

Ergenlik Döneminde Benlik Saygısı ile Sigara Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Makalenin

Geliş Tarihi / Received: 22.02.2019

Kabul Tarihi / Accepted: 26.03.2019

Zühal TUNÇ*

Ş. Güliz KOLBURAN**

Öz

Sigara, kullanım başlangıcı yıllar öncesine dayanan, farklı formlarda tüketilen ve dünyada çok yaygın kullanılan bir bağımlılık maddesidir. Ülkemizde çok küçük yaşta sigara kullanımının başlaması ve başlama nedeninin birçok etkenden kaynaklanması ve birçok da sonuca yol açması, bu konu üzerinde çalışma ihtiyacı doğurmuştur. Ülkemizde özellikle ergenlik döneminde bağımlılık boyutuna gelen sigara kullanımının, gençlerimizi ve dolayısıyla geleceğimizi tehdit etmesi kaçınılmazdır. Bu çalışmanın amacı, ergenlikte sigara kullanımı ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştırmak ve değerlendirmektir. Araştırmaya 2014-2015 eğitim ve öğretim döneminde İstanbul'un Gaziosmanpaşa ilçesinde öğrenim gören, 357 kız, 243 erkek olmak üzere toplam 600 öğrenci katılmıştır. Araştırmadaki hedeflere ulaşabilmek için, araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu ile Coopersmith Özsaygı Envanteri ve Fagerström Nikotin Bağımlılık Envanteri kullanılmıştır. Araştırma bulgularında sigara içmeyen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların sigara içen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Benlik, benlik saygısı, ergenlik dönemi, nikotin bağımlılığı

*Zühal TUNÇ, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.
zahal-arhan@hotmail.com

**Dr. Öğr. Üyesi Ş. Güliz KOLBURAN, İstanbul Aydın Üniversitesi, Psikoloji Bölümü,
sahidegulizkolburan@aydin.edu.tr

An Investigation of the Relationship Between Self-Esteem and Smoking Addiction in Adolescence

Zühal TUNÇ*

Ş. Güliz KOLBURAN**

Abstract

Cigarette is an addictive substance that is consumed in different forms and is very common around the world. As smoking starts at early ages Turkey due to reasons originating from different factors and leading to various results, research in the field is necessary. Apparently cigarette consumption, which in Turkey reaches to a point of addiction in puberty, threatens our future. The aim of this study is to research and evaluate the relationship between smoking and self-esteem in adolescence. 600 students, 357 females and 243 males, who study in Gaziosmanpaşa region of Istanbul in 2014-2015 academic year took place in this study. To reach the targets of the study, a Personal Information Form developed by the researcher, Coppersmith Self Respect Inventory and Fagerström Nicotine Addiction Inventory were used. For the analysis of the data, SPSS for Windows 21.0 program was used. In the research findings, the points of the self-esteem scales received from the non-smoking students were higher than the points of the self-esteem scales received from the smokers.

Keywords: *Personality, self-respect, adolescent, nicotine addiction*

*Zühal TUNÇ, *Istanbul Aydın University The Graduate Institute of Social Sciences, Psychology Department, zuhal-arhan@hotmail.com*

**Ş. Güliz KOLBURAN, *PhD, Istanbul Aydın University Psychology Department, sahidegulizkolburan@aydin.edu.tr*

Giriş

Ergenlik, bireydeki biyolojik ve duygusal süreçlerdeki değişikliklerle başlayan, bedensel ve zihinsel olgunlaşmayla devam eden normal bir gelişim sürecidir (Özbay ve Öztürk, 1992).

Ergenlik dönemi, gencin zihnine ve bedenine doğru yolculuğa çıktığı bir serüvendir. Kendisi hakkında değerlendirme yaparak sınırlarını bilmek ve belirlemek ister. “Ben kimim, nereden geldim, hayat amacım ne” gibi soruları kendine yönelterek cevap bulmaya çalışır. Kimlik, bireyin ancak bu soruya verecek kendi cevaplarıyla ortaya çıkar. Kimlik, toplumsal olarak sunulmaz veya sonradan kendiliğinden ortaya çıkmaz. Kimlik, zaman ayırımı yapmadan geçmiş, şu an ve geleceğin birlikte değerlendirilip bütünleştirilmesiyle anlam kazanır (Muss, 1988).

