

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SİGARA İÇME DAVRANIŞI, YALNIZLIK VE STRESLE BAŞ ETME BİÇİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Analysis of Relationship Between University Students' Smoking Behaviour and Coping Formats With Loneliness and Stress

Songül DURAN¹, Anıl GÖZETEN²

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin sigara içme, yalnızlık ve stresle baş etme biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntemler: Araştırmanın örneklemini Balıkesir Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 712 öğrenci oluşturmuştur. Veriler, kişisel bilgi formu, UCLA Yalnızlık Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanteri kullanılarak toplanmıştır.

Bulgular: Bu çalışmada erkek öğrencilerin kızlara göre daha yüksek oranda sigara içtikleri tespit edilmiştir. Öğrencilerin yaş grubuna göre sigara kullanma davranışları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu, 21 yaş ve üzerindeki öğrencilerin sigara kullanma davranışı daha yüksek olarak saptanmıştır ($p<0.05$). Annenin çalışma durumuna göre sigara içme davranışına bakıldığında annesi çalışanların çalışmayanlara göre daha yüksek oranda sigara içtiği saptanmıştır. Sigara içmeyenlerin içenlere göre Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanterinin sosyal destek arama altboyut puan ortalaması daha yüksek oranda belirlenmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Bu çalışma sonucunda sigara kullanan ve kullanmayan öğrencilerin Yalnızlık Puan ortalamaları ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanteri'nin alt boyutları açısından istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur ($p>0.05$). Yalnızca sigara içmeyen öğrencilerin sosyal destek arama davranışı içenlere oranla daha yüksek düzeyde saptanmıştır. Sigara içme ile ilgili daha ayrıntılı yeni çalışmalar yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Üniversite öğrencisi; Sigara içme; Yalnızlık; Stresle baş etme

ABSTRACT

Aim: This study aims to explore the relationship between the university students smoking behavior and coping formats with stress and loneliness.

Material and Methods: The sample of the study consists of 712 students that study at different departments of Balıkesir University. Research data were collected via personal information form, UCLA Loneliness Scale and Styles of Coping with Stress Scale.

Findings: In this study it is found that in comparison to female students, male students smoke at a higher rate. It is found that there is a statistically significant difference according to the students' age group in terms of smoking behaviour and students 21 years old and older than 21 are more likely to smoke ($p<0.05$). When it is examined according to mothers' working status and smoking behavior It is found that the students whose mothers are employed smoke at a higher rate than the students whose mothers are unemployed. It is determined that non smoker students' social support subscale point average of Stress Coping Styles Inventory is higher than smoker students ($p<0.05$).

Results: It is found out that there is no significant difference statistically between smoker and non smoker students' average points of loneliness and subscales of Styles of Coping with Stress Scale ($p>0.05$). Only non-smoking students social support seeking behavior is detected at higher rate in comparison to smoking students. It is considered that conducting new studies related with smoking behavior in more detail will be useful.

Keywords: University students; Smoking; Loneliness; Coping with stress

¹Balıkesir Üniversitesi Balıkesir Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü, Balıkesir

²Ümraniye Eğitim Araştırma Hastanesi Cerrahi Servisi, İstanbul

Songül DURAN, Öğr. Gör.
Anıl GÖZETEN, Hemşire

İletişim:

Songül DURAN
Balıkesir Üniversitesi Balıkesir Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü
Balıkesir Üniversitesi Çağış Yerleşkesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi 3. kat. Balıkesir
Tel: 02662440010
e-mail: songul.duran@gmail.com

Geliş tarihi/Received: 24.04.2016
Kabul tarihi/Accepted: 23.08.2016

Bozok Tıp Derg 2017;7(1):1-7
Bozok Med J 2017;7(1):1-7

GİRİŞ

Sigara insan sağlığını yaşam boyu tehdit eden en önemli küresel sorunlar arasında yer almaktadır (1). Sigara içmeyi bir kez deneyen her dört kişiden üçünün sigara tiryakisi olması sigaranın bağımlılık yapma gücünün önemli bir göstergesidir (2). Sigara bağımlılığı en önemli önlenebilir mortalite ve morbidite sebeplerinden birisi olup, dünyadaki pek çok gelişmiş ve gelişmekte olan ülkenin olduğu gibi bizim de önemli bir toplum sağlığı sorunumuzdur (3,4).

