklenmiştir.

Üniversite öğrencilerinin genel uyum düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen ve içmeyen öğrencilerin genel uyum düzeylerinin farklılık göstermediği görülmüştür. Kız ve erkek öğrenciler genel uyum düzeyleri bakımından farklılık göstermemektedir. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak genel uyum düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemiştir.

Üniversite öğrencilerinin kişisel uyum düzeyleri karşılaştırıldığında sigara içen ve içmeyen öğrencilerin kişisel uyum düzeyleri farklılık göstermemektedir. Kız ve erkek öğrenciler kişisel uyum düzeyleri bakımından farklılık gös-

termemektedir. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak, kişisel uyum düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemiştir.

Üniversite öğrencilerinin kişisel uyumun bir alt boyutu olan kendini gerçekleştirme düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen ve içmeyen öğrencilerin kendini gerçekleştirme düzeyleri açısından farklılık göstermediği görülmüştür. Kız ve erkek öğrenciler kişisel uyum düzeyleri bakımından farklılık göstermemektedir. Sigara içme durumu ve cinsiyet değişkeninin kendini gerçekleştirme düzeyi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak, kendini gerçekleştirme düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemiştir.

Üniversite öğrencilerinin kişisel uyumun bir alt boyutu olan duygusal kararlılık düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen ve içmeyen öğrencilerin duygusal kararlılık düzeyleri açısından farklılık göstermediği görülmüştür. Kız ve erkek öğrenciler, duygusal kararlılık düzeyi, bakımından farklılık göstermemektedirler. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak duygusal kararlılık düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemiştir.

Üniversite öğrencilerinin nevrotik eğilimden arınlık düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen ve içmeyen öğrencilerin nevrotik eğilimden arınlık düzeyleri açısından farklılık göstermediği görülmüştür. Kız ve erkek öğrenciler, nevrotik eğilimden arınlık düzeyi bakımından farklılık göstermemektedirler. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak nevrotik eğilim düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemiştir.

Üniversite öğrencilerinin psikotik belirtiden arınıklık düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen ve içmeyen öğrencilerin psikotik belirtiden arınıklık düzeyleri açısından farklılık göstermediği görülmüştür. Kız ve erkek öğrencileri psikotik belirtiden arınıklık düzeyleri bakımından farklılık göstermemektedirler. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak, psikotik belirtiden arınıklık düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemiştir.

Üniversite öğrencilerinin sosyal uyum düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen ve içmeyen öğrencilerin sosyal uyum düzeyleri açısından farklılık göstermediği görülmüştür. Kız ve erkek öğrenciler sosyal uyum düzeyleri bakımından farklılık göstermemektedirler. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak, sosyal uyum düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemiştir.

Üniversite öğrencilerinin aile ilişkileri düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen ve içmeyen öğrencilerin aile ilişkileri düzeyleri açısından farklılık göstermediği görülmüştür. Kız ve erkek öğrenciler aile ilişkileri düzeyleri bakımından farklılık göstermemektedirler. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak aile ilişkileri düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemiştir.

Üniversite öğrencilerinin sosyal ilişki düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen öğrencilerin sosyal ilişki düzeyi, sigara içmeyen öğrencilere oranla daha yüksek bulunmuştur. Kız ve erkek öğrenciler sosyal ilişki düzeyleri bakımından farklılık göstermemektedirler. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak sosyal ilişki düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemesine rağmen; sigara içen ve sigara içmeyen öğrencilerin sosyal ilişki düzeyleri arasında anlamlı düzeyde fark olduğu görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin sosyal norm düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içmeyen öğrencilerin sosyal norm düzeyleri sigara içen öğrencilere oranla daha yüksektir. Kız ve erkek öğrenciler sosyal norm düzeyleri açısından farklılık göstermemektedir. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak, sosyal norm düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemesine rağmen; sigara içen ve sigara içmeyen öğrencilerin nevrotik eğilim düzeyleri arasında anlamlı düzeyde fark olduğu görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin antisosyal eğilim düzeyleri karşılaştırıldığında; sigara içen ve içmeyen öğrencilerin antisosyal eğilim düzeyleri farklılık göstermediği görülmüştür. Kız ve erkek öğrenciler antisosyal eğilim düzeyleri bakımından farklılık göstermemektedirler. Sigara içen ve sigara içmeyen öğrencilerin cinsiyetlerine bağlı olarak nevrotik eğilim düzeyleri arasında fark olduğunu belirten denence desteklenmemiştir.

