

SİGARA KULLANAN VE KULLANMAYAN GENÇLERİN YALNIZLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Studying the Loneliness Level of Teens who Use Cigarette or Not

Figen GÜR SOY*
Müdüriye YILDIZ BIÇAKÇI**

* Doç. Dr., Ankara Üniversitesi Ev Ekonomisi
Yüksekokulu Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı
Öğretim Üyesi

** Ankara Üniversitesi Ev Ekonomisi
Yüksekokulu Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı
Araştırma Görevlisi

ÖZET

Araştırma, sigara kullanan ve kullanmayan gençlerin yalnızlık düzeylerinin saptanması ve sosyo-ekonomik düzey, cinsiyet, anne-baba öğrenim durumu, arkadaş ilişkileri değişkenlerinin yalnızlık düzeylerinde farklılık yaratıp yaratmadığının belirlenmesi amacıyla planlanmıştır. Araştırma 15-16 yaş grubunda bulunan farklı sosyo-ekonomik düzeydeki liselerin birinci ve ikinci sınıfına devam eden, sigara kullanan 150, aynı okula devam eden sigara kullanmayan 150 genç olmak üzere toplam 300 genç üzerinde yürütülmüştür. Araştırmada gençlerin yalnızlık düzeylerini belirlemek amacıyla Rusell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen Demir (1990) tarafından geççerlilik ve

güvenirlilik çalışması yapılan "UCLA Yalnızlık Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler "Varyans Analizi" ile değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda sigara kullanan ve kullanmayan çocukların yalnızlık puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($P<0.01$). Sigara kullanan gençlerin yalnızlık puan ortalamalarının sigara kullanmayan gençlerden yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmaya dahil edilen gençlerin anne öğrenim durumlarının yalnızlık puan ortalamalarında anlamlı farklılık yaratığı belirlenirken ($P<0.05$) cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, baba öğrenim durumu ve arkadaş ilişkilerinin önemli farklılık oluşturmadığı ortaya konulmuştur ($P>0.05$).

Anahtar Sözcükler: Genç, sigara kullanımı, yalnızlık.

SUMMARY

This research was planned for identifying the loneliness levels of smoke and non-smoke teens, and whether variables such as socio-economic status, sex, parent education level, and friend relationships make a difference in loneliness levels. The research was executed on 300 youngsters who attend either first or second year of high schools from different socio-economic levels, are of the group of 15-16 years of age, and of whom 150 are smoker and 150 non-smokers. In order for determining the levels of loneliness "Ucla Loneliness Measure" by Russell, Pepleu and Ferguson (1978) were used. The data obtained at the end were analyzed by "Variance Analysis". At the end of the research, it appeared out that the average of loneliness points between smokers and non-smokers were statistically different ($P<0.01$). The average of loneliness points of smokers emerged to be more than the average of loneliness points of the others. While the mother education level appeared to have effects on the loneliness levels; sex, socio-economic status, father education level, and friend relationships do not create significant differences ($P>0.05$).

Key Words: Youngsters, smoking, loneliness

GİRİŞ

İnsan hayatının en önemli evrelerinden biri olarak kabul edilen çocuklukla yetişkinlik arasında yer alan gençlik çağında, birey çocukluk rol ve davranışından yetişkinliğe geçişin sıkıntılarını yaşamaktadır. Toplum tarafından ne çocuk ne de yetişkin olarak kabul edilen ge, kendi davranışlarını ve değer yargılarını oluşturarak kişiliğini ispat etme çabasına girmektedir. Olgunlaşma ve gelişim çabası içinde olan gençlerin bir bölümü bu dönemi sorunsuz atlatırken bir çoğu sorunlarla karşılaşmaktadır (Usanmaz, 1993 ; Çakıoğlu, 1998).

Gençlik dönemi, 12-21 yaş arasını kapsamakta olup bireyin yaşadığı sosyal çevrenin kültürel özelliklerine bağlı olarak değişim göstermektedir (Mangır vd 1992).

