

SİGARA İÇME DAVRANIŞI ÜZERİNDE DENETİM ODAĞININ ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Rana TANRIDAĞ

ÖZET

Bu araştırmada sigara içme ve içmemede denetim odağının, yaş, cinsiyet, medeni durum ve öğrenim düzeyinin rolü değerlendirilmiştir. Araştırmaya 120 kişi katılmıştır. (60 sigara içen ve 60 içmeyen olmak üzere). Rotter'in İçten-Dıştan Denetim Odağı Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin çözümlenmesinde ANOVA kullanılmıştır. Elde edilen bulgular, denetim odağının sigara içme davranışında etkisi olmadığını, yaşa, cinsiyete, medeni duruma ve öğrenim düzeyine göre değişmediğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler : Sigara içme, denetim odağı.

The Effect of Locus of Control on Smoking Behavior

SUMMARY

This study investigated the role of age, sex, educational level, marital status and locus of control on smoking behavior. This study consist

the participation of 120 people (60 smoking and 60 no smoking). Rotter Internal - External Locus of Control Scale were distributed. The data were analyzed using the ANOVA. The results indicated no significant differences between the groups.

Key Words: Smoking behavior, locus of control.

Sigara içme prevalansı birçok sanayileşmiş ülkede azalmakta, gelişmekte olanlarda artmaktadır. ABD'nde genel nüfusun %45'i hiç sigara içmeyenlerden, %25'i sigarayı bırakanlar ve %30'u halen sigara içenlerden oluşmaktadır. ABD'de sigara içme prevalansı her yıl yaklaşık % 0.7 ile :% 1.0 arasında azalmaktadır

Türkiye'ye ilk defa XVII. y.y.ın ilk yarısında giren tütünün sigara biçiminde tüketimi XX. yy.ın ilk çeyreğinde başlamıştır. Kocabaş (1994) tarafından Türkiye'de tütün ürünleri tüketimi ile ilgili yapılan bu durum değerlendirme çalışmasında, son 70 yılda tütün tüketiminde sürekli bir artış gözlemlendiği ve son 20 yılda genel nüfusta kişi başına yıllık sigara tüketiminin %13.7 oranında arttığı belirtilmektedir. ABD ve Avrupa ülkelerinde ise her yıl bu oran azalmaktadır.

* Psik. Dan. Dr., Ankara Numune Hastanesi KLP Birimi

Sıgaraya nasıl ve neden başlarız? Psikoanalitik yaklaşım sıgara içme davranışını oral bir saplantı olarak ele alırken, davranışçı yaklaşımlar pekiştirme yoluyla öğretilmiş olduklarını ileri sürmektedirler. Bir zamanlar toplum tarafından tamamen kabul edilir olan sıgara içme davranışını etkileyen sosyal ve psikolojik etmenler, bazen çocukluk ve genellikle ergenlik döneminde ebeveyni taklit amacıyla yapılan denemelerin süreklilik kazanması, arkadaşlardan kaynaklanan sosyal baskı, yetişkin otoritesine (Aile, okul, toplum) başkaldırıya dönüşen bağımsızlık ihtiyacı ve buyume işareti sayılması, farklı ve yabancı ortamlarda sosyal etkileşim işlevi, strese karşı rahatlatıcı olarak algılanmasıdır.

Son yıllarda tiryakilerin bile kötü bir alışkanlık olarak değerlendirdiği sıgara içme davranışının devam etmesi nikotin bağımlılığı ile açıklanabilir. Nikotin bağımlılığı DSM IV'de (APA) madde kullanım bozuklukları içinde yer almaktadır.

Sıgarasız yaşamın önem kazandığı günümüzde sıgaranın sağlığa verdiği zararların ayırtısına inmeden sıgara içmenin ve sıgarayı bırakmakta güçlük çekmenin gerçek nedeni psikolojik etmenler mi sorusunu cevaplamak gerekir. Korkut (1993) sıgara içmeye ortaöğretimde ve üniversitenin ilk yıllarında çoğunlukla arkadaş etkisiyle başladığını, yaş ve cinsiyetin başlama ve sıgara içmeyi sürdürme nedenleri üzerinde etkili olduğunu, sıgaranın olumsuz etkilerinin farkındalığının bırakmaya yardımcı olmadığını bulmuştur.