Tütün, alkol ve diğer psikoaktif maddelere başlama yaşı genellikle ergenlik ya da genç erişkinlik dönemidir (5). Bu döneme rastlayan üniversite yılları, evden ve aileden ayrılma, yeni bir çevreye uyum, eğitim yaşamıyla ilgili sorunlar, bir mesleğe aday olma ve iş arama gibi birçok sorunun olduğu zamanın riskli bir dönem olduğu belirtilmiştir (6). Sorunların yoğunluğu, gerçekçi olmayan beklentilerin çokluğu, aile gibi sosyal desteklerin yetersizliği, gençlerin doğru değerlendirmeler yapmalarını engellemekte ve bir takım ruhsal sorunların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Bu sorunlara bağlı gelişen aşırı kaygı ve stresin, üniversite öğrencilerinde tütün, alkol ve madde kullanımını artırdığı ileri sürülmektedir (7). Yaşanan gerginliği azaltmak ve acıyı dindirmek için, yani stresle başa çıkma yöntemi olarak da madde kullanma yoluna gidildiği belirtilmiştir (8-11). Buna karşılık Aki, Arıkan ve Işıklı'nın belirttiğine göre (2008) bazı araştırmalar uzun süreli madde kullanımına bağlı olarak başa çıkma becerilerinin bozulduğunu ve sonucunda bireyin etkili başa çıkma düzeneklerini kullanamadığını öne sürmüştür (12). Sigara içme, stres (13,14,15) ve depresyonla başa çıkmada kullanılan pasif bir başetme yöntemidir (16). Ergin ve arkadaşları tıp fakültesi öğrencileriyle yaptıkları çalışmada (2014) sigara içenlerin pasif stresle başa çıkma tarzlarını daha çok kullandıklarını saptamışlardır (17). Stresle etkili baş etme, stresin etkilerini azaltarak sigara kullanımı riskini de düşürebilmektedir (18).

Gençler tarafından sigara başlangıçta gerginlik ve sıkıntılardan kurtulma, yalnızlığı azaltma aracı olarak görülmekteyken daha sonra haz ve mutluluk kaynağı olarak algılanmaktadır (19). Yalnızlığın sigara veya alkol gibi sağlığa zarar veren davranışlarda artışa yol açabileceği

belirtilmiştir (20). Yapılan çalışmalarda sigaraya başlama nedenleri arasında yalnızlığın da yer aldığı belirtilmiştir (16,21,22). Gençlerin büyük çoğunluğu ergenlik döneminde yaşadığı farklı duygular nedeniyle kısmen de olsa yalnızlık yaşamakta dolayısıyla bu yalnızlık duygusunun üstesinden gelebilmek ve kendini kanıtlamak amacıyla sigaraya yönelebilmektedir (19). Yapılan bir çalışmada yalnız ergenlerin yalnızlığın acısını hafifletmek için kendi kendilerini iyileştirme yöntemi olarak alkol, sigara ve yasadışı maddeleri kullanma olasılıklarının yüksek olduğu belirtilmiştir (23).

Türkiye'de üniversite öğrencilerinin sigara, alkol ve madde kullanımı ile ilgili yapılan çalışmalarda bu maddeleri kullanım oranı oldukça yüksek çıkmıştır (3,5). Üniversite öğrencilerinin sigaraya başlama açısından riskli grubu oluşturması aynı zamanda yalnızlık ve stresle baş etme biçiminin de sigaraya başlamaya etken olabileceği düşünülerek bu çalışmada öğrencilerin sigara içme, yalnızlık ve stresle baş etme biçimleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Katılımcılar

Tanımlayıcı tipte yapılan bu araştırmanın örneklemi, 10.11.14–15.02.2015 tarihleri arasında, Balıkesir Üniversitesi'nde öğrenim gören ve çalışmaya katılmayı kabul eden 712 öğrenci oluşturmuştur (örneklem hesaplaması evreni bilinen kişi sayısı üzerinden hesaplanmıştır). Çalışma için Balıkesir Üniversitesi Rektörlüğü'nden yazılı izin, araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilerden sözlü onam alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri, kişisel bilgi formu, UCLA Yalnızlık Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanteri kullanılarak toplanmıştır.