Gençlik döneminin başlaması ile görülen fizyolojik değişimler, gençlerde bazı gerginlikler ortaya çıkarmaktadır. Fizyolojik değişim psikolojik değişimlere neden olmakta dolayısıyla yeni ruhsal tepkiler ve davranışlar görülmektedir . Gençliğin ilk yıllarında cinsel uyanışla birlikte çeşitli ruhsal özelliklerin yanısıra, farklı davranışlar ve tutumlarda ortaya çıkmaya başlamakta ve şiddetli tepkiler görülmektedir. Aile çevresindeki kişiler gence çok baskıcı ve modası geçmiş gelebilmekte , arkadaş ve grup hayatı önem kazanmaktadır . Bazen de genç yoğun bir yalnızlık duygusu yaşayarak, olumsuz benlik geliştirmekte kendini ispatlama çabası içerisinde sorunlarıyla başetme, rahatlama ya da sorunlarını unutmaya amacıyla sigara kullanımına yönelebilmektedir. Gençler tarafından sigara başlangıçta gerginlik ve sıkıntılardan

kurtulma, yalnızlığı azaltma aracı olarak görülmekteyken daha sonra haz ve mutluluk kaynağı olarak algılanmaktadır (Yeşilyaprak, 1986).

Yalnızlık “ bireyin varolan sosyal ilişkisi ile arzuladığı sosyal ilişkisi arasındaki tutarsızlık sonucunda oluşan ve hoş olmayan öznel, psikolojik bir durum ” olarak tanımlanabilir.

Yalnızlık duygusu ardından gelen uyumsuzluk gençlerde sigara ve alkol kullanımı, suça yönelme, intihar, depresyon, akademik başarısızlık gibi kişisel ve sosyal uyumsuzluklara neden olabilmektedir (Odabaşı, 1991).

Gençlerin büyük çoğunluğu ergenlik döneminde yaşadığı farklı duygular nedeniyle kısmen de olsa yalnızlık duygusu yaşamakta dolayısıyla bu yalnızlık duygusunun üstesinden gelebilmek ve kendini kanıtlamak amacıyla sigara kullanımına yönelmektedir. Bu çalışmada da sigara kullanan ve kullanmayan gençlerin yalnızlık düzeylerinin incelenmesi ve gençlerin yalnızlık düzeylerinde cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, anne-baba öğrenim düzeyi ve arkadaşlık ilişkileri değişkenlerinin farklılık yaratıp yaratmadığının saptanması amaçlanmıştır.

MATERYAL ve METOD

Araştırma Ankara il merkezinde bulunan farklı sosyo-ekonomik düzeyden seçilen semtlerdeki liselerin birinci ve ikinci sınıfına devam eden 15-16 yaş grubunda bulunan gençler üzerinde yürütülmüştür. Araştırmaya sigara kullanan 150, sigara kullanmayan 150 genç olmak üzere toplam 300 genç dahil edilerek örneklem belirlenmiştir. Sigara kullanan gençlerin

örnekleme dahil edilmesinde günde en az on tane sigara içmeleri ve yanlarında paket taşımaları göz önünde bulundurulmuştur. Araştırmada gençlerin kendileri ve aileleri hakkında bilgi elde etmek amacıyla "Genel Bilgi Formu" ile yalnızlık düzeylerini belirleyebilmek için Russel, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen ve Demir (1990) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan "UCLA Yalnızlık Ölçeği" kullanılmıştır. UCLA Yalnızlık Ölçeği 10'u olumlu, 10'u olumsuz yönde kodlanmış, sosyal ilişkilerle ilgili duygu veya düşünceleri içeren 20 ifade-den oluşan dörtlü likert tipinde bir ölçektir. Bireylerin tüm maddelerden aldığı puanlar toplanarak her birey için "genel yalnızlık puanı" elde edilmektedir. Her birey ölçekten en yüksek 80, en düşük 20 puan alabilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan

bireyin yalnızlık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Sigara kullanan ve kullanmayan gençlerin yalnızlık düzeyleri üzerinde cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, anne-baba öğrenim düzeyi ve arkadaşlık ilişkilerinin farklılık oluşturup oluşturmadığının belirlenmesi amacıyla "Çift Yönlü Varyans Analizi" yapılmıştır (Büyüköztürk, 2002).