Sıgara ve kanser arasındaki bağlantı konusunda 1960'larda artan ilgiyle doğru orantılı olarak yapılan çeşitli araştırma sonuçları, sıgara içmeyen ve sıgarayı bırakabilenlerin, sıgara içenlere göre daha içten denetimli olduklarını göstermektedir. Literature bakıldığında, ailesel, özgül kültürel, yaşa ve cinsiyete bağlı özelliklerin yanında kişilik özelliklerinin de nikotin ba-

ğımlılığına etkisine ilişkin araştırmalar görülmektedir. Clark ve arkadaşları (1982) dıştan denetimli gençlerin sıgara içme oranının daha fazla olduğunu, Cherry ve Kieman ise (1976) dışta donuklukla sıgara içme arasındaki ilişkiyi bulmuşlardır (Akt. Inanç 1994).

Sıgara içme davranışında etkin bir boyutu olarak kabul edilen denetim odağı kavramı Rotter'in (1954) Sosyal Öğrenme Kuramı'ndan kaynaklanmaktadır. Bu kavram, bireyin yaşamındaki olumlu-olumsuz olayları kendi yetenek ve davranışlarının bir sonucu olarak algılayan içten denetimlileri ya da olayları şans, kader ve güçlü başkaları gibi kendi dışındaki güçler olarak bağlama eğiliminde olan dıştan denetimlileri içermektedir.

Sosyal değişimle birlikte sıgara içmenin sosyal saygınlığının kalmaması dıştan denetimli olduğu düşünülen sıgara içicisinin alışkanlığının gerçekten çevresel güçlerin bir ürünü mü olduğu çelişmesine dikkati çekmektedir. Sağlığa verdiği zarar sıgarayı bıraktıracak bir etkendir. Bu konudaki istatistikler görmezden gelinir. Sıgara reklamları (Tv, gazete, reklam panoları vb.) bilinçaltını yönlendirme gücüne sahip olduğu halde kanser riski, kesilmiş bacak, kötü kokan nefese ilişkin tanıtımlar caydırıcı değil. Sıgarayı bırakmayı zorlaştıran özveride bulunma duygusu yaratmasıdır. Esen ve arkadaşları (1996) tarafından yapılan iki çalışmada, sıgarayı bırakmanın akut döneminde anksiyete, sınırlılık, ofke patlamaları, sabırsızlık ve sıgara içme arzusu olduğu sonucu elde edilmiştir.

Sıgara içme ve denetim odağı kavramlarının her ikisi de yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve içinde yaşanılan kulture bağlı değişimler göstermesidir. Bu araştırmada sıgara içme davranışını denetim odağı ilişkisini yaş, cinsiyet, medeni durum, öğrenim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzeyin etkileyip etkilemediği incelenmiştir.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırma Ankara ilinde araştırmacının ve Psk Gonul Ozan'ın ulaşabildiği araştırmaya katılımı kabul eden bireylerden oluşan 60'ar kişilik sigara içen ve içmeyen iki grup üzerinde yapılmıştır. Yaş, cinsiyet, medeni durum, öğrenim düzeyi, sosyo-ekonomik düzey değişkenler olarak saptanmıştır. Her iki gruptaki bireyler cinsiyet ve öğrenim düzeyi yönünden eşitlenmiştir. Öğrenim düzeyi için diğer gruplara ulaşma güçlüğü nedeni ile lise veya üniversite mezunu olmalarına dikkat edilmiştir. Araştırmaya katılanlarda alım gücünün karıştırıcı etkisini aza indirmek açısından çalışan insanlar olmaları koşulu aranmıştır.

Bilgi Toplama Araçları

Araştırmaya katılan tüm bireylere Rotter (1966) tarafından geliştirilen İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği uygulanmış, kişisel bilgi formu verilmiştir.

Dağ (1991) tarafından uyarılama çalışması yapılan RİDDOO iki seçenekle cevaplanan 29 maddeden oluşmaktadır. Test-tekrar test güvenirliliği $r = 83$ (n = 99); KR-20 formülüne göre hesaplanan güvenirliliği 68 ve Cronbach Alfa İç Tutarlılık Katsayısı 71 (n = 532) olarak saptanmıştır. Temel Bileşenler Faktör Analizi ile orjinal ölçeğin faktör yapısına çok benzeyen bir faktör yapısı olduğu belirlenmiş ve bu yapı geçerliliğinin kanıtı olarak değerlendirilmiştir. Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (-29) ve SCL 90-R'in genel belirti puanlarıyla (.21) anlamlı korelasyonlar ile gorgul geçerliğin var olduğuna karar verilmiştir. Alınabilecek puan 0 ile 23 arasında değişmekte ve yüksek puan dıştan denetimin varlığına işaret etmektedir.

