

GENÇLERDEKİ SİGARA KULLANMA DAVRANIŞININ NEDENLERİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Yrd. Doç. Dr. Selâmi YEŞİLYURT*

Yrd. Doç. Dr. Sayit ALTİKAT**

Özet: Bu çalışmada gençlerin sigara kullanma davranışında etkili olan faktörleri araştırılarak, sigara kullanma davranışının yaygınlığının azaltılmasında olası etkenleri tespit etmek ve yeni stratejiler geliştirilmesine yardımcı olmak amaçlanmıştır. Bunun için, Erzurum'da Atatürk Üniversitesi'nde okumakta olan farklı fakültelerdeki sigara içen 489 öğrenci ile sigara içmeyen 355 öğrenciye bir anket uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar göz önünde bulundurularak bazı önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar kelimeler: Sigara kullanımı, üniversite öğrencileri, görüşler.

GİRİŞ

Tarih boyunca insanlar sağlığa zararlı maddeleri zevk almak, sıkıntıdan, heyecandan, acı ve üzüntüden kurtulmak amacıyla kullanmışlardır. Bu maddeler zamanla kişide alışkanlık ve bağımlılık yaratmıştır. Kişilerin fiziksel ve psikolojik sağlığı bozulmuş, önemli toplumsal sorunlar doğmuştur. İnsanlar bu maddelerden kendilerini ve çevrelerini korumak zorundadır (Şenol, 1999).

İnsanoğlunun oyalanmak için karlı, zararlı demeden kendini kaptırdığı kötü alışkanlıklardan biri olan sigara alışkanlığı (Öztürk ve Aykut, 1992) aslında toplumun hemen bütününe ilgilendiren önemli bir psikososyal sorundur ve alışkanlık yapıcı maddelerin en yaygın olanıdır (Herken ve ark., 13.10.2003). Özellikle nedenleri açısından önemli bir halk sağlığı ve istenmeyen eğitim sorunlarından birisi olarak da karşımıza çıkmaktadır (Mimioğlu, 1987, Turgut ve ark. 2001

Sigaranın sağlığa zararlı olduğunu sigara içenlerin çoğu bilmektedir. Ancak tiryakilerin sadece az bir kısmı onun tehlike boyutunun bilincindedir (Öztürk ve Aykut, 1992).

Çocuk, gelişim süreci içerisinde ortalama 15 yaş dolaylarında, aileden bağımsızlaşma eğilimi göstermeye başlar (Pekşen, 1995). Sigara ile genellikle gençlik çağında başlayan ilk tanışmalar, alışkanlığa dönüşerek

devam eder. Ergenlik dönemi, gençlerin hem bedensel, hem de duygusal değişiklikler yaşadığı kritik bir dönemdir. Gençler, bu dönemdeki ruh haliyle toplumsal değerlerin dışına çıkmak, yanlış alışkanlıklar kazanmak eğiliminde olup (Şenol, 1999), toplum içinde kendi öz kimliğini kazanma, yetişkin insan gibi olabilme ve toplumda etkin rol alma istek ve arzusu çok fazladır (Gençtan, 1993).

Çoğu gençlerin sigaraya alışmaları ise yükseköğrenime başlama dönemine rastlamaktadır. Yüksek öğrenim için evinden ayrılarak fakülte ve yüksek okulların bulunduğu kentlere giden gençlerin sigaraya başlamasında veya önceden kaçamak olarak içenlerin ise rahatlıkla sigaralarını tütürmelerinde aile baskısından uzaklaşmış olmalarının büyük payı vardır (Öztürk ve Aykut, 1992). Ancak başlangıçta ister merak, ister benzeşme, ister başkaldırı sembolü olarak görülüp başlanılan sigara (Uğur, 1994) birkaç yıl içinde kullananların %50'sinde bağımlılık yapar (Hughes ve ark., 1996).

Sigaradan en çok etkilenen kesim çocuklardır. Çocukların sürekli sigara içilen ortamlarda yaşamaları, gelecekteki yaşamlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Öztürk ve Aykut, 1992).

Aile ve okul çocuğun gelişiminde, tartışmasız en önemli ortam ve en önemli toplumsal kurumlardır (Hess ve Holloways, 1984).

İnsan yaşamında, etkisini doğumdan önce başlayıp, hayatın bitimine kadar devam ettiren aile kurumu, fizyolojik, ekonomik, kültürel ve toplumsal yönleriyle kişinin sosyal hayattaki davranışlarını biçimlendirip, yönlendirir (Yavuzer, 1996.).

Gelişme sürecinde, Batı toplumunda sigara kullanımı ve buna bağlı sorunlar hızla artmıştır. Gelişmemiş ya da ülkemiz gibi gelişmekte olan ülkelerde ise hızlı, düzensiz ve çarpık kentleşme; eğitim, sağlık, ekonomik sorunlara koşut olarak sigara tüketimiyle ilgili sorunlar da artmaktadır. Bu sorunun başlangıç yaşı genelde delikanlılık dönemidir. Bu dönemde insan yaşı ve deneyimlerinin yetersizliğine bağlı olarak her türlü madde, özellikle başta sigara kullanım yatkınlığının fazla olduğu yıllardır (Öztanrıöver ve ark., 18.5.2002.).