BULGULAR ve TARTIŞMA

Sigara kullanan ve kullanmayan gençlerin yalnızlık düzeylerinde cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, anne-baba öğrenim düzeyi ve arkadaşlık ilişkilerinin farklılık yaratıp yaratmadığının belirlenmesi amacıyla toplanan verilere ait bulgular tablolar halinde sunulmaktadır analiz sonuçları tartışılmıştır.

Tablo1. Araştırma Kapsamına Alınan Gençlerin Cinsiyetleri ile Yalnızlık Puanlarına Ait Ortalamalar, Standart Hatalar ve Varyans Analiz Sonuçları

Sigara Kullanma Durumu	Cinsiyet	N	Yalnızlık Puanı
Sigara Kullanan			
Kız		75	42.52±0.89
Erkek		75	43.31±0.78
Sigara Kullanmayan			
Kız		75	37.76±1.00
Erkek		75	39.84±1.03
GENEL			
Kız		150	40.68±0.71
Erkek		150	41.06±0.65
VARYANS ANALİZ SONUÇLARI			F
Sigara Kullanma Durumu			19.36**
Cinsiyet			0.21
Sigara Kul. Dur. X Cinsiyet			3.09

**p<0.01

Tablo1'de sigara kullanan kız öğrencilerin 42.52 ± 0.89, erkek öğrencilerin ise 43.31 ± 0.78 yalnızlık puan ortalamasına sahip olduğu belirlenirken sigara kullanmayan kız öğrencilerin 37.76 ± 1.00, erkek öğrencilerin ise 39.84 ± 1.03 yalnızlık puan ortalamasına sahip olduğu ortaya konulmuştur.

Yapılan varyans analizi sonucunda sigara kullanma durumunun yalnızlık puanı üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık oluşturduğu saptanmıştır (P<0.01). Mangır ve arkadaşları (1992) tarafından gençlerin sigara ve alkol kullanımlarını konu alan çalışma sonucunda gençlerin sigara alkol kullanımında ailesi ve arkadaşlarıyla olan ilişkilerinin önemli olduğu sigara kullananların kendilerini daha yalnız ve kaygılı hissettikleri ortaya konulmuştur.

Gençlik dönemi bireyin kişiliğini ispatlama çabası içerisinde olduğu ve sorunlarına ve sıkıntılarına kendisinin çözüm bulmaya çalıştığı bir dönemdir. Bu dönemde gençte kuşaklararası çatışma bu dönemde daha da artmakta duygusal coşku ve taşkınlık, toplum içinde sivrilmeme, ilgi çekme, rol sahibi olma, yalnız kalma çabası görülmektedir. Çok farklı ve zıt karakterli bir yapıya sahip olan genç, çoğu zaman sorunlarından kurtulabileceği ve yalnızlığı paylaşabileceği düşüncesiyle sigara kullanımına yönelebilmektedir (Usanmaz 1993).

Yapılan analiz sonucunda cinsiyete göre yalnızlık puan ortalamaları arasındaki fark anlamlı olmamasına rağmen (P>0.05) erkeklerin yalnızlık

puan ortalamalarının kızlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Schultz ve Mooore (1986)'un gençlerin yalnızlık düzeylerini belirlemek amacıyla planladıkları çalışmada erkeklerin kızlara göre kendilerini daha yalnız hissettikleri ortaya konulmuştur.

Lufting (1987)'in öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ve arkadaş ilişkilerini incelediği çalışmada ise erkek öğrencilerin kızlardan daha yoğun yalnızlık duygusu yaşadıkları ortaya konulmuştur. Parker ve Asher (1993) ise yaptıkları araştırmada kız ve erkeklerin yalnızlık düzeylerinin anlamlı derecede farklı olduğunu belirleyerek kızların arkadaş sayısının erkeklere göre daha fazla olduğunu dolayısıyla erkeklerin kendilerini daha yalnız hissettiklerini ortaya koymuşlardır

Erkeklerin kızlardan daha yüksek yalnızlık puanına sahip olmaları, toplumun gençlerden beklentilerinin cinsiyete göre farklılaştığını akla getirmektedir. Geleneksel olarak toplumun erkeklerden bir ilişkiyi başlatma ve sürdürme becerisine sahip olma ve sosyal ilişkilerde daha aktif rol oynama beklentisi bulunmaktadır. Ergenlik döneminin de etkisiyle erkekler ailenin ve çevrenin beklentilerini karşılayamama ve hata yapma korkusuyla sosyal ilişkilerden kaçabilmekte dolayısıyla yalnızlık duygusu yaşayabilmektedir. Ayrıca cinsiyetler arasındaki duygusal tepki farklılıkları da erkeklerin kendilerini yalnız hissetmelerine neden olabilmektedir. Nitekim erkekler duygu ve düşüncelerini bastırma ve kendini açma davranışı konusunda bazı yetersizlikler gösterebilmektedir (Demir 1990).