Çözümleme Yöntemi

Araştırma Ekim 1997 - Kasım 1998 tarihleri arasında ve bilgi toplama araçlarının bireysel olarak uygulanması ile gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın değişkenlerinden olan sosyo-ekonomik düzey alt ve üst sed bireylerin sayısının azlığı, yığılmanın orta sed olduğunun görülmesi nedeni ile değerlendirme dışı bırakılmıştır. Diğer bir değişken olan medeni durumda ise, dul olan 4 kişi bekârlar alt grubu içinde değerlendirilmiştir.

Araştırmada elde edilen verilere Varyans Analizi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi 05 olarak alınmıştır.

BULGULAR

Denetim odağı açısından sigara içme davranışı esas alınarak yapılan karşılaştırmanın yanında yaş, cinsiyet, medeni durum ve öğrenim düzeyine ilişkin bulgular da Tablo'da sunulmaktadır. Tablonun incelenmesinden de anlaşılacağı gibi; sigara içen ve içmeyenler denetim odağı yönünden karşılaştırıldığında, hesaplanan F değeri istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Yaş, cinsiyet, medeni durum ve öğrenim düzeyine göre de farkın anlamlı olmadığı sonucu elde edilmiştir.

TARTIŞMA VE YORUM

Araştırma da sigara içmeyenlerin sigara içenlere oranla daha fazla içten denetimli olduğu ve yaş, cinsiyet, medeni durum ve öğrenim düzeyinin de etkileyebileceği beklentisi ile hareket edilmiştir. Araştırmaya katılanların %38.75'nin kardeş, %31'nin arkadaş, %20.25'nin annesinin sigara içmesiyle bağlantılı olarak, %4'unun bu etkenlerden bağımsız olarak sadece denemek amacıyla sigara içmeye başladığı ortaya çıkmıştır. Inanç'ın (1994) aktardığına göre anne-baba ve özellikle kardeşin sigara içmesi si-

Tablo 1: Sigara içen ve içmeyenlerin cinsiyet, yaş, medeni durum ve öğrenim düzeyine göre RİDDOO puanlarına ilişkin varyans analizi sonuçları

	Genel	Kadın	Erkek	20-29 yaş	30-39 yaş	40-49 yaş	Bekar	Evli	Lise	Üniversite
S. İçme	13.65±4.76	9.56±3.21	9.13±3.53	9.10±3.22	12.29±5.26	13.33±4.14	10.32±3.64	9.10±4.06	13.86±3.97	11.85±3.28
	n: 60	n: 30	n: 30	n: 23	n: 20	n: 12	n: 37	n: 29	n: 30	n: 30
S. İçmeme	14.98±5.59	10.06±4.63	8.85±3.81	9.58±3.25	10.77±4.50	8.21±5.14	9.12±3.69	9.47±3.75	11.05±4.05	11.79±3.12
	n: 60	n: 30	n: 30	n: 28	n: 22	n: 15	n: 31	n: 23	n: 30	n: 30
	F: 0.71	F: 0.61	F: 0.93	F: 1.93	F: 1.18	F: 0.31	F: 0.71	F: 0.64	F: 1.44	F: 1.21

p > .05

garaya başlamada etkilidir. Sonuçlara göre denetim odağı sigara içme davranışı bağlamı doğrulanamamasa da, sigara içmede aile ve çevre olarak nitelenen dış etkenlerin rolünden söz edilebilir. Sigara içmeyenler grubunun %6'sı sigarayı bırakmış kişilerdir. Sigara bırakma nedenlerinin başında sağlığa yönelik kaygılar, sigaraya harcanan para, eşlerinin sigara içmemesi ve içilmesinden hoşlanmaması gelmektedir. Erkeklerin daha çok çalışırken kadınların ise dinlenirken sigara içtiği, her iki cinsin de yemeklerden sonra ve sosyal ortamlarda sigara içiminin arttığı belirlenmiştir. Bunlar, sigara içmeyle ilgili dışsal olarak nitelenebilecek sosyal etmenlerdir. Son yıllarda dıştan denetimin Tanrı, şans, kader gibi soyut kavramları, başka insanlar, toplumsal engeller gibi somut kaynakları içermektedir (Marschall ve ark. 1990). İçten denetiminde özgüven ve otonomi içeren iki boyutu olduğuna ilişkin görüşler var (Duttweiler 1984). Sigara içme ve bırakma da etkili olan başka insanlar ve toplumsal nedenlerin dıştan denetimle içiçe olduğu düşünülebilir. Ancak, belirgin farklılıkların görülmemesi kültürün etkisi ile de açıklanabilir. Bireylerin içten veya dıştan denetimli oluşları aile-içi iletişim ve çevresel etkileşimler sonucu edinilmiş olan geçmiş deneyimlerinden etkileniş biçimlerine dayanmaktadır. Sigara içme nedenleri arasında sayılan can sıkıntısı / konsantrasyon, stres / rahatlama, güven / cesaret