Çok önemli bir sağlık sorunu olan sigara içme davranışı genç kuşakta hızla yayılmaktadır. Sigarayı ilk kez deneme nedenleri arasında yalnızlık, sosyal çevreden uzaklaşmama, yaşanan stresi hafifletme ve merak sayılabilir. Bağımlılık basamaklarını yavaş yavaş çıkan kişi sigaranın arkasına saklanarak geçici olarak rahatlama sağlamaktadır.

Sigaranın bağımlılığa yol açma potansiyeli, nikotinin merkezi sinir sistemi üzerindeki etkileri nedeniyle oldukça yüksektir (Duru, Üstel 1992). Yasal bir madde olması, toplumumuzun büyük bir çoğunluğu tarafından kabul görmesi ve kolay ulaşılabilir olması sigara ile mücadele kampanyalarını olumsuz etkilemektedir.

Sigara ile başa çıkmanın en etkili yolu eğitimidir. Gerek bireysel, gerekse toplumsal bazda sorunun tanımlanıp, çözüm yollarının uygulamaya konması ancak eğitimle mümkün olabilir.

Sigaranın sağlığa zararlarına yönelik eğitim okul öncesi dönemde başlamalıdır. Aşağıda sigara ile başa çıkabilmek için eğitim kurumlarında çalışan psikolojik danışma ve rehberlik uzmanlarına bazı önerilerde bulunulmuştur:

Psikolojik Danışma ve rehberlik uzmanları, öncelikle aileleri bilinçlendirmek için çalışmalar yapabilirler. Hamilelik sırasında ve sonrasında sigara kullanımının zararlarına ilişkin eğitim programları düzenleyebilirler. Anne - Babayı aydınlatıcı çalışmalar yapılabilir ve çocukların yanında sigara içilmemesi konusunda bilinçlendirilebilirler. Okullarda sigaranın zararlarına ilişkin yapılan eğitim programlarını ailelerin desteklememesini sağlayabilirler. Eğitim kurumlarında rehberlik servislerine bu konuda çok önemli görevler düşmektedir. Psikolojik danışma ve rehberlik uzmanları okul öncesi eğitimden başlayarak tüm eğitim kurumlarında sigaranın zararlarına ilişkin programlar düzenleyebilirler. Her gelişim dönemine yönelik olarak, o dönemde bulunan öğrencilerin gelişim özelliklerini dikkate alan eğitim programları düzenleyebilirler. Yalnızlık düzeyi yüksek olan öğrencilerin daha fazla sigara içtikleri bulgusundan hareketle, gençlerin yalnızlıkların üstesinden gelebilmeleri için iletişim ve etkileşim grupları düzenleyebilirler. Sigara içmenin sosyal ilişkileri kolaylaştırıcı rolü nedeniyle yaygınlaşması gözönüne alındığında, gençlerin sosyal ilişkilerini daha etkili yollarla geliştirmesi için bazı programlar geliştirebilirler. Örneğin, sigaraya hayır diyebilmeleri için güvengencilik eğitimi (assertiveness), problem çözme becerilerinin geliştirilmesi, ego gücünün artırılması, iletişim becerilerinin

geliştirilmesi, kaygıyla başa çıkma, kişisel yeterliği arttırma, çatışmayı azaltma gibi programlar düzenleyebilirler. Öğrencileri sportif faaliyetlere yönlendirebilirler. Sigaraya karşı yapılan etkinliklerde öğrencilerin aktif katılımını sağlayabilirler. Ayrıca kitle iletişim araçları ile işbirliği yaparak, sigaranın zararlarının halka anlatılması konusunda çalışabilirler. Dolayısıyla, önleyici rehberlik çalışmalarına ağırlık verilerek sigara içme davranışı engellenebilir.



KAYNAKÇA

AKAY, Nuray

- 1990 Lise Öğrencilerine İlişkin Bazı Niteliklerin Sosyal ve Kişisel Uyum Düzeylerine Etkisi (basılmamış Yüksek Lisans Tezi) Hacettepe Üniversitesi

AKGÜN, Necati

- 1988 Sigara İçimi Oranları, Türkiye Tabibler Vakfı Sigara Sempozyumu Çağlayan A.Ş.