Bağımlılık; bireyin, kullandığı maddeyi, defalarca bırakmayı denemesine rağmen bunu başaramaması, zamanla maddenin kullanım miktarını arttırması, madde kullanımını bıraktığı an kişide yoksunluk durumunun ortaya çıkmasıdır. Zararlarını görmesine rağmen madde kullanımını sürdürmesi, zamanının büyük bir bölümünü maddeye ayırarak geçirmesi ile belirli bir durumdur (Şişmanlar, 2015; Ögel ve Erol, 2005).

Sigara bağımlılığı; sigara içme ve tütün satın alma için yoğun zaman harcama, azaltma çabalarına karşılık ısrar eden sigara içme isteği, sigara içmek için iş, sosyal ve keyif verici aktiviteleri erteleme, sağlık sıkıntılarına rağmen sigara içmeyi sürdürmedir (Zengin ve Altay, 2014).

Türkiye’deki tüm Emniyet Müdürlüklerince 2004 yılında bağımlılara uygulanan bir anketin sonucunda, her tür uyuşturucu maddeyi -alkol, sigara ve diğer uyuşturucu maddeler- ilk deneme yaşı 15-19 olarak saptanmıştır. Bu bağlamda, bağımlılık yapan maddeyi deneyen insanlar ergenlik dönemi içinde yer almaktadır (EGM, KOMDB, 2005).

Ergenlikte kişinin akli fonksiyonlar yerine duygusal yönüyle yaptığı riskli davranışları vardır. Sigara içmek de böyle bir davranıştır. Riskli olaylarda ve davranışlarda “Tehlike bana dokunmaz, kanser benden uzak, ölüm bana uğramaz” diye düşünmek, ergenlik dönemine özgü davranış ve söylemlerdir (Abalı, 2007).

Ergenlik döneminin en önemli özelliklerinden biri olan kimlik gelişimi, ergenlerin kendi kimliğini oluşturmaları, özgür bireyler olmaları, kendi tutumlarını geliştirmeleri açısından önemlidir. Ergenler özerklik kazanmayı kimi zaman madde kullanma ile bağdaştırarak, maddeyi özerklik simgesi gibi değerlendirmektedirler (Ögel, 2003).

Benlik saygısı; kişinin kendi varlığını objektif olarak değerlendirip, geliştirdiği veya geliştirmeye ihtiyaç duyduğu özelliklerine karşı farkındalık sahibi olması, bunları yaparken de bakış açısını pozitif tutmayı ve kendine güvenerek hareket etmeyi sağlayan bir olgudur. Benlik saygısı tamamıyla kişinin kendini öznel yargılamaları sonucu ortaya çıkar (Yörükoğlu, 1998; Özkan, 1994).

Benlik saygısı yaşayarak öğrenilir ve hayat boyu farklı düzeylerde değişen, dönüşen, gelişen bir süreci ifade eder (Adana, 2006).

Bireylerin sosyal uyumlarıyla benlik saygısı arasında pozitif bir ilişki vardır. Kişinin yaşam doyumu ve hayattaki engellenmeleri, benlik saygısı düzeylerini belirlemekte ve bu durumda iki tip benlik saygısı düzeyi oluşmaktadır. Düşük benlik saygısı; kişinin kendine karşı olumlu bakış açısını kaybetmesinden kaynaklanan bir ruh yapısıdır. Buna kapılan ergenler özgüvenini kaybettikleri için toplumsal ve kişisel açıdan kendilerini değersiz, basit görmektedir. Değişime açıktırlar, fakat bu açıklığın sebebi yenilikçi yapılarından değil, kolay yönlendirilebiliyor olmalarındandır (Kaner, 2000).

Yurt dışında yapılan çalışmalarda, sigara kullanımı ile benlik saygısının ilişkisi araştırılmış ve sigara kullanan bireylerin düşük benlik saygısına sahip oldukları saptanmıştır (Abernathy, Maasad, Romana-Dwyer, 1995).