Ancak üzücü olan günümüzde sigaraya başlama yaşı değil, sigara tiryakisi olma yaşı artık 10'a düşmüştür. Gençler yaşları gereği uyuşturucu madde bağımlılığına da sigara ile başlamaktadır (Tümerdem, 15.04.2002).

Yapılan çeşitli araştırmalarda erkek ve/veya kız çocuklarda sigara kullanımında, arkadaşın, ailenin sosyoekonomik durumunun, anne-babanın çocuklarına olan ilgi ve dikkatleri ile sigaraya yönelik otoritenin etkili olduğu görülmektedir (Oei ve Burton 1990). Bu arada kötü alışkanlıklara yönlendirmede çocuğun çevresindeki arkadaş gruplarının aile bireylerinden daha etkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar da dikkati çekmektedir (Needle ve ark.,1986). Britanya'da yapılan bir çalışmada ise, ortaokuldaki sigara

kullananların erkeklerin, akran baskısından ve anne babanın sigara konusundaki kontrolünden etkilendikleri gösterilmiştir (Aitken 1990).

Bireyin toplumsallaşması sürecinde önemli kurumlardan birisi de okuldur. Okul planlı öğrenme etkinliklerinin gerçekleştirildiği kurumlardır. Öğrencilerin okul etkinlikleri vasıtasıyla olumlu davranışlar kazanması istenir.

Sigara kullanan baba, anne, ağabey arkadaş ve öğretmenin sigara karşıtı tutumunun da fazla reddedici olmayacağı hatta sigara içme davranışında model olacağı dikkate alınmalıdır (Herken ve ark., 20.06.2003).

Ülkemizde sigara içimi oldukça yaygındır. Her 3 erkekten 2'si sigara içmektedir (Erzurum Sağlık Müdürlüğü, 2002). Çeşitli illerde yapılan araştırmalarda lise ve üniversite öğrencilerinde %21'den %56'ya varan oranlarda sigara içimi saptanmıştır (Öztürk ve Aykut, 1992). Erişkin nüfusun ise %44'ü sigara kullanmaktadır (Erzurum Sağlık Müdürlüğü, 2002). Aynı yaş grubunda sigara kullanma oranını (15-18 yaş) %30 olarak bulunmuştur (Herken ve ark., 13.10.200).

Gençler arasında sigara kullanımını azaltmak için ebeveynler, kardeşler, arkadaşlar, sağlıkçılar, eğitimciler ve yasa düzenleyicileri gibi pek çok grubun ortak çalışması gerekmektedir. Önemli olan etkin programların geliştirilmesi, finanse edilmesi ve uygulamaya konulması ve bunun sonucunda daha az sayıda çocuğun sigara içmesidir (<http://www.philipmorrisinternational.com/pages/tur/ysp/YSP.asp> , 13 Ekim 2003).

Günümüzde sigara içilmesini sınırlandırmaya yönelik yaklaşım ve görüşler olduğu gibi karşıt yaklaşım ve görüşler de olabilir. Ancak sigaranın türlü zararlarını en iyi okuyabilecek ve anlayabilecek düzeyde olan üniversite öğrencilerinde sigara içenlerin bulunması günümüz ve geleceğimiz açısından endişe vericidir. Bu nedenle bu çalışma gençlerin sigara kullanma davranışında etkili olan faktörleri araştırmak, sigara kullanma davranışının yaygınlığının azaltılmasında olası etkenleri tespit etmek ve yeni stratejiler geliştirilmesine yardımcı olmak amacı ile yapılmıştır.

YÖNTEM VE ARAÇLAR

Bu çalışmada kullanılan anket, 1998-1999 öğretim yılında Erzurum'da Atatürk Üniversitesi'nde okumakta olan farklı fakültelerdeki sigara içen 489 öğrenci ile sigara içmeyen 355 öğrenciye uygulanmıştır. Toplam 844 öğrenciye sigara kullanım kalıbını ve nedenlerini değerlendiren soru formu verildi.

Anket uygulanırken öğrencilerin cinsiyeti ve okudukları bölümler sorulduğu halde değerlendirilmede göz önünde tutulmamıştır. Çalışmada daha çok öğrencilerin sigara konusundaki tutumları dikkate alınmıştır.

Uygulamada sigara içenlere ayrı, sigara içmeyenlere ayrı anket verilmiştir. Ancak her iki ankete ait sorular değerlendirilmede kolaylık olması açısından birbirine paralel hazırlanmaya dikkat edilmiştir.