ARI, Osman

- 1992 Sigara ve İnsan, Form Yayınları, No: 2

AŞUT, Özen

- 1993 Hekim ve Sigara, Türk Tabibler Birliği Yayını

AYKUT, Mualla

- 1988 Sigara ve Halk Sağlığı, Türkiye Tabibler Vakfı Sigara Sempozyumu, Çağlayan A.Ş.

AYKUT, M., ÖZTÜRK, Y.

- 1989 Erciyes Üniversitesi'nin Çeşitli Fakültelerinde Okuyan Öğrencilerin Sigara İçme Durumu ve Bunu Etkileyen Bazı Faktörler, Sağlık Dergisi, 61,1., 60-72

BALTAŞ, A., BALTAŞ, Z.

- 1992 Stres ve Başa Çıkma Yolları, Remzi Kitabevi.

BAŞ, Mesut

- 1984 Grupla Psikolojik Danışmanın Bireylerin Kaygı ve Uyum Düzeyleri Üzerindeki Etkisi (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi.

BAYKAN,S., BULDUK,S.

- 1990 Yüksek Öğretim Gençliğinde Sigara İçme Alışkanlığı, Eğitim ve Bilim, Cilt 14, Sayı 75.

BILLINGS,A.G.,MOSS,R. H.

- 1983 Social-environmental Factors Among Light and Heavy Cigarette Smokers: A Controlled Comparison with Nonsmokers, Addictive Behaviors, 8, 381-392.

BİLAL, Gülden

- 1984 Demokratik ve Otoriter Olarak Algılanan Ana-Baba Tutumlarının Çocuklarının Uyum Düzeylerine Etkisi, (Yayınlanmamış doktora tezi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü.

BİLGİN, Suzan

- 1989 Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Bazı Değişkenlerin Uyum Düzeyine Etkisi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi.

BİLİR, Ş., MAĞDEN, D.

- 1984 Hacettepe Üniversitesi Öğrencilerinin Sigara-Alkol-İlaç Alma ve Uyuşturucu Madde Kullanma Alışkanlığının Araştırılması, Sağlık Dergisi, 58.

BROCHIER, J.J.

- 1993 Sigara İçiyorum Ne Olmuş Yani?, Afa Yayınları,
No: 233

CHERRY, N., KIERNAN

- 1976 Personality Scores and Smoking Behavior: A
Longitudinal Study, British Journal of Preventive
and Social Medicine, 30, 123-131.

CLARK, J. H. , MAC PHERSON B.V., HOLMES D.R.

- 1982 Cigarette Smoking and External Locus of Control
Among Adolescents, Journal of Health and
Social Behavior, 23.

COCORES, J.

- 1993 Nicotine Dependence, Diagnosis and Treatment,
Psychiatr Clin. North Am,16.

COLLINS, L. M., SUSSMAN, S., RAUCH, J.M. et. al.

- 1987 Psychosocial Predictors of Young Adolescent
Cigarette Smoking. A Sixteen Month, Three Wave
Lengitudinal Study, Journal of Applied Social
Psychology, 17, 554-573.

CUTRONA, C.E.

- 1982 Transition to College: Loneliness and the Process
of Social Adjustment. Loneliness: A Sourcebook
of Current Theory, Research and Therapy, New
York: Wiley-Intescience.

ÇİVI, Ş., ŞAHİN, K.

- 1991 Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi ve Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Sigara Konusundaki Bilgi, Tutum ve Davranışları, Aile ve Toplum, Cilt: 1, Sayı: 1, 1.

DEDEOĞLU, N., DÖNMEZ, L., AKTEKİN, M.

- 1994 Antalya'da Sağlık Personelinde Tütün Kullanımı, Sağlık İçin Sigara Alarmı, Sayı: 1, 7-11.

DEMİR, Ayhan

- 1989 Ucla Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliği, Psikoloji Dergisi, 7, 23.

DSM III-R

- 1991 Hekimler Yayın Birliği (Çev: Ertuğrul Köroğlu)

DSM IV

- 1994 Tam Ölçütleri Başvuru El Kitabı, (Çev: Ertuğrul Köroğlu), Hekimler Yayın Birliği

DURU, S., ÜSTEL, I.

- 1992 Sigara Bağımlılığının İlacı Eğitimidir, Sigara Alarmı, 16.