verme gibi aldatmacalar içten ve dıştan denetimin sosyal ve psikolojik işaretleri olabilir. Sevecen, tutarlı disiplin uygulayan, destekleyici anne - baba tutumunun aşırı koruyucu - reddedici - eleştirel ve tutarsız disiplin uygulayan, cezalandırıcı anne - baba tutumuna kıyasla içten denetim eğilimini desteklediği görülmektedir (Mac Donald 1971, Nowicki ve Strickland 1973, Başal 1983, Donmez 1985, Tauriel 1985). Okul yaşamının da denetim odağının gelişimine etkisinden söz edilebilir. Bireylerin okuldaki başarıya ilişkin yordamaları yaşamlarına bakış açılarını da etkilemektedir. Başarının şansa ya da öğretmen kanaatine bağlı olduğuna inanmak çaba ve beklenti düzeyini düşürür. Kültürümüzde cinsiyetlere göre farklı yetiştirme yöntemleri uygulama, farklı beklentiler içinde bulunma bireylerin denetim odağı gelişimlerinde de farklılık oluşumuna neden olmaktadır. Kız çocuklarının sosyal baskı görmeleri, toplumsal normları içselleştirerek bağımlı, erkek çocuklarının ise bağımsız bireyler olarak yetiştirilmeleri amaçlanmakla birlikte toplumsal değişim cinsiyet rollerini benimsetme dışında cinsiyete göre yönlendirme ve yetiştirme eğilimini büyük ölçüde etkilemiştir. Kâğıtçıbaşı'nın (1982) belirlemelerinde de, kız çocukları dıştan denetime erkek çocuklarından daha fazla maruz kalmaktadırlar. Denetim odağı cinsiyet ilişkisine ilişkin bazı araştırma bulguları kızların bazıları erkeklerin içten

denetiminin daha yuksek olduğunu gösterirken cinsiyetler arasında denetim odağı açısından fark olmadığını gösteren araştırma sonuçları da vardır (Joice 1980, Korkut 1986, Helode ve Kopa 1988, Yeşilyaprak 1988) Bu araştırmaya katılanların sigara içmeye ergenlikte başlaması, bunun bir başkaldırı ya da ozentü niteliği taşıması ve cinsiyete göre farklılaşmaması denetim odağının etkisini azaltmaktadır Erkeklerin % 73'nun günde 1-1.5 paket sigara içtiği, kadınların ise %80'ninin bir paketi iki günde bitirdiği göz önüne alındığında, cinsiyete göre sigara içme ortamının değiştiği ama, denetim odağı ile açıklanamayacağı ileri sürülebilir. Ayrıca, cinsiyete bağlı olarak denetim odağının sigara içme davranışını etkilemediği sonucu, spekulatif bir düşünce ile sigara içmenin cinsiyetinin olmaması ile açıklanabilir

Öğrenim düzeyi ilk ve orta okul mezunlarına ulaşma zorluğundan dolayı birbirine çok yakın olan lise ve üniversite ile sınırlandırıldığı için değişkeninin etkisinin gözlenememesi mümkündür

İçten denetimin yaş ile arttığı da ileri sürülebilir (Korkut 1986) Ancak toplumsal de-