SONUÇ VE TARTIŞMA

Ankete farklı fakültelerde okuyan öğrencilerin verdikleri cevapların yüzde dağılımları şöyledir;

Ankette Üniversitede okumakta olan sigara içen 489 öğrenciye sorulan “sigaraya kaç yaşında başladınız?” şeklindeki açık uçlu soruya öğrencilerden %13,7’si (67 kişi) 15 yaşında, %13,9’u (68 kişi) 16 yaşında, %12,5’i (61 kişi) 17 yaşında, %17,8’i (87 kişi) 18 yaşında, %11’3’ü (55 kişi) 19 yaşında ve %11’i (54 kişi) 20 yaşında yanıtını vermiştir.

Bu da gençlerde sigaraya başlama yaşı daha çok aileden bağımsızlıklarını elde etmeye başladıkları orta öğretim ve üniversite yılları olduğunu daha açık şekilde göstermektedir. Günümüzde ortaöğretim ve yükseköğretim çağındaki gençlerin üzerinde büyüklerinin baskı ve otoritesinin giderek gevşediği, etkisiz kaldığı saygı kavramının değiştiği dolayısıyla gençlerin sigara içme özgürlüklerinin arttığı bir gerçektir.

Elde edilen bulgular literatürle de uyumludur (Bağcı ve ark., 1996).

Uygulanan ankete sigara içmeyen öğrencilerin (SİMÖ) (355 kişi) verdiği yanıtlara baktığımızda; “şimdiye kadar hiç sigara içtiniz mi? (tütün kullandınız mı?)” sorusuna %69,9’u (248 kişi) evet derken, %30,1’i (107 kişi) hayır demiştir. Sigarayı bırakma sebepleri olarak ise %23’ü (57 kişi) duman solumak bana anlamsız geldi, %21,4’ü (53 kişi) tiksindim, %20,2’si (50 kişi) sigarayı irade zayıflığı olarak gördüm derken sadece %7,7’si (19 kişi) sebep olduğu rahatsızlığı gördüm şeklinde yanıtlamıştır. Geri kalanlar ise “sigara yüzünden aile fertlerinden birini kaybettim, tadı ve kokusu hoşuma gitmedi, samimi olduğum arkadaşlar sigara içmiyor, çok ciddi rahatsızlıklara neden olduğunu öğrendiğimden” gibi değişik nedenler ortaya koymuştur.

SİMÖ öğrencilerine “sigarayı bırakmanıza ve içmemenize rağmen eğer de olsa sigara içtiğiniz oluyor mu?” sorusuna %54,1’i (192 kişi) kesinlikle hayır diye yanıt verirken, %45,9’u (163 kişi) evet demiştir. Bu durumda “sizi sigara içmeye yönlendiren nedir?” diye sorulduğunda ise %30,1’i (49 kişi) arada bir içmek hoşuma gidiyor, %25,2’si (41 kişi) çok sevdiğim birinin ısrar etmesi üzerine hatır için içerim, %23,9’u (39 kişi) çok bunaldığımında bir tane dahi olsa muhakkak içerim, %14,1’i (23 kişi) arkadaş ortamına uyum sağlamak için yanıtında bulunmuştur. Diğerleri ise başka yanıtlar vermiştir.

SİMÖ (248 kişi) ile sigara içen öğrencilerin (SİNÖ) (489 kişi) sigara içmeye başlama mazeretlerine bakıldığında aslında birbirleriyle paralel nedenleri öne sürdükleri dikkati çekmektedir.

Tablo 1’de de görüldüğü gibi SİMÖ’den sigarayı daha önce kullananlardan “buna neden olan etki nedir?” sorusuna verdikleri yanıtlarla SİNÖ’den “sigarayı başlamanıza neden olan neydi?” sorusuna verdikleri yanıtları karşılaştırdığımızda; SİMÖ’den %29,4’ü, SİNÖ’den %22,1’i arkadaş çevreme uyabilmek için, SİMÖ’den %14,9’u, SİNÖ’den %12,1’i psikolojik açıdan bunalıma düştüğünden, SİMÖ’den %11,3’ü SİNÖ’den %20,7’si ise sınavların stresi yüzünden, SİMÖ’den %12,9’u SİNÖ’den %18,8’i nasıl bir şey diye denemek için, SİMÖ’den %4,2’si SİNÖ’den %15,5’i gurbette olduğundan nedenini ortaya koymuş, geri kalan öğrenciler ise özenti gibi farklı nedenler ileri sürmüşlerdir. Görülüyor ki arkadaş etkisi, özenti ve stres sigara içimi etkilemektedir. Literatürde de benzer sonuçlar görülmektedir (Öztürk ve ark., 1996).

Tablo 1. Sigara içmeyen öğrenciler (SİMÖ) ile sigara içen öğrencilerin (SİNÖ) ileri sürdükleri başlıca sigara içmeyi deneme ve sigara içmeye başlama nedenleri.