Tablo 2 Araştırma Kapsamına Alınan Gençlerin Sosyo-Ekonomik Düzeyleri İle Yalnızlık Puanlarına Ait Ortalamalar, Standart Hatalar ve Varyans Analiz Sonuçları

Sigara Kullanma Durumu SED	N	Yalnızlık Puanı
Sigara Kullanan		
Alt	50	43.18±0.81
Orta	50	42.36±0.81
Üst	50	43.20±1.32
Sigara Kullanmayan		
Alt	50	40.08±1.17
Orta	50	38.30±1.17
Üst	50	38.16±1.40
GENEL		
Alt	100	41.63±0.72
Orta	100	40.33±0.76
Üst	100	40.68±0.99
VARYANS ANALİZ SONUÇLARI		F
Sigara Kullanma Durumu		18.71**
SED		0.68
Sigara Kul.Dur. x SED		0.35

**p<0.01

Tablo 2 incelendiğinde sigara kullanan alt sosyo-ekonomik düzeyde bulunan gençlerin yalnızlık ortalamasının 43.18 ± 0.81 , orta sosyo-ekonomik düzeydekilerin 42.36 ± 0.81 , üst sosyo-ekonomik düzeydekilerin ise 43.20 ± 1.32 olduğu sigara kullanmayan alt sosyo-ekonomik düzeydeki gençlerin ise yalnızlık ortalamasının 40.08 ± 1.17 , orta sosyo-ekonomik düzeydekilerin 38.30 ± 1.17 , üst sosyo-ekonomik düzeydekilerin ise 38.16 ± 1.40 olduğu dikkati çekmektedir.

Yapılan varyans analiz sonucunda sosyo-ekonomik düzeye göre yalnızlık puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan önemli olmamasına ($P<0.05$) rağmen az bir farkla olsa sigara kullanan gençler arasında en yüksek yalnızlık puan ortalamasına

üst sosyo-ekonomik düzeyde bulunan gençlerin sahip oldukları saptanmıştır.

Usanmaz(1993) tarafından liseye devam eden öğrencilerin sigara, alkol ve ilaç alma alışkanlıklarının incelendiği çalışma sonucunda üst sosyo-ekonomik düzeyde bulunan çocukların yalnızlık duygusunun etkisiyle diğer sosyo-ekonomik düzeylere göre daha fazla sigara kullandıkları ortaya konulmuştur.

Üst sosyo-ekonomik düzeyde bulunan aileler gence maddi anlamda her türlü imkanı sunarak kendilerinin gerçekleştiremediği bazı nitelik, yetenek ve becerilerin gençte olmasını istemekte ve onların ilgi ve isteklerini dikkate almaktadırlar. Bu durumda da genç anne ve babasının beklentisini karşılayamama endişesi içeri-

sinde yalnızlık duygusu yaşabilmekte dolayısıyla yalnızlığını paylaşmak amacıyla sigara kullanımına yönelmektedir (Başar, 1996; Aral, Başar, 1997).

Sigara kullanmayan gençler arasında ise en yüksek yalnızlık puan ortalamasına alt sosyo-ekonomik düze-

de bulunanların sahip olduğu dikkati çekmektedir. Bu durum gençlerin maddi imkansızlıklar nedeniyle ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması sonucu sosyal ilişkilerden kaçması dolayısıyla arkadaş edinmemesinin onları yalnızlığa itebilmesiyle açıklanabilir.