Ergenler üzerinde yapılan bir çalışmada ise madde ve sigara kullanımının ve cinsel faaliyetlerde bulunmanın, düşük benlik saygısından kaynaklandığı saptanmıştır. Ayrıca düşük benlik saygısına sahip olan gençlerde baş ağrısı, iştahsızlık ve uykusuzluk gibi problemler görülmektedir (Sinha, Cnaan, Gelles, 2007; Yörükoğlu, 1998).

Ergenlik dönemi; sigara bağımlılığının en yoğun yaşandığı ve benlik saygısının da temellerinin atıldığı dönemdir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu,

2005). Bu çalışmada, ergenlikte sigara kullanımı ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştırmak ve değerlendirmek, bu durumun kişiye, ailesine, çevreye ve dahası ülkeye ne gibi zararlarının olacağını tespit edebilmek ve buna yönelik önlemler almak hedeflenmektedir.

Bu amaç doğrultusunda şu temel sorulara cevap aranmıştır:

1- Ergenlik Döneminde “benlik saygısı” ile “sigara bağımlılığı” arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2- Ergenlik dönemindeki sigara bağımlılığı ve benlik saygısı ilişkisi; cinsiyet, okul türü, kişisel gelir, kardeş sayısı, anne-babanın sigara kullanımı, aile yapısı, aktif olarak spor yapma değişkenlerine göre farklılık göstermekte midir?

Gerekçe ve Yöntem

Örneklem Grubu

Araştırmanın evrenini 2014-2015 eğitim ve öğretim yılında İstanbul Gaziosmanpaşa ilçesindeki ortaöğretim okulu öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma evrenine bağlı olarak rastgele örnekleme yöntemiyle İstanbul Gaziosmanpaşa ilçesindeki ortaöğretim öğrencilerden 600 öğrenci ile uygulama yapılmıştır. Sigara içtiğini ifade eden 226 kişi örneklem, 374 kişi kontrol grubu olarak ele alınmıştır. Araştırmada ilişki tarama yöntemi kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu: Çalışmada kullanılan demografik bilgi formunda öğrencilerin yaş, cinsiyet, aile yapısı, kişisel geliri gibi demografik bilgilerine yer verilmiştir. Form araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

Fagerström Nikotin Bağımlılık Ölçeği: Bireylerin bağımlılık durumunu tespit etmek için kullanılmıştır. Fagerström Nikotin Bağımlılığı Ölçeği, 1978 yılında İsveçli Dr. Karl-Olov Fagerström tarafından geliştirilmiştir. 6 sorudan oluşan kısa, kolay, herhangi bir ortamda uygulanabilen ve tekrarlanabilen bir ölçektir. İç tutarlılığı yüksek bir ölçektir (Demir, 2008). Mehmet Atilla Uysal, Figen Kadakal, Çağatay Karşıdağ, Nazan Gülhan Bayram, Ömer Uysal ve Veysel Yılmaz tarafından Türkçeye uyarlanmıştır (Bozkurt, 2016).

Coopersmith Özsaygı Ölçeği: Bireylerin sosyal, akademik, ailesel ve bireysel hayatında kendisi hakkındaki düşüncelerini ölçmek amacıyla kullanılmıştır. Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği, 1967 yılında Coopersmith tarafından geliştirilmiş, 1981 yılında Onur Polat tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 58 maddeden oluşan, ilkökul ve lise öğrencilerine uygulanabilen bir ölçektir (Gürçay, 2001).

Verilerin Analizi: Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotları (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanılmıştır.

Bulgular

Araştırmada ilk olarak “Ergenlik döneminde benlik saygısı ile sigara bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır” sorusuna cevap aranmıştır. Tablo 1’de görüldüğü üzere sigara içmeyen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların sigara içen öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 1: *Sigara İçen ve İçmeyen Grupların Özsaygı Ölçeği Puanları Açısından Mann Whitney U Testi ile Karşılaştırılması*

Ölçek	Grup	N	S.O	S.T	U	Z	P
Özsaygı ölçeği	Sigara içenler	226	265.23	59942.50	34291.50	-3.884	0.001**
	Sigara içmeyenler	374	321.81	120357.50			