Anket formu araştırmacılar tarafından ilgili literatürden yararlanılarak hazırlanmıştır. Kişisel bilgi formu 16 sorudan oluşan, öğrencilerin bireysel özelliklerini içeren (yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, ekonomik düzey, anne-babanın eğitimi/ilişkisi/çalışma durumu, sigara içme durumu/sıklığı/ bırakmayı deneme deneyimi) sorulardan oluşmuştur.

Ucla Yalnızlık Ölçeği: Russel, Peplau ve Ferguson tarafından geliştirilmiştir. 10 ifade (1, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20) sosyal ilişkilerden doyum gösteren pozitif ifadeleri, 10 ifade (2, 3, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18) memnuniyetsizliği gösteren negatif ifadeleri göstermektedir. Bireylerin tüm maddelerden elde ettikleri toplam puanlar "Genel Yalnızlık Puanını" vermektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Yüksek puan yalnızlığın daha yoğun yaşandığının belirtisi olarak kabul edilmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Demir tarafından yapılmıştır (24).

Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanteri: Bu envanter bireylerin stresli durumlarla başa çıkmada kullandıkları yolları belirlemek üzere Folkman ve Lazarus (1980) tarafından geliştirilmiş, Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Şahin ve Durak tarafından (1995) yapılmıştır. Envanter 0-3 puan arasında puanlanan 4'lü Likert tipindedir. Envanter kendine güvenli yaklaşım (KGY), çaresiz yaklaşım (ÇY) boyun eğici yaklaşım (BEY), iyimser yaklaşım (İY) ve sosyal destek arama (SDA) olmak üzere toplam beş faktörden oluşmaktadır. Cronbach alpha iç tutarlılık katsayıları ise, iyimser yaklaşım için 0.49-0.68, kendine güvenli yaklaşım için 0.62-0.80, çaresiz yaklaşım için 0.64-0.73, boyun eğici yaklaşım için 0.47-0.72 ve sosyal destek arama için 0.45-0.47 arasındadır. Ölçeğin Kendine Güvenli Yaklaşım maddeleri: 8., 10., 14., 16., 20., 23. 26. maddeler, İyimser Yaklaşım maddeleri: 2, 4., 6., 12., 18. maddeler, Çaresiz Yaklaşım maddeleri: 3., 7., 11., 19., 22., 25., 27., 28 maddeleri Boyun Eğici Yaklaşım maddeleri: 5., 13., 15., 17., 21., 24. maddeleri ve Sosyal Destek Arama maddeleri: 1., 9., 29., 30. maddeleridir (1 ve 9. Maddeler ters kodlanır) (25).

İstatiksel Analiz

Elde edilen veriler, bilgisayar SPSS 18 programı ile kare testi, Mann Whitney u testi kullanılarak çözümlenmiş ve $p < 0.05$ olması istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1' de sigara kullanan ve kullanmayan öğrencilerin bazı özelliklere göre dağılımı yer almaktadır.

Tablo 1. Sigara kullanan ve kullanmayan öğrencilerin bazı özelliklere göre dağılımı (N=712)