DÜNYA SAĞLIK ÖRGÜTÜ

- 1993 (Çev: Çuhadaroglu, F., Kaplan, I., Özgen, G. ve ark.) ICD-10 Ruhsal ve Davranışsal Bozukluklar Sınıflandırması, Türkiye Sinir ve Ruh Sağlığı Derneği Yayını.

EMRI, Salih

- 1993 Sigara ile İlgili Acı Gerçekler-1, Sigara Alarmı,
Sayı: 2, 115.

FLEMING, S., LOMBARDO, T.

- 1987 Effects of Cigarette Smoking on Phobic Anxiety,
Addictive Behaviors, Vol. 12, p. 195-198.

GEÇTAN, Engin

- 1988 İnsan Olmak, Remzi Kitabevi.
1984 Çağdaş Yaşam ve Normal dışı Davranışlar.
Remzi Kitabevi

HASSON, R. O., JONES, W.H.

- 1981 Loneliness, Cooperation and Conformity Among
American Undergraduates, Journal of Social
Psychology, 115, 103-108.

HUNT, William

- 1970 Learning Mechanism in Smoking, Aldine
Publishing Company.

GOSWICK, J., JONES, H. W.

- 1981 Loneliness and Social Contact, The Journal of
Social Psychology, 113, 295-296.

KIZILTAN, Gonca

- 1984 Üniversite Öğrencilerinin Kişisel ve Sosyal Uyum
Düzeylerini Etkileyen Etmenler (Yayınlanmamış
Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Psikolojik
Danışma ve Rehberlik Bölümü.

KLEIN, Richard

- 1995 Sigaranın Saltanatı, İletişim Yayınları, İstanbul.

KORKUT, Fidan

- 1994a Üniversite Gençliğinin Sigara İçme Davranışları Üzerine Bir Çalışma, II. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları
- 1994b Bir Sigara Bırakma Programının Ön Denemeleri, I. Eğitim Bilimleri Kongresi Bildirileri, Cilt: 3, Çukurova Üni.

KOCABAŞ, A.

- 1994 Türkiye’de Sigara İçme Alışkanlığının Yaygınlığı ve Bazı Özellikleri, Solunum Hastalıkları, Cilt 5, Sayı 1, 133-147.

KÖKNEL, Özcan

- 1982 Kişilik, Altın Kitaplar Basımevi.

KURÇ, Güzin

- 1989 Bazı Kişisel, Sosyo-Ekonomik ve Kültürel Değişkenlerin Lise Öğrencilerinin Uyum Alanları ve Uyum Yöntemlerine Etkisi, (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Hacettepe Üniversitesi.

MANGIR, M., ARAL, N., GÜLEN, B.

- 1992 Yurtlarda Kalan Üniversite Öğrencilerinin Sigara ve Alkol Kullanımının İncelenmesi, Ankara Üniversitesi Ziraat Fakültesi Yayınları: 1240

MURRAY, J., CASKEY, N., ROSE, J. HERSKOVIC, J., SADEGHPOUR, M.

- 1989 Anxiolytic Effects of Smoking Associated with Four Stressors, Addictive Behaviors, Vol. 14.

ÖNDER, Ö.R.

- 1984 Lise Öğrencilerinin Sigara ve Sağlık Konusunda Bilgi, Tutum ve davranışlarına İlişkin Araştırma, (Yayımlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sağlık Eğitim Programı.

ÖZGÜVEN, İ. Ethem

- 1992 Hacettepe Kişilik Envanteri El Kitabı (2. Revizyon) Odak Ofset

ÖZTÜRK, Yusuf

- 1980 Sigara İçmenin Sağlık Üzerindeki Olumsuz Etkileri, Toplum ve Hekim.

PEKŞEN, Yıldız

- 1995 Sigara İçiminin Nedenleri, Epidemiyolojisi, Pasif İçicilik, Sigaranın Sağlığa Etkileri ve Bırakma Yöntemleri, Logos Yayıncılık.

PEPLAU, L. A. , PERLMAN, D.

- 1982 Perspectives on Loneliness, Loneliness A Sourcebook of Current Theory Research and Therapy, New York: Wiley-Interscience.