**p<0.01; *p<0.05

Öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların annelerin sigara içip içmediklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Mann Whitney U Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Öğrencilerin Annelerinin Sigara İçip İçmediklerine Göre Grupların Özsaygı Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi ile Karşılaştırılması

Gruplar	Ölçek	Sigara içme	N	S.O	S.T	U	Z	P
Sigara içen öğrenciler	Özsaygı ölçeği	Evet	71	114.18	8107.00	5454.00	-0.107	0.915
		Hayır	155	113.19	17544.00			
Sigara içmeyen öğrenciler	Özsaygı ölçeği	Evet	89	164.30	14622.50	10617.50	-2.327	0.020*
		Hayır	285	194.75	55502.50			
Öğrenciler (toplam grup)	Özsaygı ölçeği	Evet	160	275.33	44052.50	31172.50	-2.151	0.032*
		Hayır	440	309.65	136247.50			

*p<0.05

Tablo 2’de görüldüğü gibi sigara içen öğrencilerin annelerinin sigara içip içmediklerine göre özsaygı ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [U=31172.50; p>0.05].

Sigara içmeyen öğrencilerin annelerinin sigara içip içmediklerine göre gruplar arasında özsaygı ölçeğinin puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır (p<0.05). Özsaygı ölçeğinin puanları açısından anneleri sigara içmeyen öğrencilerin lehine anlamlı bir fark vardır [U=10617.50; p<0.05]. Annesi sigara içmeyen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların, annesi sigara içen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Öğrencilerin anneleri sigara içip içmediklerine göre gruplar arasında özsaygı ölçeğinin puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır (p<0.05). Özsaygı ölçeğinin puanları açısından anneleri sigara içmeyen öğrencilerin lehine anlamlı bir fark vardır [U=31172.50; p<0.05]. Annesi sigara içmeyen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların annesi sigara içen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların babaların sigara içip içmediklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Mann Whitney U Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3: Öğrencilerin Babalarının Sigara İçip İçmediklerine Göre Grupların Özsaygı Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi ile Karşılaştırılması

Gruplar	Ölçek	Sigara içme	N	S.O	S.T	U	Z	P
Sigara içen öğrenciler	Özsaygı ölçeği	Evet	114	108.11	12325.00	5770.00	-1.253	0.210
		Hayır	112	118.98	13326.00			
Sigara içmeyen öğrenciler	Özsaygı ölçeği	Evet	174	178.95	31136.50	15911.50	-1.432	0.152
		Hayır	200	194.94	38988.50			
Öğrenciler (toplam grup)	Özsaygı ölçeği	Evet	288	284.29	81876.00	40260.00	-2.206	0.027*
		Hayır	312	315.46	98424.00			

*p<0.05

Tablo 3'te görüldüğü gibi sigara içen öğrencilerin babalarının sigara içip içmediklerine göre özsaygı ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [U=5770.00; p>0.05]. Sigara içmeyen öğrencilerin babalarının sigara içip içmediklerine göre özsaygı ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [U=15911.50; p>0.05].

Öğrencilerin babalarının sigara içip içmediklerine göre gruplar arasında özsaygı ölçeğinin puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır (p<0.05). Özsaygı ölçeğinin puanları açısından babaları sigara içmeyen öğrencilerin lehine anlamlı bir fark vardır [U=40260.50; p<0.05]. Babası sigara içmeyen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların babası sigara içen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sigara bağımlısı olan öğrencilerden, annesi sigara içen öğrencilerin bağımlılığı, annesi sigara içmeyenlere göre daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 4: Sigara İçen Öğrencilerin Annelerinin Sigara İçip İçmediklerine Göre Grupların Fagerström Nikotin Bağımlılığı Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi ile Karşılaştırılması

Ölçek	Sigara içme	N	S.O	S.T	U	Z	P
Nikotin bağımlılığı ölçeği	Evet	71	123.86	6452.00	3896.00	-3.588	0.001**
	Hayır	155	90.87	19199.00			