Tablo 3. Araştırma Kapsamına Alınan Gençlerin Anne Öğrenim Durumu İle Yalnızlık Puanlarına Ait Ortalamalar, Standart Hataları ve Varyans Analiz Sonuçları

Sigara Kullanma Durumu Anne Öğrenim Durumu	N	Yalnızlık Puanı
Sigara Kullanan		
Okur-yazar-ilkokul mezunu	85	45.26±0.88
Orta dereceli okul mezunu	59	43.15±1.04
Yüksekokul mezunu	6	37.28±2.75
Sigara Kullanmayan		
Okur-yazar-ilkokul mezunu	88	41.28±0.99
Orta dereceli okul mezunu	55	38.20±1.21
Yüksekokul mezunu	7	30.66±0.49
GENEL		
Okur-yazar-ilkokul mezunu	173	43.19±0.68
Orta dereceli okul mezunu	114	40.79±0.82
Yüksekokul mezunu	13	34.23±1.73
VARYANS ANALİZ SONUÇLARI		F
Sigara Kullanma Durumu		8.92**
Anne Öğrenim Durumu		8.79*
Sigara Kul.Dur. x Anne Öğr. Dur.		0.21

$p < 0.01$

Tablo 3'de sigara kullanan annesi okur-yazar-ilkokul mezunu olan gençlerin yalnızlık puan ortalamasının 45.26 ± 0.88 , annesi orta dereceli okul mezunu olanların 43.15 ± 1.04 , annesi yüksekokul mezunu olanların ise 37.28 ± 2.75 olduğu sigara kullanmayan annesi okur-yazar-ilkokul mezunu olan gençlerin yalnızlık düzey puanının 41.28 ± 0.99 , annesi orta dereceli okul mezunu olanların 38.20 ± 1.21 , annesi yükseko-

kul mezunu olanların ise 30.66 ± 0.49 olduğu görülmektedir.

Yapılan varyans analizi sonucunda sigara kullanma durumu ve anne öğrenim durumunun temel etkisinin anlamlı olduğu ($p < 0.05$) yapılan Duncan testi sonucunda farklılığın annesi okur-yazar-ilkokul mezunu gençlerin puanları ile annesi yüksekokul mezunu olan gençlerin puanlarından kaynaklandığı ortaya konulmuştur. Tabloda da görüldüğü üzere hem sigara kullanan hem de sigara kullan-

mayan gençler arasında en yüksek yalnızlık puan ortalamasına annesi okur-yazar-ilkokul mezunu gençlerin sahip olduğu görülmektedir.

İnceoğlu ve ark. (1986) tarafından anne babaların çocuk yetiştirme tutumlarını karşılaştırmak amacıyla yapılan çalışma sonucunda çocuğun sağlıklı bir kişilik özelliği geliştirmesinde ebeveynlerin eğitim düzeyinin etkili bir faktör olduğu belirtilmiştir.

Çocuğun gelişiminde önemli rol oynayan annenin eğitim düzeyinin dü-

şük olması annenin çocuk üzerindeki olumlu etkisini engellemektedir. Okuma yazma bilmeyen anne çocuğu tanıma ve onu daha iyi yetiştirme konusunda yeterince bilgi sahibi olmaması nedeniyle çocukla sağlıklı iletişim kuramamakta onu sağlıklı yönlendirememek ve olumlu model oluşturamamaktadır. Çocuk gençlik dönemine geldiğinde geçmişte kendini ifade etmede sıkıntılar çekerek yalnızlık duygusu yaşayabilmektedir.

Tablo 4. Araştırma Kapsamına Alınan Gençlerin Baba Öğrenim Durumu İle Yalnızlık Puanlarına Ait Ortalamalar, Standart Hatalar ve Varyans Analiz Sonuçları

Sigara Kullanma Durumu Baba Öğrenim Durumu	N	Yalnızlık Puanı
Sigara Kullanan		
Okur-yazar-ilkokul mezunu	55	4.750±1.28
Orta dereceli okul mezunu	67	42.98±0.90
Yüksekokul mezunu	28	44.25±1.36
Sigara Kullanmayan		
Okur-yazar-ilkokul mezunu	38	41.60±1.20
Orta dereceli okul mezunu	68	40.85±1.17
Yüksekokul mezunu	44	37.35±1.80
GENEL		
Okur-yazar-ilkokul mezunu	93	44.41±0.92
Orta dereceli okul mezunu	135	41.92±0.74
Yüksekokul mezunu	72	41.56±1.15
VARYANS ANALİZ SONUÇLARI		
		F
Sigara Kullanma Durumu		22.05**
Baba Öğrenim Durumu		4.06
Sigara Kul.Dur. x Öğr. Dur.		2.16