Nedenler	SİMÖ		SİNÖ		Genel toplam	
	f*	%	f	%	f	%
Arkadaş çevreme uyabilmek için	73	29,4	108	22,1	181	24,6
Psikolojik açıdan bunalıma düştüğünden	37	14,9	59	12,1	96	13,0
Sınavların stresi yüzünden	28	11,3	101	20,7	129	17,5
Nasıl bir şey diye denemek için	32	12,9	92	18,8	124	16,8
Gurbette olduğundan	10	4,0	76	15,5	86	11,7
Diğer nedenler	68	27,4	53	10,8	121	16,4
Toplamlar	248	100	489	100	737	100

*f : frekans

SİMÖ’de Sigarayı deneyenler için N=248

SİNÖ için N=489

“Sigarayı bırakmayı düşündünüz mü?” sorusuna SİNÖ’nin %74,6’sı (365 kişi) evet derken %25,4’ü (124 kişi) hayır yanıtını vermiştir.

Görülüyor ki üniversite gençliği eğitim düzeylerinin yüksekliği nedeniyle sigaranın zararlarının farkında olup sigaradan uzaklaşma eğilimindedirler. Bu durum yapılmış benzer çalışmalarla da desteklenmektedir (Horosan, 1994).

“Eğer sigarayı bırakmayı düşündüyseniz sizi bundan alıkoyan neydi?” sorusuna ise SİNÖ’den sigarayı bırakmayı düşünenlerin (365 kişi) %24,4’ü (89 kişi) iradem yeterli gelmediği için, %13,2’si (48 kişi) stresli ortamlarda bulduklarından, %12,9’u (47 kişi) maddi problemlerin sürekli kendilerini sıktığından, %9,3’ü (34 kişi) sigarayı terkettiğinde kendisinde rahatsızlık ortaya çıktığından, %9,9’u (36 kişi) sigara her şeye rağmen beni kendine çekiyor yanıtında bulunmuştur. Geri kalanı ise “sigara içmediğinde sinirli olduğu, arkadaş çevresinin sigara içtiği, sigaranın kendisine arkadaşlık yaptığı, manevi problemler beni sıktığından gibi mazeretleri öne

sürmüşlerdir. Bu da gösteriyor ki irade zayıflığı, stres ve arkadaş etkisi de buna eklendiğinde sigara gibi zararlı alışkanlıklardan kurtulmak zorlaşmaktadır.

SİNÖ'den sigarayı bırakmak istemeyen öğrencilere (124 kişi) sorulan "Sigarayı bırakmayı düşünmediyseniz size sigarayı sevdiren neydi?" sorusuna ise %16,9'u (21 kişi) özellikle sınav zamanları içilen sigaranın zihni daha iyi topladığı, %17,7'si (22 kişi) sigaranın uykuyu kaçırdığı, bu sayede de ders çalışabildikleri, % 14,5'inin (18 kişi) sigaranın kendilerine zevk verdiği, %13,7'sinin (17 kişi) her çekilen sigara dumanının dertleri alıp götürdüğü düşüncesinde olduğu görülmüştür. Geri kalan öğrenciler ise "sigara kötü arkadaştan iyi olduğu, sigara ile yaşadığımı hissediyorum, sigara şişmanlamamı engelliyor" ve çok az bir kısmı da sigaranın bahsedildiği şekilde zararlı olduğuna inanmıyorum" gibi değişik bahaneleri savunmuşlardır. Genel duruma baktığımızda sigara kullanmada ısrarda aslında alışkanlık ve beraberinde gelen bağımlılığın ağır bastığı görülmektedir.

Yukarıdaki bahanelere benzer şekilde Öztürk ve Aykut (1992) sigara içmeyi alışkanlık haline getirmiş olanlara bunu neden içtiklerini sorarsanız hepsinden aynı cevabı alırsınız diyerek sigara içmenin sebeplerini şöyle sıralar; "Kötü arkadaştan iyidir, yalnızlığımı bununla gideriyorum. Sigara ile el ve ağız oyalanması oluyor, bununla boşlukta kurtuluyorum. Bazen yoğunluktan kafam duruyor, sigara içince dinlenmiş oluyorum. Nasıl başladığımızı bizde bilmiyoruz. Bizi arkadaşlarımız ağabeylerimiz alıştırtıyor. Herkes içiyor bizde içiyoruz.." Aslında bunların hiçbiri gerçek bir sebep değil, sadece kendini kandırma ihtiyacından doğmuş olduğu görülmektedir (Öztürk ve Aykut, 1992).

Sadece SİNÖ sorulan "sigarayı ne oranda kullanıyorsunuz?" sorusuna %44,4'ü günde bir paket, %13,9'u haftada bir paket, %11,3'ü günde 1 veya 2 tane, %8,8'i arada sırada, %12,1'i arkadaş hatırına göre değişir yanıtında bulunmuşlardır. Geri kalanı ise "Günde iki paket veya daha fazla. Cebimdeki paraya bağlı olarak bir günde içtiğim sigara paketi artabilir. Elim boş kalmamalı." şeklinde değişik yanıtlar vermiştir.