ğişimin bir ara değişken rolü oynadığı gözardı edilmemelidir Araştırmaya katılanların %42.5'i 20-29, %35'i 30-39 ve %22.5'i 40-49 yaş gruplarındadır Bunların kendi içlerinde sırasıyla %54'nun, %52.38 ve %55.55'nin sigara içmediğini saptanmıştır Bu, yaşlara göre sigara içen ve içmeyenlerin eşitliğini göstermektedir Yaş ilerledikçe sigara içme davranışının en azından sağlığa yönelik kaygılar nedeniyle içten denetimin etkisiyle azalacağı beklenilmisti Sosyal ve ekonomik sorunlara karşı rahatlama yöntemi olarak kullanılması ve sigaranın olumsuzluklarının görmezden gelinmesi Kâğıtçıbaşı'nın (1990) her kültürün psikolojik süreçleri farklı ve kendine özgüdür görüşü ile tutarlıdır

Sonuç olarak, bu araştırmanın bulgularının bir neden - sonuç ilişkisine işaret etmediği açıktır Araştırmanın küçük gruplar üzerinde yapılması sonuçların genellenebilirliğini sınırlandırabilir

Sigara içmenin önlenmesi veya sigarayı bıraktırma programlarının hazırlanması için daha ayrıntılı araştırmalar yararlı olabilir

KAYNAKÇA

Amerikan Psikiyatri Birliği Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Dördüncü Baskı (DSM - IV) Amerikan Psikiyatri Birliği, Washington DC, 1994'te Çeviren Koroğlu E Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 1995 299 304

Başal H A (1983) Çevre Büyüklüğü ve 10-12 Yaş İlkokul Çocuklarında Denetim Odağı, A U E B F Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi

Donmez, A (1985) Denetim Odağı, Kendine Saygı ve Uç Değişken Çevre Büyüklüğü, Yaş, Aile Ortamı, Eğitim ve Bilim Dergisi, 55, 4-15

Duttweiler, C P (1984) The Internal Control Index Newly Developed Measure of Locus of Control, Edu-

cational and Psychocological Measurement 44, 209 - 222

Esen, A, Taneli, S ve Sarandoğ, A (1996) Sigarayı Bırakan Kişilerde Anksiyete ve Depresyonun Araştırılması, XXXII Ulusal Psikiyatri Kongresi Bildiri Özet Kitapçığı, 77

Esen, A Taneli, S ve Sarandoğ, A (1996) Sigarayı Bırakan Kişilerde Yoksunluk Belirtilerinin Araştırılması, XXXII Ulusal Psikiyatri Kongresi Bildiri Özet Kitapçığı, 78

Helode, R D ve N Kopa (1988) A Study of Psychopathic Tendency LOC and SES among Adolescent, Psychological Abstract, 75 10, 2699

Joice D (1980) Sex Differences in Self Actualization of Black College Students Resources in Education 15, 214

Kâğıtçıbaşı, Ç (1972) Sosyal Değişmenin Psikolojik Boyutları Ankara Sosyal Bilimler Derneği Yayını

Kâğıtçıbaşı, Ç (1982) Türkiye'de Çocuğun Değeri, Kadının Rolü ve Doğurganlığı, Türk Toplumunda Kadın (Derleyen Nermin Abadan Unat ve diğerleri) İstanbul Ekin Yayınları

Kâğıtçıbaşı, Ç (1990) İnsan Aile Kültür, Ankara

Korkut, F (1986) İlkokul Öğrencilerinin Kendilerine ve Ailelerine İlişkin Bazı Değişkenlerin Denetim Odakları Üzerine Etkisi H U Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi

Korkut, F (1993) Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçme Davranışları Üzerine Bir Araştırma, II Ulusal PDR Kongresi Bildiri Çalışmaları, PDR Derneği Yayını, 66 - 74

Mac Donald, A P (1971) Internal-External Locus of Control, Journal of Consulting and Clinical Psychology, 37 141-147

Marschall, G N., Collins, B E ve Crooks, C V (1990) A Comparison of Two-Multidimensional Health LOC Instruments, Journal of Personality Assessment 54 1 - 2, 181-190

Tauriel, D (1985) Locus of Control and Child - Rearing - Practices in Intrinsically Motivated and Extrinsically Motivated Children, Psychological Reports 57 887-894

Yazgan İnanç, B (1994) Sigara İçme Alışkanlığı ve Alışkanlığın Bırakılmasına İlişkin Yaklaşımlar, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2 1, 35-44

Yeşilyaprak, B (1988) Lise Öğrencilerinin İçsel ya da Dışsal Denetimli Oluşlarını Etkileyen Etmenler, H U Yayınlanmamış Doktora Tezi