**p<0.01

Sigara bağımlısı olan öğrencilerden, babası sigara içen öğrencilerin bağımlılığı, babası sigara içmeyenlere göre daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 5: Sigara İçen Öğrencilerin Babalarının Sigara İçip İçmediklerine Göre Grupların Fagerström Nikotin Bağımlılığı Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi ile Karşılaştırılması

Ölçek	Sigara içme	N	S.O	S.T	U	Z	P
Nikotin bağımlılığı ölçeği	Evet	114	139.75	13412.00	5684.00	-1.452	0.037*
	Hayır	112	107.36	12239.00			

*p<0.05

Erkek öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların, kız öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 6: Sigara İçen Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Fagerström Nikotin Bağımlılığı Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi ile Karşılaştırılması

Ölçek	Cinsiyet	N	S.O	S.T	U	Z	P
Nikotin bağımlılığı ölçeği	Kız	117	103.00	11226.00	5231.50	-2.376	0.018*
	Erkek	109	123.29	14424.50			

*p<0.05

Aylık 200 TL ve üzeri harçlık alan öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların, aylık 50-99 TL harçlık alan öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlara oranla anlamlı şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 7: *Fagerström Nikotin Bağımlılığı Ölçeğinden Alınan Puanlar Sigara İçen Öğrencilerin Aylık Ne Kadar Harçlık Aldıklarına Göre Değişimini Belirlemek Üzere Yapılan Mann Whitney-U Testi Sonuçları*

Ölçek	Gruplar	N	S.O	S.T	U	Z	P
Nikotin bağımlılığı ölçeği	50-99 TL	38	53,64	2038,50	1297.50	-2.864	0.004**
	200 TL üzeri	99	74,89	7414,50			

Sigara içen öğrencilerin fagerström nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığı Kruskal Wallis H Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8: *Sigara İçen Öğrencilerin Kaç Kardeş Oldıklarına Göre Grupların Fagerström Nikotin Bağımlılığı Ölçeğinin Puanları Açısından Kruskal Wallis H Testi ile Karşılaştırılması*

Ölçek	Kardeş sayısı	N	S.O	Df	x^2	P
Nikotin bağımlılığı ölçeği	Tek çocuk	20	107.08	3	0.269	0.966
	2 kardeş	101	113.92			
	3 kardeş	67	115.34			
	4 kardeş ve üzeri	38	112.53			

Tablo 8’de görüldüğü gibi sigara içen öğrencilerin kaç kardeş olduklarına göre nikotin bağımlılığı ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [$x^2 = 0.269$; $p > 0.05$].

Sigara içen öğrencilerin fagerström nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların okul türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığı Mann Whitney U Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9: Sigara İçen Öğrencilerin Okul Türüne Göre Grupların Fagerström Nikotin Bağımlılığı Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi ile Karşılaştırılması

Ölçek	Cinsiyet	N	S.O	S.T	U	Z	P
Nikotin bağımlılığı ölçeği	Özel okul	132	118.35	15622.00	5564.00	-1.346	0.178
	Devlet okulu	94	106.69	10029.00			

Tablo 9’da görüldüğü gibi sigara içen öğrencilerin hangi okulda okuduklarına göre nikotin bağımlılığı ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [$U=5564.00$; $p>0.05$].

Tartışma

Bu araştırmada, ergenlerin benlik saygısı ile sigara bağımlılığı arasındaki ilişkisi ve bu değişkenlerin anne-babanın sigara içme durumu, cinsiyet, kişisel gelir durumlarına göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

Sigara içmeyen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların, sigara içen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 1). Bireylerin sigara içmeye başlama nedenlerine baktığımızda; tek başına karar alıp uygulayamama, gruplara dahil olma isteği, yönlendirmeye açık olma, genetik yatkınlık, çevre etkisi, aile içinde yeterince ilgi görememe gibi nedenleri görmekteyiz. Bu özellikleri taşıyan bireyler kişisel özsaygısını yeterince oluşturmamış, kimlik gelişimini tamamlamamış kişilerdir. Düşük özsaygı sebebi ile kendilerini basit ve değersiz görerek, sigara içmeyi bir özerklik simgesi olarak değerlendirmektedirler. Bulgular, Aksoy (2006) “Lise Öğrencilerinin Bağımlılık Yapan Maddelere İlişkin Tutumları ve Bu Tutumlara Etki Eden Değişkenlerin İncelenmesi” ve Abernatry, Massad, Romana-Dwyer (1995) tarafından yapılan “The Relationship Between Smoking and Self Esteem” çalışma sonuçları ile desteklenmektedir.