PIAR

- 1988 Sigara Alışkanlıkları ve Sigarayla Mücadele Kampanyası Kamuoyu Araştırma Raporu, İstanbul

- RUSSEL, D., PEPLAU, L.A., CUTRONA, C.E.
 1980 The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence, Journal of Personality and Social Psychology, 39, 472-480.
- SEZER, Erol Ankara'nın Ortaokul, Lise ve Lise Dengi
 1983 Okullarında Sigara İçme Durumu ve Sigaraya Başlama Nedenleri, Tübitak Bülteni, 2,3.
 1992 Sigara da Alkol ve Eroin Gibi Bağımlılık Yapıcı Bir Madde Midir? Sigara Alarmı, Sayı 3, 5-7.
- SEZER, E., AÇIK, Y., BİLGİN, N., ve ark.
 1994 Elazığ İlinde Görev Yapan Hemşire ve Ebelerde Sigara Kullanımı, Sağlık İçin Sigara Alarmı, Sayı: 1, 12-18.
- SIEBER, M.F., ANGST, J.
 1990 Alcohol, Tobacco and Cannabis: 12 Year Longitudinal Associations with Antecedent Social Context and Personality, Drug and Alcohol Dependence, 25, 281-292.
- SİGARA ALARMI
 1992 Sigara (Tütün) Kullanımı Prevelans Araştırmalarında Temel Tanımlar ve İlgili Sorular, Sayı: 2.
- STANTON, W. R., MAHALSKI, P., MCGEE, R., SILVA, P.
 1993 Reasons for Smoking or not Smoking in Early Adolescence, Addictive Behaviors, 18, 321-329.

ŞAHİN, R. Ali

- 1995 Sigara Kullanımı ve Nikotin Bağımlılığının Psikiyatrik Yönden Önemi, Sigaranın Sağlığa Etkileri ve Bırakma Yöntemleri.

ŞİŞMAN, N.

- 1985 Aile Biçimlerinin Uyumsuzluğu Yaratma Açısından İrdelenmesi (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara Üniversitesi.

T.C. RESMİ GAZETE

- 1996 Tütün Mamüllerinin Zararlarının Önlenmesine Dair Kanun, Kanun No: 4207.

TÜR, Ayla

- 1995 Sigarayı Bırakma Yöntemleri, Sigaranın Sağlığa Zararlı Etkileri ve Bırakma Yöntemleri, Logos Yayıncılık.

YAPAREL, R.

- 1984 Sosyal İlişkilerde Başarı ve Başarısızlık Nedenlerinin Algılanması ile Yalnızlık Arasındaki Bağlantı (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Hacettepe Üniversitesi.

YAZGAN İNANÇ, Banu

- 1994 Sigara İçme Alışkanlığı ve Alışkanlığın Bırakılmasına İlişkin Yaklaşımlar, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt: 2, Sayı: 1.

YILDIRIM, R.

- 1988 Sigara mı, Sağlık mı? Bilim ve Teknik, Cilt: 21,
Sayı: 244

YOUNG, J.E.

- 1982 Loneliness, Depression and Cognitive Therapy:
Theory and Application. Loneliness of Current
Theory, Research and Therapy, New York: Wiley-
Interscience.

ZİYALAR, Adnan

- 1988 Sigara ve Psikiyatri, Türkiye Tabipler Vakfı Sigara
Sempozyumu, Çağlayan A.Ş.

EK 1**HACETTEPE KİŞİLİK ENVANTERİ (HKE)**

(Takım A)

(İKİNCİ REVİZYON)

Prof. Dr. İbrahim Ethem Özgüven

"Telif Hakları Saklıdır"

AÇIKLAMA:

Envanter içinde EVET ya da HAYIR şeklinde cevaplandırılabilir sorular vardır. Bu sorular çeşitli durumlarda sizin genellikle ne düşündüğünüz, nasıl uyguladığınız ve ne şekilde davranışta bulunduğunuz ile ilgilidir.

Her soruyu cevaplandırırken önce sizin için cevabın Evet'mi yoksa Hayır'mı olduğunu kararlaştırınız, sonra da cevap kağıdında uygun yeri karalayarak işaretleyiniz. Cevaplandırmanın nasıl yapılacağını görmek için aşağıda iki örnek verilmiştir.

ÖRNEKLER:

	<u>EVET</u>	<u>HAYIR</u>
1. Geceleri sık sık rüya görür müsünüz?	//	//
2. Arkadaşlarınızdan memnun musunuz?	//	//

Eğer sık sık rüya görmüyorsanız HAYIR, arkadaşlarınızdan memnunsanız EVET cevabını, yukarıdaki örnekte olduğu gibi işaretleyeceksiniz.