p<0.01

Tablo 4 incelendiğinde sigara kullanan babası okur-yazar-ilkokul mezunu gençlerin yalnızlık düzey puan ortalamasının 47.50 ± 1.28 , babası orta dereceli okul mezunu olanların 42.98 ± 0.90 , babası yüksekokul mezunu olan gençlerin ise 44.25 ± 1.36 olduğu sigara kullanmayan ba-

bası okur-yazar-ilkokul mezunu olan gençlerin yalnızlık puan ortalamasının ise 41.60 ± 1.20 , babası orta dereceli okul mezunu olan gençlerin 40.85 ± 1.17 , babası yüksekokul mezunu olanların 37.35 ± 1.80 olduğu ortaya konulmuştur.

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda baba öğrenim durumuna göre yalnızlık puan ortalamaları arasındaki fark anlamlı olmamasına rağmen ($P>0.05$) en yüksek puan ortalamasına babası okur-yazar ilköğretim mezunu olan sigara kullanan ve kullanmayan gençlerin sahip oldukları dikkati çekmektedir.

Çocuk için otorite ve güven temsilcisi olan babanın çocuk ile olumlu ilişki-

ler kurması çocuğun kişilik gelişiminde ve sosyal davranışlar kazanımında önemlidir. Öğrenim düzeyi yüksek olan baba çeşitli konularda bilgi sahibi olması nedeniyle çocukla sağlıklı iletişim kurmasının yanısıra sağlıklı davranışlarıyla da çocuğa olumlu model oluşturabilir. Bu nedenle babanın eğitim düzeyi önem kazanmaktadır (Mangır ve Aktaş 1993).

Tablo 5. Araştırma Kapsamına Alınan Gençlerin Arkadaş İlişkileri ile Yalnızlık Puanlarına Ait Ortalamalar, Standart Hatalar ve Varyans Analiz Sonuçları

Sigara Kullanma Durumu Arkadaşlık ilişkileri	N	Yalnızlık Puanı
Sigara Kullanan		
İlişkilerim iyi, çok arkadaşım var	105	44.08±0.79
Bana yetecek kadar arkadaşım var.	15	45.20±2.73
Arkadaşlarımın sayısı az, tek başıma olmaktan hoşlanıyorum.	30	46.63±1.52
Sigara Kullanmayan		
İlişkilerim iyi, çok arkadaşım var	94	40.76±0.90
Bana yetecek kadar arkadaşım var	18	4.20.5±2.34
Arkadaşlarımın sayısı az, tek başıma olmaktan hoşlanıyorum.	38	42.65±1.23
GENEL		
İlişkilerim iyi, çok arkadaşım var	199	42.51±0.60
Bana yetecek kadar arkadaşım var	33	43.48±1.77
Arkadaşlarımın sayısı az, tek başıma olmaktan hoşlanıyorum.	68	44.41±0.98
VARYANS ANALİZ SONUÇLARI		F
Sigara Kullanma Durumu		7.38*
Arkadaş İlişkileri		1.77
Sigara Kul. Dur. x Ark. İliş.		0.04

$p<0.01$

Tablo 5 'de sigara kullanan ve kullanmayan gençlerde arkadaşlarıyla ilişkileri iyi ve çok arkadaşı olanların en düşük yalnızlık puan ortalamasına sahip oldukları saptanırken (sigara kullanan: 44.08 ± 0.79, sigara kullanmayan 40.76 ± 0.90) en yüksek yalnızlık puan ortalamasına arkadaş-

larının sayısı az, tek başıma olmaktan hoşlanıyorum diyen gençlerin sahip oldukları belirlenmiştir (sigara kullanan: 46.63 ± 1.52, sigara kullanmayan: 44.41 ± 0.98).

Yapılan varyans analizi sonucunda gençlerin arkadaş ilişkilerine göre

yalnızlık puan ortalamaları arasındaki farkın önemli olmadığı ($P < 0.05$) saptanmasına rağmen arkadaşlarıyla ilişkileri iyi olan ve çok arkadaşı olan gençlerin yalnızlık puanlarının daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Çok (1993) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışma sonucunda sorunlarını arkadaşlarıyla paylaşan öğrencilerin yalnızlık puanlarının, sorunlarını kendi çözmeye çalışanlardan daha düşük olduğu saptanmıştır.