Sosyo-demografik özellikler	Sigara içen n (%)	Sigara içmeyen n (%)	p
Cinsiyet			
Erkek	76 (51.7)	71 (48.3)	.000
Kadın	86 (15.2)	479 (84.8)	
Yaş			
≤20	70 (18.7)	304 (81.3)	.007
≥21	92 (27.2)	246(72.8)	
Babanın eğitim durumu			
Okuma yazma bilmiyor	6 (28.6)	15 (71.4)	.022
Okuryazar veya ilköğretim mezunu	51 (17.1)	248 (82.9)	
Ortaokul mezunu	34 (23.4)	111 (76.6)	
Lise mezunu	55 (29.7)	130 (70.3)	
Lisans ve üzeri eğitim alan	16 (25.8)	46 (74.2)	
Annenin eğitim durumu			
Okuma yazma bilmiyor	11 (19.3)	46 (80.7)	.035
Okuryazar veya ilköğretim mezunu	84 (19.7)	342 (80.3)	
Ortaokul mezunu	24 (24.7)	73 75.3)	
Lise mezunu	38 (31.9)	81 (68.1)	
Lisans ve üzeri eğitim alan	5 (38.5)	8 (61.5)	
Annenin çalışma durumu			
Çalışıyor	48 (33.6)	95 (66.4)	.002
Çalışmıyor	114 (20.1)	455 (79.9)	
Ki kare testi			

Tabloda da görüldüğü gibi öğrencilerin %73.4'ü kız, %19.1'i erkek olup erkeklerin %51.7'si kızların %15.2'si sigara içmektedir. Genel olarak sigara içme yaygınlığı %21 olarak belirlenmiştir. Cinsiyete göre sigara kullanma oranı açısından gruplar arasındaki fark anlamlıdır ($p < 0.05$). Erkek öğrencilerin kızlara göre daha yüksek oranda sigara içtikleri tespit edilmiştir.

Tablo 2. Sigara kullanan ve kullanmayan öğrencilerin Yalnızlık ve Stresle Başa çıkma Tarzlarının Karşılaştırılması

Sigara içme (N)	Yalnızlık toplam puan	KGY toplam puan	İY toplam puan	ÇY toplam puan	BEY toplam puan	SDA toplam puan
	Sıra puan ortalaması	Sıra puan ortalaması	Sıra puan ortalaması	Sıra puan ortalaması	Sıra puan ortalaması	Sıra puan ortalaması
Evet (162)	371.48	352.37	348.91	376.69	367.04	326.42
Hayır (550)	352.09	357.72	358.73	350.55	353.39	365.36
p değeri*	.291	.770	.590	.154	.456	.032
*Mann Whitney u testi						

Öğrencilerin yaş grubuna göre sigara kullanma davranışları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu, 21 yaş ve üzerindeki öğrencilerin sigara kullanma davranışı daha yüksek olarak saptanmıştır ($p<0.05$). Annenin çalışma durumuna göre sigara içme davranışına bakıldığında annesi çalışanların çalışmayanlara göre daha yüksek oranda sigara içtiği saptanmıştır ($p<0.05$). Anne-babanın eğitim durumuna göre öğrencilerin sigara içme davranışına bakıldığında eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencilerde sigara içme oranının arttığı tespit edilmiştir.

Tablo 2’de sigara kullanan ve kullanmayan öğrencilerin yalnızlık ve stresle başa çıkma tarzları puan ortalamaları verilmiştir. Sigara kullanan ve kullanmayan öğrencilerin Yalnızlık Puan ortalamaları ve Stresle Başa çıkma Tarzları Envanteri’nin alt boyutları olan kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve çaresiz yaklaşım açısından istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur ($p>0.05$). Sigara içmeyenlerin içenlere göre Stresle Başa çıkma Tarzları Envanterinin sosyal destek arama alt boyut sıra puan ortalaması daha yüksek oranda belirlenmiştir ($p<0.05$).

TARTIŞMA

Lise öğrenimlerini tamamlayarak üniversiteye gelen öğrencilerde aile denetiminden uzaklaşmanın ve göreceli olarak özgür bir ortamda bulunmanın etkisiyle sigara içme alışkanlığı yaygınlaşmaktadır (9). Ülkemiz-