Açıklamanın tamamını okuduktan sonra cevaplandırmaya başlayınız. Envanter üzerine hiçbir şey yazmayınız, cevaplarınızı CEVAP KAĞIDI üzerine

işaretleyiniz. Cevaplandırırken bir kişi olarak sadece kendi gerçek durumunuzu ifade ediniz. Bir soru üzerinde fazla zaman harcamayınız. İlk aklınıza gelen cevabı işaretleyiniz. Atlamadan soruların hepsini cevaplandırınız.

1. Başkaları sizinle tartışmaya kalkınca hemen rahatsız olur musunuz?
3. Yaptıklarınıza üzüldüğünüz zamanlar çok oluyor mu?
5. Bir şanssızlığa uğrayacağınızdan korkuyor musunuz?
7. Sık sık önemsiz şeyleri kendinize dert edinir misiniz?
8. Diğer insanlarla tanışmakta zorluk çeker misiniz?
10. Bazen hiç kimsenin sizi iyi anlayamadığını düşündüğünüz olur mu?
12. Aile içinde kararlar alınırken sizin de fikrinizi alırlar mı?
13. İnsanları birbirleri ile tanıştırmak size kolaş gelir mi?
14. Olabildiğince kalabalıktan uzak kalma eğiliminiz var mı?
15. Arkadaşlarınız sosyal ilişkilerinizi istenilen düzeyde bulurlar mı?
16. Tanışmadığınız yeni birisine de dostça davranmak gerekir mi?
17. Yasalara uymayan davranışları için insanlar haklı görülebilir mi?
17. Başkalarına sır vermek size güç gelir mi?
21. Size kötü davrandıkları için öç almayı istediğiniz kişiler oldu mu?
22. Fikirlerinizi başkalarına kabul ettirmenin güç olduğu kanısında mısınız?
25. Duygularınızı kontrol altında tutabiliyor musunuz?
27. Görme gücünüzdeki bozukluklardan sık sık yakınır mısınız?
28. Aileniz bireyleri ile sık sık tartışmalarınız olur mu?
32. Aileniz, onlara karşı düşünceli davrandığınız kanısında mıdır?

34. Birbiri ile şakalaşan kimseler arasında olmak ister misiniz?
35. Diğer insanlarla ilişki kurmada sizi yetenekli bulurlar mı?
36. Genellikle karşı cinsten birisi ile çalışmaktan hoşlanır mısınız?
38. Kişinin toplumdaki adet ve geleneklere uyması sizce önemli midir?
40. Hakkınızda dedikodu yapacaklarından kuşkulandır mısınız?
44. Arkadaşlarınızın çoğu kadar siz de güçlü ve sağlıklı mısınız?
46. "Başaramadım" gibi bir duygudan rahatsız mısınız?
47. Sağlığınıza çok dikkat etmek ihtiyacında mısınız?
49. Belli etmeseniz bile çevrenizdekilere sık sık darıldığınız olur mu?
52. Tanıdıkların bulunmadığı bir çevrede sıkılganlık çeker misiniz?
53. Ailenizdeki kişilerin bazıları size karşı çok cimri davranıyor mu?
55. Mutlu olacağınız sayıda ve nitelikte arkadaşlarınız var mı?
56. Gürültülü eğlencelere katılmaktan hoşlanır mısınız?
58. İş ve sorumluluklardan kaçmak her zaman hatalı mıdır?
59. İnsan verdiği sözü her zaman yerine getirmeli midir?
63. İnsan ilişkilerinde utangaç bir kişi misiniz?
65. Başkaları sizi yetenekli ve cesur bulur mu?
66. Alıngan bir kişi misiniz?
67. Fiziki görünüşünüzden dolayı duygusal bir hassasiyetiniz var mı?
69. Sık sık kabızlıktan ve miğde ağrılarından şikayetiniz olur mu?
70. Ara sıra zihninizin ağır işlediğini hissediyor musunuz?
71. Başkalarının mutluluğunu kıskandığınız zamanlar oluyor mu?