Özsaygısı gelişmiş bireyler, kendi varlıklarını objektif olarak değerlendirebilirler ve geliştirmeye ihtiyaç duyduğu özelliklerinin

farkındadır. Nasıl bir birey olmak istediğini bilir ve bunun için çabalar. Karşısına çıkan olumlu ve olumsuz davranışların ayrımını yapabilir. Gelişime açık bireylerdir. Bu yüzden sigara içme, özsaygısı düşük bireylerde görülen bir davranıştır (Yörükoğlu, 1998).

Annesi sigara içmeyen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların, annesi sigara içen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 2). Çocuk için anne ve annelik rolü oldukça önemlidir. Çocuğun doğum öncesi ve sonrası en çok vakit geçirdiği ve etkileşim içinde olduğu kişi annedir. Anne desteğinin benlik saygısını olumlu etkilemesinin yanında, anneden öğrenilebilecek olumsuz davranışlar da vardır ve benlik saygısını olumsuz etkilemektedir. Sigara içme davranışı da bunlardan biridir (Hoffman, Ushpiz ve Levy, 1988).

Babası sigara içmeyen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden aldıkları puanların, babası sigara içen öğrencilerin özsaygı ölçeğinden puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 3). Özsaygının gelişiminde anne-baba algısı oldukça önemlidir. Onlardan görülen olumlu davranışlar özsaygıyı desteklerken, olumsuz davranışlar özsaygı üzerinde negatif bir etki oluşturmaktadır.

Annesi ve kendisi sigara içen öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların, annesi sigara içmeyen ve kendi içen öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 4). Babası ve kendisi sigara içen öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların, babası sigara içmeyen ve kendi içen öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 5). Bireyin sigara kullanımında ve bunu bağımlılık haline dönüştürmesinde genetik ve çevresel faktörler oldukça etkilidir. Ailede annenin veya babanın sigara kullanma durumu, bireyi hem genetik hem de rol model olarak oldukça etkilemektedir. İlk davranışların öğrenildiği en yakın çevre olan ailede anne-babanın sigara kullanımı, bireyin o davranışı kolaylıkla benimsemesine neden olacaktır (Maşrabacı, 1994). Bulgular, Berkem, İpek, Eyllen, Ercan (2002) “Öğrenciler Arasında Madde Kullanım Yaygınlığı ve Özelliklerinin Belirlenmesi” ve Bauman ve Foshee, Linzer (1990) araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Sigara içen erkek öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların, sigara içen kız öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 6). Türk toplum yapısı içinde kadın ve erkek davranışları için kalıp yargılar belirlenmiştir. Kadınlar duygusal olarak nitelendirilirken, erkekler bağımsız olarak nitelendirilmektedir. Küçük yaştan başlayarak, erkeklerin daha özgürlükçü bir yapıda yetiştirilmeleri, çocukken erkeğe cinsel organının güç objesi olarak benimsetilmesi, erkek çocuğun ağızına sigara sokarak pozlar verdirilmesi, erkek çocuklarda “Ben güçlüyüm, ben özgürüm” fikrini doğurmakta ve erkeklerin nikotin bağımlılığını tetiklemektedir (Özbay ve Öztürk, 1992). Çelepkolu, Atli ve Palancı (2014) “Sigara Kullanıcılarında Nikotin Bağımlılık Düzeyinin Yaş ve Cinsiyetle İlişkisi” çalışması ve Türk Psikiyatri Derneğinin (2016) Denizli çalışması da bu bulguyu desteklemektedir.

Aylık 200 TL ve üzeri harçlık alan öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar, aylık 50-99 TL harçlık alan öğrencilerin nikotin bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlara oranla anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 7). Ailenin maddi açıdan belirli bir seviyenin üzerinde olması, çocuklarına sunacağı maddiyata dayalı imkânları kolaylaştırmaktadır. Ayrıca maddi durumu, diğerlerine göre daha yüksek olan ergenlerin nikotin bağımlılık düzeylerinin daha fazla olduğu saptanmıştır. Maddi açıdan yeterli olmanın sigaraya ulaşma noktasında önemli bir basamak olduğu değerlendirilmektedir (Özkan, 1994).