de, üniversite öğrencileri arasında sigara içme sıklığı değişik çalışmalarda %21-48 olarak bildirilmiştir (22). Bu çalışmada sigara kullanma yaygınlığı genel olarak %21 olarak bulunmuştur ve bu sonuç yapılan birçok çalışmanın sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Baran ve arkadaşları (2014) Sağlık Yüksekokulu öğrencileriyle yaptıkları çalışmada öğrencilerin %24.1’inin sigara kullandığını belirtmiştir (21). Durmuş ve Pirinççi (2009) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada öğrencilerin %44.4’ünün sigara içtiğini belirlemişlerdir (26). Pıçakçıefe ve arkadaşları (2007) Sağlık Yüksekokulu öğrencileri ile yaptıkları çalışmada öğrencilerin %25.3’ünün sigara içtiğini belirlemişlerdir (1). Kelleci ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada (2012) üniversite öğrencileri arasında sigara kullanma yaygınlığını %39.8 olarak bulmuşlardır (18). Bu çalışmanın sonucuna göre sigara içme oranını düşürmeye yönelik öğrencileri bilinçlendirme çalışmalarının yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada erkek öğrencilerin kızlara göre daha yüksek oranda sigara içtikleri tespit edilmiştir. Alaçam ve arkadaşları üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada (2015) sigara içme oranını erkek öğrenciler için %48.2, kız öğrenciler için ise %23.7 olarak saptamıştır (27). Durmuş ve Pirinççi çalışmalarında (2009) erkekler öğrencilerde sigara içme oranını %51.6, kızlarda %35.2 olarak saptamışlardır (26). Özakar ve Koçak çalışmalarında (2012) erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre arkadaş ortamından daha çok etkilendiğini ve sigara-

nın dışında alkol veya uyuşturucu bağımlısı olduklarını belirlemişlerdir (28). Kadınlar arasında gözlenen düşük oranların, kadınların sigara içme davranışının toplumsal açıdan kabul edilmemesiyle ilintili olarak gerçek oranları yansıtabileceği gibi utançtan kaynaklanan yanlış bildirimlerden de kaynaklanabileceği belirtilmiştir (4).

Literatürde 20 yaşından sonra sigaraya başlama riskinin düzenli olarak azalma gösterdiği bildirilmiştir (29). Bu bilgiden farklı olarak bu çalışmada 21 yaş ve üzerindeki öğrencilerin sigara kullanma oranı 20 yaş ve altındaki öğrencilere göre daha yüksek olarak saptanmıştır. Pıçakçife ve arkadaşları çalışmalarında (2007) 19 yaş ve üzerindeki öğrencilerin 18 yaş ve altındaki öğrencilere göre daha yüksek oranda sigara içtiklerini saptamıştır (9). Çilingir ve arkadaşlarının çalışmasında (2012) ise sigara içen ve içmeyen öğrenciler arasında yaş yönünden istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir (3). Yaşın ilerlemesiyle birlikte öğrencilerin bilinçlenerek sigaraya yönelmelerinde azalma olması beklenmesine rağmen sigara içme oranında artış olmuştur. Sigara konusunda öğrencilere eğitimler verilmesinin yararlı olabileceği ve sosyal faaliyetlerin artırılarak öğrencilerin sigaraya yönelmesinde azalma olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada annenin çalışma durumuna göre sigara içme davranışına bakıldığında annesi çalışanların annesi çalışmayanlara göre daha yüksek oranda sigara içtiği saptanmıştır. Özakar ve Koçak üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada (2012) çalışan annelerin çocuklarının, çalışmayan annelerin çocuklarına göre sigara, alkol ve uyuşturucu kullanımı riskini daha fazla taşıdıklarını belirlemişlerdir (28). Parlar ve arkadaşları (2006) bizim çalışmamızdan farklı olarak annenin çalışma durumunun öğrencilerin sigara içmeleri ile ilişkili olmadığını belirlemişlerdir (9). Çalışan annenin çocuğunu takip etme ona zaman ayırma olasılığının çalışmayan anneye göre daha az olabileceği ve bunun da çocuğun madde kullanımı açısından risk oluşturabileceği düşünülmektedir. Bu yüzden çalışan annelerin kendilerine ve çocuklarına zaman ayırmalarının sağlanması gerektiği ve bu ailelerin sosyal destek sistemlerinin artırılarak hem annenin hem çocuklarının sağlıklarının korunması/desteklenmesi gerektiği düşünülmektedir.