Parker ve Asher (1993) çocukların arkadaşlık ilişkilerini, akran gruplarına kabullerini ve yaşadıkları yalnızlık duygularını inceledikleri çalışmada bir arkadaşına sahip olma, arkadaşlığın niteliği ve grup tarafından kabullün yalnızlığı azaltıcı bir etken olduğunu, akran grubuna kabul ve arkadaş sayısı arasında önemli bir ilişki olduğunu belirlemiştir.

Gülen ve Bulut (1999) ise üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini incelemek amacıyla yaptıkları çalışma sonucunda "Arkadaşlarımla iyi geçinirim" diyen yurtda kalan öğrencilerin en düşük yalnızlık puanına sahip olduğunu belirlemiştir.

Arkadaşı çok olan ve çevresiyle sağlıklı sosyal ilişkiler kurabilen genç, yaşadığı sıkıntıları kendini en iyi anlayabileceğini düşündüğü arkadaşlarıyla paylaşarak yalnızlık duygusundan kurtulabilmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada, sigara kullanan ve kullanmayan gençlerin yalnızlık düzeylerinde farklılık olup olmadığının belirlenmesi ve yalnızlık düzeylerinde bazı değişkenlerin farklılık oluşturup oluşturmadığının saptanması amaç-

lanmıştır. Araştırma sonucunda sigara kullanan ve kullanmayan gençlerin yalnızlık puan ortalamaları arasında önemli farklılıklar olduğu belirlenmiştir ($P < 0.01$). Sigara kullanan gençlerin yalnızlık puan ortalamalarının sigara kullanmayan gençlerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca çalışmada, anne öğrenim durumunun yalnızlık puanlarında anlamlı farklılık oluşturduğu saptanırken ($P < 0.05$) cinsiyet, sigara kullanma durumu X cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, sigara kullanma durumu X sosyo-ekonomik düzey, anne öğrenim durumu, sigara kullanma durumu X anne öğrenim durumu, baba öğrenim durumu, sigara kullanma durumu X baba öğrenim durumu, arkadaş ilişkileri, sigara kullanma durumu X arkadaş ilişkilerinin yalnızlık puanlarında önemli farklılık oluşturmadığı ortaya konulmuştur ($P > 0.05$).

İnsanoğlu yaşamı boyunca sürekli bir gelişim ve değişim içindedir. Gençlik dönemi, belki de bu gelişimin en önemli evresini oluşturmaktadır. Bu dönemde genç, ergenlik döneminin yarattığı çağına özgü çeşitli duygu ve düşünceler içerisindedir. Bu çağın temel özellikleri olarak duygusal coşku ve taşkınlık, çabuk kurulan ve bozulan ilişkiler, kolay etkilenme, kişiliğinin sınırlarını aşma, toplum içinde sivrılme, ilgi çekme, rol sahibi olma çabası, arkadaş grupları tarafından kabul görebilme çabası ve ailenin yerini arkadaş çevresinin daha fazla önemsenmesi görülmektedir.

Bu dönemde gencin sahip olduğu ailenin gençle ilişkileri, gencin arkadaş ortamı, karşılaştığı maddi olumsuzluklar gencin ruh sağlığını o-

olumlu ya da olumsuz etkileyerek, onun yalnızlık düzeyini arttırmakta veya azaltmaktadır. Dolayısıyla bu dönemde sık olarak sigara kullanımı görülmektedir.

Gencin böylesine kritik ve önemli olan bu dönemi sağlıklı atlatabilmesi için anne- babalara, eğitimcilere ve devlete bir takım öneriler sunulabilir. Öncelikle anne ve babalar aile içerisinde demokratik ve ılımlı bir ortam yaratarak, gençlerin düşüncelerini ve duygularını paylaşarak kendilerini rahatça ifade etmelerine fırsat tanımalıdır. Doyurucu ve sağlıklı aile ilişkilerin olduğu aile yaşantısı gençlerin sosyal gelişimlerine katkı sağlayarak yalnızlık duygusundan kurtulmalarına dolayısıyla yalnızlıklarını giderme amacıyla sigara kullanımına yönelmelerini engelleyebileceği unutulmamalıdır. Ayrıca anne ve babalar gençlerin yanında sigara kullanılarak olumlu modeller oluşturmaları ve sigaranın sağlığa zararları konusunda gence eğitici ve koruyucu bilgiler vermelidir.