Sonuç olarak sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygıları, sigara içen öğrencilerin benlik saygılarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Anne-babası sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygıları, anne-babası sigara içen öğrencilerin benlik saygılarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Aylık harçlığı fazla olan öğrencilerin sigara bağımlılığı, aylık harçlığı az olan öğrencilerin sigara bağımlılığından daha yüksek olduğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin sigara bağımlılığının, kız öğrencilerin sigara bağımlılığından daha yüksek olduğu görülmüştür. Sigara bağımlısı olan öğrencilerden, anne-babası sigara içen öğrencilerin bağımlılığının, annesi-babası sigara içmeyenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür

Sonuç ve Öneriler

Ergenlik döneminin büyük bir kısmı ülkemizde zorunlu eğitim yaşı sınırlarında yer aldığı için, okul rehber öğretmenlerinin öğrencilere, tüm okul personeline ve velilere ergenlik dönemi hakkında belirli aralıklarla seminer vermelidir. Bağımlılık özellikle ergenlik döneminde tanışılan bir kavramdır (EGM, KOMDB, 2005; Abalı, 2007). Bu noktada öğretmenlerin ve idarecilerin bilinçli olmasının yanında, okulun diğer kurumlar ile -hastane, emniyet- işbirliği içinde olması, bağımlılığı önleyici projeler geliştirmeyi sağlayacaktır. Bağımlılığa karşı geliştirilen önleyici projeler eğitim faaliyetlerinin içine alınmalıdır. Benlik saygısı özellikle ergenlik döneminde gelişim gösterir (Tözün, 2010; Satan, 2011). Çocukluktan çıkan ergen, bağımsızlığa adım attıkça kendini, yetkinliklerini tanımaya başlar. Bu yüzden öğrencilere erken yaşta ilgi envanterlerinin, çoklu zekâ envanterlerinin uygulanarak ilgi ve yetenekleri keşfedilmeli ve çocuklar buna yönelik faaliyetlere yönlendirilmelidir. Eğitim sistemimiz içinde bu imkânların sadece özel okullar ile sınırlı kalması engellenmeli, bu konuda fırsat eşitliği sağlanması için ilçe milli eğitim müdürlükleri ve belediyeler ile işbirliği içine girilmelidir.

Çocuk bütün olumlu ve olumsuz davranışları önce ailesinden görür, ağzından çıkan ilk ses, yaptığı ilk davranış ailede kazanılır (Hoffman, Ushpiz ve Leavy, 1988). Bu yüzden anne-baba her davranışı ile çocuğa örnek olmalıdır.

Anne-babanın ev içinde çocuğundan haberdar olmasının yanında, okuldaki öğretmenlerinden dönütler alması, onlarla iletişimde sacın üçüncü ayağını tamamlayarak çocuk için en faydalı çalışmaların yapılması gerekmektedir. Ayrıca anne-baba çocuğunun arkadaşlarını, vakit geçirmekten zevk aldığı mekânları, çocuğunun hoşlandığı faaliyetleri bilmeli, bunlar karşısında demokratik bir tutum sergileyerek hem çocuğun sorumluluk almasını sağlamalı hem sınırları öğretmelidir. Anne-babalar çocuklarına yardımcı olamadıkları konularda uzmanlardan yardım almalıdır.

Günümüzde sigara bağımlılığını önlemeye ve azaltmaya yönelik çalışmalar yapılmaktadır. Bu kurallara yönelik denetimler arttırılmalı ve kural ihlali yapan işletmeler caydırıcı cezalar almalıdır.