Bu çalışmada anne-baba eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencilerin sigara içme oranının arttığı saptanmıştır. Süngü çalışmasında anne-baba eğitim seviyesi yüksek olan (üniversite mezunu) öğrencilerin anne-baba eğitim seviyesi düşük olan öğrencilere göre daha çok alkol ve sigara kullandıklarını saptanmıştır. Süngü ebeveynlerin eğitim düzeyinin yüksek olmasının gelir düzeyinin artmasıyla buna paralel olarak çocuğun harçlığının yükselmesi ve çocuğun kullandığı maddeyi maddi sıkıntı yaşamadan alabilme imkanına kavuşmasıyla ilişkili olabileceğini belirtmiştir (6).

Bu çalışmada sigara içen ve içmeyen öğrencilerin yalnızlık puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu sonucun öğrencilerin yalnızlık puan ortalamasının düşük olmasına bağlı olabileceği düşünülmektedir. Yani her iki grupta da öğrenciler kendilerini yalnız hissetmemektedir. Dolayısıyla sigara içmeyi etkileyen faktörler arasında yalnızlığın yer almaması buna bağlı olabilir. Bu çalışmaya benzer olarak Yılmaz ve arkadaşları sigara içme durumu ile yalnızlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır (30). Bu çalışmadan farklı olarak Gürsoy ve Bıçakçı çalışmalarında sigara içen öğrencilerin yalnızlık puan ortalamalarını sigara içmeyen öğrencilere göre daha yüksek düzeyde belirlemişlerdir (19). Stickley ve arkadaşları Rusya ve Amerika'daki yalnız kız ve erkek ergenlerle yaptıkları çalışmada yalnız hissetmenin madde kullanımını ile güçlü bir bağlantısı olduğunu saptamışlardır (23). Shah ve arkadaşları sigara içen erkek üniversite öğrencilerinde yalnızlık puanının içmeyen öğrencilere göre daha yüksek düzeyde olduğunu saptamışlardır (31). DeWall ve Pond çalışmalarında kendini daha çok yalnız hissetmenin daha çok nikotin tüketimiyle bağlantılı olduğunu saptamışlardır (32). Yıldırım ve arkadaşları alkol ve madde bağımlısı bireylerle yaptıkları çalışmada bireylerin %71'inin yalnızlık duygusu yaşadığını saptamışlardır (24). Varga ve Piko ise bu bulgulardan farklı olarak erkek öğrencilerde yalnızlığın sigara içme ihtimalini azalttığını saptamışlardır (33). Öğrencilerin yalnızlık puan ortalamasının düşük çıkması istenilen bir durumdur. Bu öğrencilerin sosyal ağlarının güçlü olduğu, sosyal destek sistemlerini kullanabildiklerini düşündürmektedir.

Günlük hayatta karşılaştıkları stresle başa çıkmada zorluk yaşayarak madde kullanan bireylerin yaşamı zor algı-

ladıkları ve problemlerle mücadele etmek yerine sahte bir rahatlama sağlayan alkol gibi maddelere yöneldikleri ifade edilmiştir (34). Sigara kullananların çoğu sigara içme davranışını olumsuz bir durum veya yasadışı algılamak yerine bunu sosyal kaygıyla başa çıkmak için bir strateji olarak görmektedirler (18). Bu çalışmada sigara içmeyenlerin Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanterinin sosyal destek arama alt boyut puan ortalaması sigara içenlere göre daha yüksek oranda saptanmıştır. Bu sonuç sigara içen öğrencilerin sigarayı sosyal destek aracı olarak görmüş olabileceğini ve bu yüzden sosyal destek arama puanlarının düşük olabileceğini düşündürmektedir. Kelleci ve arkadaşları (2012) bizim bulgumuzdan farklı olarak sigara kullanmayan kız öğrencilerde sosyal destek arama yaklaşımı alt boyut puanını sigara kullananlara nazaran daha yüksek oranda belirlemişlerdir (18).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Üniversite öğrencileri ile yapılan bu çalışmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre; 21 yaş ve üzerindeki öğrencilerin 20 yaş ve altındaki öğrencilere göre; annesi çalışmayanların annesi çalışanlara göre sigara kullanımının daha yüksek oranda olduğu saptanmıştır. Sigara içen öğrencilerin Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanterinin sosyal destek arama alt boyut puan ortalaması sigara içmeyenlere göre daha yüksek oranda saptanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda; Üniversite öğrencilerinin sigara içme davranışını etkileyen çeşitli faktörlerin ayrı ayrı incelenmesi, Öğrencilerin sosyal ilişkilerini artıracak ders dışı etkinlikler düzenlenerek öğrencilerin sosyal destek boyutunun artırılması, Sosyal destek yetersizliği yaşayan öğrencilere gerekli psikolojik danışmanlık destek hizmetlerinin verilmesi, Öğrencilerin, sigara içme davranışı ile stresle baş etme düzeyleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek için farklı fakülte ve yüksekokullardan daha geniş bir örneklem grubu ile ve daha ayrıntılı anket ile çalışması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Pıçakçıefe M, Keskinoglu P, Bayar B, Bayar K. Muğla Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin sigara içicilik sıklığı ve içiciliği