76. Koşulsuz olarak her insana yardım eder misiniz?
78. Çabuk arkadaş edinen bir kişi misiniz?
81. Sosyal kurallardan oldukça bağımsız bir yaşantı içinde misiniz?
82. Çevrenizdeki çoğu kişilerin politik görüşleri sizinkine ters düşer mi?
84. Aileniz, sizin başarılı olduğunuz kanısında mıdır?
85. İsteddiğiniz bir işe veya mesleğe girmenizin engellendiği oldu mu?
86. Önemli olmayan konular yüzünden sık sık eleştirildiğiniz olur mu?
87. Yaptığınız bir yanlış kabul etmek size zor gelir mi?
91. Zihninizi dolduran türlü düşünceler uykunuzu kaçırmı?
94. İnsanların içinde iken bile kendinizi yalnız hisseder misiniz?
95. Aileniz, yeterli düzeyde başarılı olduğunuz kanısında mıdır?
96. Akşamları eve dönüş sizi kaygılandırır mı?
98. Yeni tanıştığınız bir kimse ile konuşmaktan çekinir misiniz?
100. Sizce geçinilmesi güç kişilere de nazik davranılmalı mıdır?
101. Davranışınızın çevredekilere aykırı düşmesi sizi rahatsız eder mi?
103. Bazı konularda kendi kendinizle kavga içinde misiniz?
106. Başkalarının sizden hoşlandığı duygusu içinde misiniz?
109. Sizi eleştirdikleri zaman sakın kalabiliyor musunuz?
110. Kendinizi sinirli bir kişi olarak mı görürsünüz?
112. Sonradan pişman olacağınız çok şeyi yaptığınız oluyor mu?
113. Kaslarınızda bazen asabi hareketler veya tikler olur mu?
118. Aileniz sizden çok fazla şeyler mi bekliyor?

120. İnsan ilişkilerinde utangaç bir kişi misiniz?
122. Bir şeyi bulan kişiye onu saklama hakkı verilmeli midir?
124. Yaptığınız şeylerin yanlış anlaşılacağı kaygısı içinde misiniz?
126. İçinde bulunduğunuz koşullardan dolayı sık sık sinirlendiğiniz olur mu?
128. Gerçek yeteneklerinizi gösterebildiğiniz kanısında mısınız?
130. Açlık hissi duymadan yemek yediğiniz zamanlar oluyor mu?
133. Çoğu zaman kendinizi yorgun ve halsiz hissedersiniz mi?
134. Eleştirilmek sizi kırar mı?
136. Cinsel konularda kendinizi rahat hissedersiniz mi?
137. Başka bir aile veya grubun üyesi olmayı istediğiniz zamanlar olur mu?
139. Aileniz karşı cinsten olan arkadaşlarınızı genellikle reddeder mi?
140. Bulduğunuz çevrede halk tarafından seilmeyen çok kişi var mı?
142. Uzlaşma kabul etmeyen kişilere nazik davranır mısınız?
144. Saygısızlık gösterenlere aynı şekilde cevap verir misiniz?
147. Duygularınızı kontrol altında tutabiliyor musunuz?
148. Arkadaş edinmede zorluk çekiyor musunuz?
149. Doğru yargılarınızı bile, değerli bulmadıkları olur mu?
150. Heyecanlı olaylar sizi karamsarlıktan kurtarır mı?
152. İşler kötü gittiği zaman çabuk heyecanlanan bir kişi misiniz?
153. Bazen içinizden insanlara küfretmek gelir mi?
154. Sık sık başınız ağrır mı?
156. Bazen sevdiğiniz kişiyi kırmaktan hoşlandığınız olur mu?

159. Aileniz bireylerinin hepsini denk ölçüler içinde seviyor musunuz?
164. Bulunmuş olan bir eşyayı her zaman iade etmek gerekli midir?
167. Size kötü davrandıkları için öç almayı istediğiniz kişiler oldu mu?
168. Başkaları sizinle tartışmaya kalkınca hemen rahatsız olur musunuz?