Tablo 2. Sigara içen öğrencilerin sigarayı kullanma oranları.

Sigara kullanma oranları (N=489)	f	%
Günde 1 paket	217	44,4
Haftada bir paket	68	13,9
Günde 1 veya 2 tane	55	11,3
Arada sırada	43	8,8
Arkadaş hatırına göre değişir	59	12,1
Diğer	47	9,6
	489	100

SİNÖ'e "sigara içtiğinizden dolayı hiç tenkit edildiniz mi?" diye sorulmuş %80,6'sı evet derken %19,4'i ise hayır yanıtını vermiştir. SİMÖ'e "sigara içmediğiniz için hiç tenkit edildiniz mi?" şeklinde bir soru sorulduğunda %26'sı evet derken %74'ü hayır yanıtında bulunmuştur. Bu da gösteriyor ki gençlerde sigara konusunda bilinç sigara karşıtı olacak şekilde artmaya başlamış, Gençler arasında, özentili ile başlanılan sigara içmenin aslında ayrıcalık olmadığı, irade zayıflığı olduğu fikrinin ağır bastığı görülmektedir.

Tablo 3. Sigara yüzünden tenkit edilme oranları

SİNÖ (N=489)				SİMÖ (N=355)			
Sigara içtiğinizden dolayı tenkit edildiniz mi?				Sigara içmediğiniz için hiç tenkit edildiniz mi?			
Evet		Hayır		Evet		Hayır	
f	%	f	%	f	%	f	%
394	80,6	95	19,5	92	25,9	263	74,1

SİNÖ'den sigara yüzünden tenkit edilenlere (394 kişi) bu tenkiti nasıl karşıladıkları sorulmuş, %27,9'unun (110 kişi) haklısınız diyerek olumlu karşıladıkları, %20,8'inin (82 kişi) önemsemediği, %18,5'inin (73 kişi) uygun dille sigaranın zararlarını bana anlattığı için teşekkür edip, bırakmama nedenlerimi izah ettim, %11,7'si (46 kişi) ise beni de düşünen var diye içten içe hoşuna gittiği belirtmişlerdir. Geri kalanı ise tenkitin moralini bozduğu, duymamazlıktan geldiği, kızıp ağzına geleni söylediği, bunun kendi sorunu olduğu başkalarını ilgilendirmedeği şeklinde ifadelerde bulunmuşlardır.

SİMÖ'den sigara içmediği için tenkit edilen öğrencilerden (92 kişi) "sigara içmiyorsunuz diye tenkit edildiyse, tenkit edenlerin size söyledikleri sözler ve bahaneler nelerdir?" sorusuna % 31,5'i (29 kişi) sigara iç dertlerini unutursun, %16,3'ü (15 kişi) sigara içmek ayrıcalıktır, % 10,9'u (10 kişi) sigara içmek erkek işidir derken geri kalanı ise sen de kendini zevk sahibimi sanıyorsun, süt kuzuları sigara içemez gibi bahaneleri öne sürmüşlerdir.

SİNÖ'ne "sigara içmeye başladığınızda zararları hakkında bilgi sahibi miydiniz?" şeklinde sorulan soruya %92,6'sı (453 kişi) evet, %7,4'ü (36 kişi) hayır yanıtını vermiştir. Bu ise sigaranın zararları bilindiği halde insanları kendine bağlayan bağımlılık yapıcı bir madde olduğunu gözler önüne sermektedir.

SİNÖ ve SİMÖ'in her ikisine birden sorulan "şu anda sigaranın neden olduğu zararlarla ilgili bilgi sahibi misiniz?" sorusuna SİNÖ'nin %100'ü (489 kişi) evet derken SİMÖ'nin %96,9'u (344 kişi) evet, %3,1'i (11 kişi) hayır yanıtını vermiştir.

Tablo 4’de de görülebileceği gibi “Sigaranın zararları ile ilgili bilgi sahibi iseniz bu bilgiyi nereden elde ettiniz?” sorusuna SİNÖ’nin %23,5’i SİMÖ’nin %31,1’i televizyondan, SİNÖ’nin %8,8’i SİMÖ’nin %2’si ailesinden, SİNÖ’nin %18’si SİMÖ’nin %16’sı öğretmenlerden, SİNÖ’nin %10,8’i SİMÖ’nin %2’si bizzat kendisinin bunu görerek ve yaşayarak, SİMÖ’nin %11,9’u SİNÖ’nin %1’i ise sigaradan zarar görenlerden, SİNÖ’nin %9’u SİMÖ’nin %4,1’i gazetelerden, SİNÖ’nin %8,8’i SİMÖ’nin %7,3’ü doktorlardan, SİMÖ’nin %16’sı SİNÖ’nin %12,1’i kitap ve dergilerden, SİMÖ %4,9’u SİNÖ’nin 4,3’ü panel ve sempozyumdan elde ettiğini ifade etmişlerdir. Bu da gösteriyor ki başta medya, öğretmen çocuğun sigara ile ilgili bilgiyi sıklıkla aldığı haber kaynakları olduğundan gençlerin uyarılması ve bilinçlendirilmesinde bu kurumlara büyük görevler düşmektedir.