arttırın nedenler. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni 2007; 6 (4): 267-272.

2. Mayda AS, Tufan N, Baştaş S. Düzce Tıp Fakültesi öğrencilerinin sigara konusundaki tutumları ve içme sıklıkları. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni 2007; 6(5): 364-370.

3. Çilingir D, Hintistan S, Öztürk H. Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin sigara kullanma alışkanlıkları ve etkileyen faktörler. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi 2012; 1(2): 69-85.

4. Kutlu R, Çivi S, Şahinli AS. Tıp fakültesi öğrencilerinde depresif belirti ve sigara içme sıklığı. TAF Preventive Medicine Bulletin 2009; 8(6): 489-496.

5. Mayda AS, Gerçek ÇG, Gümüş G, Demir S, Deniz M, Pürücü ZP, Konuk M, Türkmaya M, Taner H. Düzce Üniversitesi Orman Fakültesi öğrencilerinde sigara, alkol ve madde kullanımı sıklığı ve kullanmaya başlama nedenleri. Düzce Tıp Dergisi 2010; 12(3): 7-14.

6. Süngü H. Üniversite öğrencilerinin zararlı madde kullanımına ilişkin tutumları. Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 2014; 11(26): 167-194.

7. Koca B, Oğuzöncül AF. İnönü Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin sigara, alkol, madde kullanımı, madde kullanımına etki eden etmenler ve aileden aldıkları sosyal desteğin etkisi. Kocaeli Tıp Dergisi 2015; 4(2): 4-13.

8. Tyas LS, Pederson LL. Psychosocial factors related to adolescent smoking: A critical review of the literature. Tobacco Control 1998; 7: 409-420.

9. Parlar S, Çavdar S, Ovayolu N. Sağlıkla ilgili yüksekokullarda ve tıp fakültesinde okuyan 1. ve 4. sınıf öğrencilerinde sigara içme sıklığının ve sigara konusundaki tutum ve davranışlarının karşılaştırılması. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2006; 9(1): 29-40.

10. Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik döneminde stres ve başa çıkma. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 6(2), 20-37.

11. Doğan, B., & Eser, M. (2013). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri: Nazilli MYO örneği. Electronic Journal of Vocational Colleges, UMYOS Özel sayı, 29-39.

12. Aki ŞÖE, Arıkan Z, Işıklı S. Erken remisyonadaki alkol bağımlıları, en az bir yıldır remisyonunda olan alkol bağımlıları ve kontrol grubunun başa çıkma mekanizmaları yönünden karşılaştırılması. Nöropsikiyatri Arşivi 2008; 45: 36-45.

13. Cohen S, Lichtenstein E. Perceived stress, quitting smoking, and smoking relapse. Health Psychology 1990; 9(4):466-478.

14. Aronson KR, Almeida DM, Stawski RS, Klein LC, Kozlowski LT. Smoking is associated with worse mood on stressful days: results from a National diary study. Ann. Behav. Med. 2008; 36: 259-269.