HKE CEVAP KAĞIDI									
ADI VE SOYADI :		MEDENİ DURUMU :		TEST TARİHİ :					
DOĞUM TARİHİ :		SINIF/MESLEĞİ :		ADRES :					
CİNSİYETİ :		GENEL SAĞLIĞI :		TELEFONU :					
E H	E H	E H	E H	E H	E H	E H	E H		
1. / /	22. / /	43. / /	64. / /	85. / /	106. / /	127. / /	148. / /		
2. / /	23. / /	44. / /	65. / /	86. / /	107. / /	128. / /	149. / /		
3. / /	24. / /	45. / /	66. / /	87. / /	108. / /	129. / /	150. / /		
4. / /	25. / /	46. / /	67. / /	88. / /	109. / /	130. / /	151. / /		
5. / /	26. / /	47. / /	68. / /	89. / /	110. / /	131. / /	152. / /		
6. / /	27. / /	48. / /	69. / /	90. / /	111. / /	132. / /	153. / /		
7. / /	28. / /	49. / /	70. / /	91. / /	112. / /	133. / /	154. / /		
8. / /	29. / /	50. / /	71. / /	92. / /	113. / /	134. / /	155. / /		
9. / /	30. / /	51. / /	72. / /	93. / /	114. / /	135. / /	156. / /		
10. / /	31. / /	52. / /	73. / /	94. / /	115. / /	136. / /	157. / /		
11. / /	32. / /	53. / /	74. / /	95. / /	116. / /	137. / /	158. / /		
12. / /	33. / /	54. / /	75. / /	96. / /	117. / /	138. / /	159. / /		
13. / /	34. / /	55. / /	76. / /	97. / /	118. / /	139. / /	160. / /		
14. / /	35. / /	56. / /	77. / /	98. / /	119. / /	140. / /	161. / /		
15. / /	36. / /	57. / /	78. / /	99. / /	120. / /	141. / /	162. / /		
16. / /	37. / /	58. / /	79. / /	100. / /	121. / /	142. / /	163. / /		
17. / /	38. / /	59. / /	80. / /	101. / /	122. / /	143. / /	164. / /		
18. / /	39. / /	60. / /	81. / /	102. / /	123. / /	144. / /	165. / /		
19. / /	40. / /	61. / /	82. / /	103. / /	124. / /	145. / /	166. / /		
20. / /	42. / /	62. / /	83. / /	104. / /	125. / /	146. / /	167. / /		
21. / /	43. / /	63. / /	84. / /	105. / /	126. / /	147. / /	168. / /		

EK 2**SİGARA İÇME DAVRANIŞINI BELİRLEME ANKETİ**

İSİM :

YAŞ :

OKUL :

CİNSİYET :

Bu anket sigara içme davranışınızı belirlemek için hazırlanmıştır. Lütfen sorulara içtenlikle cevap veriniz. Gösterdiğiniz ilgiden dolayı teşekkür ederim.

SEÇİL ÇİFTÇİ

1. Sigara içiyor musunuz?

a) Evet b) Hayır c) Bıraktım

2. Günde kaç adet sigara içiyorsunuz?

a) 1-9 b) 10-19 c) 20 ve üstü

EK 3**UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ**

Aşağıdaki ifadelerin her birinde tanımlanan durumu ne sıklıkla hissettiğinizi her biri için tek rakamı daire içine alarak belirtiniz.

	Hiç	Nadiren	Bazen	Sık Sık
1. Kendimi çevredeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.	1	2	3	4
2. Arkadaşım yok.	1	2	3	4
3. Başvurabileceğim hiç kimse yok.	1	2	3	4
4. Kendimi yalnız hissetmiyorum.	1	2	3	4
5. Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası gibi hissediyorum.	1	2	3	4
6. Çevremdeki insanlarla bir çok ortak yönüm var.	1	2	3	4
7. Artık hiç kimseyle samimi değilim.	1	2	3	4
8. İlgiyerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılamıyor.	1	2	3	4
9. Dışadönük bir insanım.	1	2	3	4
10. Kendimi yakın hissettiğim insanlar var.	1	2	3	4
11. Kendimi toplum dışı bırakılmış hissediyorum.	1	2	3	4
12. Sosyal ilişkilerim yüzeyseldir.	1	2	3	4
13. Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor.	1	2	3	4
14. Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.	1	2	3	4
15. İstediyim zaman arkadaş bulabilirim.	1	2	3	4
16. Beni gerçekten anlayan insanlar var.	1	2	3	4
17. Bu kadar dışa itilmiş olmaktan ötürü mutsuzum.	1	2	3	4
18. Çevremde insanlar var fakat benimle değıller.	1	2	3	4
19. Konuşabileceğim insanlar var.	1	2	3	4
20. Derdimi söyleyebildiğim insanlar var.	1	2	3	4