Tablo 4. Sigaranın zararları konusunda bilgi sahibi olanların bu bilgiyi elde ettiği yerler.

Bilginin elde edildiği yerler	SİNÖ (N=489)		SİMÖ (N=344)		Genel Toplam (N=833)	
	f	%	f	%	f	%
Televizyon	115	23,5	107	31,1	222	26,7
Aile	43	8,8	7	2	50	6
Öğretmen	88	18	55	16	143	17,2
Görüp yaşayarak	53	10,8	7	2	60	7,2
Sigaradan zarar görenlerden	5	1	41	11,9	46	5,5
Gazetelerden	44	9	14	4,1	58	7
Doktorlardan	43	8,8	25	7,3	68	8,2
Kitap ve dergilerden	59	12,1	55	16	114	13,7
Panel ve sempozyumdan	21	4,3	17	4,9	38	4,6
Diğer	18	3,7	16	4,7	34	4,1

“Ailenizde sigara içen var mı?” sorusuna ise SİNÖ’nin %80’i (391 kişi) evet derken %20’si (98 kişi) hayır, SİMÖ’nin %65,9’u (234 kişi) evet derken %34,1’i (121 kişi) hayır yanıtını vermiştir.

“Aile içerisinde sigara içen bireylerin kimler?” olduğu ile ilgili soruya SİNÖ’nin %41,9’u SİMÖ’nin %43,6’sı baba, SİNÖ’nin %9’u SİMÖ’nin %7,3’ü anne, SİNÖ’nin %28,9’u SİMÖ’nin %26,9’u erkek kardeş, SİNÖ’nin %10’u SİMÖ’nin %9’u kız kardeş, SİNÖ’nin %8,2’si SİMÖ’nin %7,3’ü dede olarak yanıt vermiştir. Tablo 5’de de görüleceği gibi her iki anket grubundaki öğrencilerin ailelerinde birinci sırada babanın, ikinci sırada erkek kardeşin sigara içtiği anlaşılmaktadır. Bu ise aile bireylerinden babanın erkek çocuklar tarafından taklit edildiğinin göstergesidir.

Tablo 5. Aile içerisinde sigara içen bireyler.

Aile bireyleri	SİNÖ (N=391)		SİMÖ (N=234)		Genel Toplam (N=625)	
	f	%	f	%	f	%
Baba	164	41,9	102	43,6	268	42,9
Anne	35	9	17	7,3	52	8,3
Erkek kardeş	113	28,9	63	26,9	176	28,2
Kız kardeş	39	10	21	9	60	9,6
Dede	32	8,2	17	7,3	49	7,8
Diğer	8	2,1	14	6	22	3,5

SİNÖ’i “Ailenizde sigara içen biri tarafından sigara içmemeniz konusunda baskı veya ısrar gördünüz mü?” sorusuna %59,9’u (293 kişi) evet derken %40,1’i (196 kişi) hayır yanıtını vermiş. Bu baskının etkisi sorulduğunda ise %48,8’i (143 kişi) dikkatle dinlediğini, ancak alıştığından bırakamadığını, %16,4’ü (48 kişi) içtiği sigaraları azalttığını, %10,9’u (32 kişi) söylenenleri kulak ardı ettiğini ifade etmiştir.

Bu veriler değerlendirildiğinde benzer şekilde ergenlerin sigara kullanmalarında risk faktörlerini konu olan bir çalışmada, anneye bağımlılığın ve ebeveyn denetiminin eksikliğinin sigaraya başlamada veya devam etmede etkili olduğu gösterilmiştir (Reimers ve ark., 1990).

SİNÖ’lere “sigara içmeyenlere olan tavsiyeleri” açık uçlu soru şeklinde sorulmuş “Sakın başlamasınlar, İradelerinde ısrarlı olmaya devam etsinler, hatır gönül için bile olsa ellerine almasınlar, Sakın bir tane içeyim bir şey olmaz demeyin bunu arkası muhakkak gelir, bana çok öğüt verdiler ben dinlemedim kendime yazık ettim, onlar yazık etmesi” şeklinde aslında yaşanmış bir tecrübenin sonucu ifade etmişlerdir.

SİMÖ’lere ise “sigara içenlere olan tavsiyeleri” açık uçlu soru şeklinde sorulmuş “İradelerini kullanıp bıraksınlar, Zararlarını doğru kanallardan öğrenseler bırakmaya çalışırlar gibi önerilerde buldukları görülmüştür.