15. Slopen N, Ryff CD, Albert MA. Psychosocial stress and cir-

garette smoking persistence, cessation, and relapse over 9–10 years: a prospective study of middle-aged adults in the United States. *Cancer Causes Control* 2013, DOI 10.1007/s10552-013-0262-5.

16. Yazıcı H, Şahin M. Üniversite öğrencilerinin sigara içme tutumları ile sigara içme statüleri arasındaki ilişki. *Kastamonu Eğitim Dergisi* 2005; 13(2): 455-466.

17. Ergin, A, Uzun, U.S. & Bozkurt, A.İ. (2014). Tıp fakültesi öğrencilerinde stresle başa çıkma yöntemleri ve bu yöntemlerin sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Fırat Tıp Dergisi*, 19(1), 31-37.

18. Kelleci M, Gölbaşı Z, İnal S, Kavakçı Ö. Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzları: Cinsiyetin etkisi. *Cumhuriyet Tıp Dergisi* 2012; 34: 9-16.

19. Gürsoy F, Bıçakçı MY. Sigara kullanan ve kullanmayan gençlerin yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet* 2003; 14(2): 71-81.

20. Hawkley LC, Cacioppo JT. Loneliness and pathways to disease. *Brain, Behavior, and Immunity* 2003; 98–105.

21. Baran M, Küçükakça G, Ayran G. Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde algılanan sosyal destek düzeyinin sigara kullanımı üzerine etkisi. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi* 2014; 15(1): 9-15.

22. İnanç BB. Ebelik bölümü öğrencilerinde sigara, alkol, madde kullanımını etkileyen faktörler ve aile sosyal desteği. *Euras J Fam Med* 2015; 4(1): 29-35.

23. Stickley A, Koyanagi A, Koposov M, Schwab-Stone, M, Ruchkin V. Loneliness and health risk behaviors among Russian and U.S. adolescents: A cross-sectional study. *BMC Public Health* 2014; 14: 366. Doi: 10.1186/1471-2458-14-366.

24. Yıldırım B, Engin E, Yıldırım S. Alkol ve madde bağımlılarında yalnızlık ve etki eden faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2011; 2(1): 25-30.

25. Şahin NH, Durak A. Stresle başa çıkma tarzları ölçeği: Üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi* 1995; 10(34): 56-73.

26. Durmuş AB, Pirinççi E. Üniversite öğrencilerinin sigara içme durumu ve öfke ile ilişkisi. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 2009; 16(2): 83-88.

27. Alaçam H, Korkmaz A, Efe M, Şengül BC, Şengül C. Pamukkale Üniversitesi öğrencilerinde alkol ve sigara bağımlılığı taraması. *Pam Tıp Derg* 2015; 8(2): 82-87.

28. Özakar, S., & Koçak, C. (2012). Üniversite öğrencilerinin sigara içme sıklığı ve içicilik davranışı üzerine sosyal öğrenmenin etkisi. *Türk Ped Arş*, 47 Özel Sayı: 1-20.

29. Joffer J, Burell G, Bergström E, Stenlund H, Sjörns L, Jerdén L. Predictors of smoking among Swedish adolescents. *BMC Public Health* 2014; 14(1296): 2-9.

30. Yılmaz E, Yılmaz E, Karaca F. Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Derg* 2008; 18(2): 71-79.

31. Shah K, Kumar V, Karia S, Prajapati N, Desousa A. The relationship between self-esteem and loneliness amongst smoker and non-smoker male college students. *Indian Journal of Applied Research* 2015; 5(3): 377-378.

32. DeWall NC, Pond RS. Loneliness and smoking: The costs of the desire to reconnect. *Self and Identity* 2011; 10 (3), 375–385.

33. Varga S, Piko FB. Being lonely or using substances with friends? A cross-sectional study of Hungarian adolescents' health risk behaviors. *BMC Public Health* 2015; 15(1107): 2-9.

34. Koçhan A, İlhan T. Erbaş/erlerin ebeveyne bağlanma stilleri, depresyon düzeyleri ve stresle başa çıkma stillerinin madde kullanımı açısından incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 2015; 2(2): 61-109.