Kaynakça

- Abalı, O. (2007). *Sigara İçmeli mi, İçmemeli mi?* Cep Kitapları Serisi (Psikiyatri- Psikoloji) İstanbul: Adeda Yayıncılık.
- Abernathy, T. J., Massad, L., Romana- Dwyer, L. (1995). The Relationship Between Smoking and Self Esteem, *Adolescence*, 30(120): 899-907.
- Adana, F., Kutlu, Y. (2006). İstanbul İlinde 12-15 Yaş Grubu Öğrencilerde Benlik Kavramının Araştırılması. *Hemşirelik Forumu Dergisi*. Eylül-Aralık: 96-101.
- Aksoy, K. (2006). Lise Öğrencilerinin Bağımlılık Yapan Maddelere İlişkin Tutumları ve Bu Tutumlara Etki Eden Değişkenlerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, *İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Malatya.
- Bauman, K. E., Foshee, V. A., Linzer, M. A. (1990). Effect of Parental Smoking. *Addict Behav*, 15: 413-422.
- Berkem, N., İpek, M., Eylen, B., Ercan, İ. (2002). Öğrenciler Arasında Madde Kullanım Yaygınlığı ve Özelliklerinin Belirlenmesi. *Bursa Sağlık Müdürlüğü Yayınları*, Bursa.
- Bozkurt N., Bozkurt A. (2016). Nikotin Bağımlılığını Belirlemede Fagerström Nikotin Bağımlılık Testinin Değerlendirilmesi ve Nikotin Bağımlılığı İçin Yeni Bir Test Oluşturulması. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 1: 45-51.
- Çelepkolu, T., Atli, A., Palancı, Y. (2014). Sigara Kullanıcılarında Nikotin Bağımlılık Düzeyinin Yaş ve Cinsiyetle İlişkisi. *Dicle Tıp Dergisi*, 4: 712-716.
- Demir, T. (2008). Sigara Bağımlılığı. *İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Türkiye’de Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar Sempozyum Dizisi*, 62: 231-238.
- EGM-KOMDB. (2002). 2001 Raporu, Ankara: EGM-KOMDB Yayınları.
- Gürçay, S. (2001). Ergenlerde Karar Verme Süreçlerinin Özsaygı ve Problem Çözme Becerileri Algısı ile İlişkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8: 106-121.

Kalaycı, Ş. (2006). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*, Ankara: Asil Yayın Dağıtım.

Kaner, S. (2000): Ortopedik Engelli ve Engelli Olmayan Erkek Ergenlerde Benlik Saygısı ve Beden İmajı. *Özel Eğitim Dergisi*, 2: 13-22.

Karasar, N.(2009): *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.

Kuzgun, Y., Eldeleklioğlu, J. (2005). *Ana-Baba Tutumları Ölçeği: Ergenler ve Yetişkinler İçin*. Ed. Kuzgun, Y., Bacanlı, F., Ankara: Nobel Yayınları.

Maşrabacı, T. S. (1994). Hacettepe Üniversitesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Seviyelerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Yayımlanmamış Doktora Tezi, *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Ankara.

Ögel, K. (2001). *Türkiye’de Madde Bağımlılığı*, İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık.

Ögel, K., Erol, B. (2005). *Çocuklarda Sigara Alkol ve Madde Bağımlılığı*. Ankara: Morpa Kültür Yayınları.

Özbay, H., Öztürk, E. (1992). *Gençlik*. İstanbul: İletişim Yayıncılık.

Özkan, İ. (1986). Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler. *Düşünen Adam Dergisi*, 3: 4-9.

Satan, A. (2011). Ergenlerde Akran Baskısı, Benlik Saygısı ve Alkol Kullanımı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 34: 83-194.

Sinha, J. W., Cnaan, R. A., Gelles, R. J. (2007). Adolescent Risk Behaviors and Religion: Findings From a National Study. *J Adolesc*, 30:231-249.

Tözün, M. (2010). Benlik Saygısı. Erişim tarihi: 24 Ekim 2014, www.ihsm.gov.tr/indir/genel/DocDrMustafaTozun.pdf

Yörükoğlu, A.(1998). *Gençlik Çağı*. İstanbul: Özgür Yayınları.

Zengin, S., Altay, B. (2014). Sınıf Öğretmenliği Bölümünde Öğrenim Gören Öğrencilerin Madde Kullanım Durumlarına Göre Benlik Saygısının İncelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3: 3.