Sigara alışkanlığı çocukta, çağında üstün görünmeye büyüklerin yaptığı şeyleri yapmaya heves duymakla başlar yada çocuk daha önceden sigaraya alışmış arkadaşlarıyla arkadaşlığını devam ettirmek için arkadaşlarına uymaya kendisini zorunlu görerek buna kapılır (Öztürk ve Aykut, 1992).

Çocuklar için anne, baba, ağabey aile içinde; öğretmen ise okul içinde tutum ve davranışları ile örnek bir kişiliktir. Sağlık çalışanlarının da özellikle sağlık bakımından tutum ve davranışları ile çevresinde ki insanlara örnek olması arzulanır (Herken ve ark. 13.10.2003).

Sigara içen anne-baba ve eğitimciler, çocukları sigaraya yönlendirmek onların hayatlarına bir çok yönden zarar verirler (Öztürk ve Aykut, 1992).

Sonuç olarak toplumun örnek alabileceği kişilerin sigara alışkanlığının bulunması, basın ve diğer kitle iletişim araçlarıyla topluma

özendirici tarzda yansıtılması sigara kullanımına başlanılmasında en önemli neden olmaktadır. Bunun önlenmesinde de gençlerin bilinçlendirilmesi, sağlık çalışanları, öğretmen ve anne-babaların gençlerin fiziksel ve ruhsal gelişimine olumlu katkıda bulunabilmesi gerekmektedir.

ÖNERİLER

Sigara alışkanlığı kolay vazgeçilebilecek bir alışkanlıktır. (Şenol, 1999). Ama bütün zararlı alışkanlıklardan olduğu gibi sigaradan kurtaracak en önemli etken kişinin kendi isteği ve irade gücüdür (Aksu ve ark., 1985). Bu arada sigara sorununa karşı aile ve eğitim kurumlarında da alınması gereken bir takım önlemler vardır. Bunları şu şekilde sıralayabiliriz;

- ✓ Okullarda sigaranın sağlığa zararları, örnek vakalar verilerek duvar levhaları, film ve slaytlarla haftalık konferanslarla öğrencilere öğretilmelidir.
- ✓ Okullarda sigara içen öğrenciler özel olarak ele alınmalı, her yıl bütün öğrencilerin katılabileceği sigara konusunda münazara yapılmalı, okul kütüphanelerinde sigaranın sağlığa zararlarını anlatan kitap, broşür gibi yayınlar yeterince bulunmalıdır.
- ✓ Tüm eğitim kurumlarında gerek okul içi, gerekse okullar arasında her yıl her seviyeden öğrencinin katılabileceği ve öğrenci seviyelerine göre kategorize edilmiş sigara konusunda hediyeli kompozisyon, resim yarışmaları düzenlenmeli ve bu yolla öğrencinin araştırarak ve düşünerek sigaranın zararlarını anlaması sağlanmalı.
- ✓ Sigaraya başlama yaşı göz önüne alınarak, sigaranın zararlarını anlatan görselliğin öne çıktığı öğretim şekli ilköğretimden itibaren başlatılmalı, gerekirse haftalık konferanslar tüm eğitim kurumlarında, diğer zararlı alışkanlıkları da içine alacak şekilde yapılmalı.
- ✓ Televizyon, radyolarda yayınlanan sigaranın zararları ile ilgili yayınlar, kısa ve öz tutularak zenginleştirilmeli, özellikle gençlerin bu tip yayın organlarını seyrettiği saatlere konulması için devlet desteği de sağlanmalı.
- ✓ Çocuklara ve gençlere yönelik programlarda eğitsel özellik taşıyan konular içinde sigara ve sağlık konusuna yer verilmesi sağlanmalı.
- ✓ Aileler çocukları üzerinde örnek oldukları konusunda bilinçlendirilerek eğitilmeli.
- ✓ Özellikle her kademedeki sağlık çalışanları ve öğretmenlerimiz sahalarını ilgilendirsün veya ilgilendirmesin her konuda oldukları gibi, sigara içme konusunda da sigara içmeyerek öğrencilerine iyi örnek olmalıdır.

KAYNAKLAR

AİTKEN PP. (1990) Peer group pressures, parental controls and cigarette smoking among 10 to 14 years olds Br. J Soc Clin Psychol. 19:141-6.

AKSU (KOCAOĞLU) B. KANRA G. ÇELİK M. ÖZCAN C. EGEMEN A. ÖZTEK Z. GÜLER Ç. TURHAN G. (1985) Sağlık Bilgisi, Milli Eğitim Basımevi, Ders kitabı dizisi: 119, İstanbul.

ANONİM. (2002) Sigara ve Sağlık, Erzurum Sağlık Müdürlüğü.

BAĞCI AT. ÖZDEMİR B. YILGEÇ M. BİLİR N. (1996) Şehirler arası otobüste çalışan personelin sigara içme alışkanlığı ve otobüslerinde sigara içilmesine karşı tutumları, Sağlık İçin Sigara Alarmı, 3 (1-2): 29-31.

GENÇTAN E. (1993) Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar. 7. Basım Remzi Kitabevi, İstanbul.

HERKEN H, ÖZKAN İ, ÇİLLİ AS. TELCİOĞLU M. KUCUR R. (20.06.2003.) Sigara Kullanma Davranışında Sosyal Öğrenmenin Etkisi, <http://www.aile.selcuk.edu.tr/text/makale4.htm>

HERKEN H. ÖZKAN İ. KAYA N. TURAN M, AŞKIN R. (13.10.2003) Gençlerdeki Sigara Kullanma Davranışında Anne Baba Tutumunun Ve Sosyo-Kültürel Düzeyin Etkisi, <http://www.aile.selcuk.edu.tr/text/makale2.htm>

HESS RD. HOLLOWAYS SD. (1984) Family and school as educational institutions. In : Parke RD (eds). Review of child development research. Chicago: University of Chiago Press, 7:179-222.

HOROSAN E. (1994) Öğretmenlerde sigara içme durumu ve sigarayı bırakma sürecine ilişkin bazı özellikler. Sağlık İçin Sigara Alarmı, 1 (2): 52-59.

HUGHES RJ. FIESTER S. GOLDTEİN M. RESNICK M. NICHOLAS R. ZIEDONIS D. (1996) Practical guideline for the treatment of patients with nicotine dependence. Am. J Psychiatry, 153:10, Supp,s1-30.

<http://www.philipmorrisinternational.com/pages/tur/ysp/YSP.asp> , 13 Ekim 2003

MİMİOĞLU M. (1987), Önemli bir eğitim sorunu-Sigara tiryakiliği, Eğitim ve Bilim, sayı. 63.

NEEDLE R. MC CUBBİN H. WILSON M. (1986) Interpersonal

influences in adolescent drug use. The role of older siblings parents and peer
Int. J. Addict. 2 (7):739-66.

OEİ TP. BURTON A. (1990) Attitudes toward smoking in 7 to 9 year
old Children Int. J Addict. 25 (1):43-52.

ÖZTANRIÖVER SG. TAMAM L. DEMİRHİNDİ H. EVLİCE YE.
ASLAN A. (18.5.2002) Lise Öğrencileri Arasında Madde Kullanımı,
<http://med.cu.edu.tr/psychiatry/egitim/mak/lisemad.htm>.

ÖZTÜRK M. ÖNDER Y. GÜR R. SEVGİ H. (1996) Askerlik
görevini yapmakta olan doktorlar arasında sigara içme durumu: Kasım 1995-
Samsun. Sağlık İçin Sigara Alarmı, 3 (1-2):25-28.

ÖZTÜRK Y. AYKUT M. (1992) Ya Sigara Ya Sağlık, Kayseri.

PEKŞEN Y. (1995) Sigara İçiminin Nedenleri, Epidemiyolojisi, Pasif
İçicilik. LogosYay. Tic. A.Ş. 1-28.

REİMERS TM. PAMPREHN PR. BECKER SL. (1990) Fathers for
Adolescent cigarette smoking. The muscatin study. Am J. Dischild.
144(11):1265-72.

ŞENOL S. (1999) Sağlık Bilgisi Lise Ders Kitabı, Bahar yayınevi,
İstanbul.

TURGUT T, DEVECİ F, ALTUNTAŞ E, MUZ MH. (2001),
Elazığ'da lise ve dengi okul öğretmenlerine uygulanan sigara anketi
sonuçları, *Solunum* 3: 295-299.

Tümerdem Y. (15.04.2002) Gençlerin 21'inci Yüzyılda Sağlıklı Olmak
İçin Dikkat Etmeleri Gerekenler, Halkalı Toplu Konutları'ndaki Kültür
Merkezi,
[http://www.e-
kolay.net/haber/haber.asp?PID=498&HID=1&haberID=43760](http://www.e-kolay.net/haber/haber.asp?PID=498&HID=1&haberID=43760).

UĞUR M. (1994) Medical Psikoloji, 1. Baskı, İstanbul, s.569-580.

YAVUZER H. (1996) Çocuk ve Suç. Remzi Kitbevi A.Ş. 3.Bas,
İstanbul.

AN INVESTIGATION ON THE FACTORS EFFECTING SMOKING AMONG YOUTH

Abstract: In this study, by investigating the factors effecting in the behavior of young's smoking, it was aimed to determine the factors and to introduce new strategies effecting in the reducing the rate of smoking. Thus, an questionnaire were administered to 489 smoker students and 355 non-smoker students from different faculties in Atatürk University in Erzurum. In the light of results obtained, some suggestions were introduced.

Keywords: Smoking, university students, views.

* Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi, Orta Öğretim Fen ve Matematik Alanları Eğitimi Bölümü Biyoloji Eğitimi Anabilim Dalı, 25240, Erzurum selamiy@atauni.edu.tr

* Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu, Kütahya