Eğitimciler ise okullardaki rehberlik faaliyetlerini artırmalı, sigara kullanımına yatkın özellikteki öğrencilere koruyucu ve önleyici sigara kullanan öğrencilere ise bırakmaya yönelik hizmetler sunmalıdırlar. Konu ile ilgili konferanslar düzenlemeli, eğitici kol çalışmalarında gençlerin çalışarak sigarayla mücadele etmesi sağlamalıdırlar. Ayrıca eğitimciler gençlerin boş zamanlarını iyi değerlendirebilmelerini sağlamak amacıyla gençlere yönelik kültür ve sanat etkinlikleri ve sportif faaliyetlere onları yönlendirmelidirler.

Bu konuda devlete düşen sorumluluk ise kitle iletişim araçları yoluyla sigara

kullanımını engelleyici etkili yayınlar yapmalı ve sigara satışında düzenlemeler yaparak gençlerin sigaraya ulaşmasını zorlaştıracak yasal önlemler almalıdır.

Modern çağa uyum sağlamaya çalışan toplumların gelecekteki başarısının bugün sağlıklı gençleriyle gerçekleştirilebileceği unutulmamalı ve gençlere önem verilerek onlara seviye layık bireyler oldukları hissettirilmelidir.

KAYNAKÇA

ARAL, N., F. BAŞAR. (1997) "Ankara Fen Lisesine Devam Eden ve Etmeyen Öğrencilerin Yaş ve Cinsiyetine Göre Atılganlık Düzeyinin İncelenmesi", *1.Ulusal Çocuk Gelişim ve Eğitimi Kongresi Kitabı*, Ankara, s. 427-440.

BARAN, G. (1999) "Yurtta veya Ailesiyle Kalan Üniversite Öğrencilerin Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi", *Eğitim ve Bilim Dergisi*, V. 24, p.18-22.

BAŞAR, F. (1996) *Üvey Ebeveyn Sahip Olan ve Olmayan 10-11 Yaş Grubundaki Çocukların Saldırganlık Eğilimleri ve Kendilerini Algılama Biçimlerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

BÜYÜKÖZTÜRK, Ş. (2002) *Veri Analizi El Kitabı*, Ankara, Pegem Yayıncılık.

ÇAKIOĞLU, T.M. (1998) *Balıkesir Üniversitesine Devam Eden Öğrencilerin Alkol ve Sigara Kullanım Durumları ve Bunu Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

ÇOK, F. (1993) *Üniversite Öğrencilerinin Arkadaşlık İlişkileri ve Bunun Ana Baba Tutumlarıyla İlişkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Ankara.

DEMİR, A. (1990) *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Ankara.

İNCEOĞLU, D., F. ERKMAN, G. AYATAR. (1986) "Yurtdışından Kesin Dönüş Yapan Ana babaların Aile Yaşamı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Açısından Türkiye'deki Anababalarla Karşılaştırılması", *Ulusal Psikolojik ve Nöroloji Kongresi Kitabı*. p.117-119.

LUFTİNG, R. (1987) "Children's Loneliness, Perceived Easa In Making Friends and Estimated Social Adequacy: Development and Social Metacognition". *Child Study Journal*, V.12, N.1, p. 35-53.

MANGIR, M., N. ARAL, G. BARAN. (1992) "Yurtta Kalan Üniversite Öğrencilerinin Sigara ve Alkol Kullanımlarının İncelenmesi", *Ankara Üniversitesi Ziraat fakültesi Yayınları, Bilimsel Araştırma ve İncelemeler*. V.1240, N. 682, p. 1-62.

MANGIR, M., Y. AKTAŞ. (1993) "Baba Yoksunluğu Olan Gençlerin Uyum Düzeylerinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma". *Ankara Üniversitesi Ziraat fakültesi Yayınları, Bilimsel Araştırma ve İncelemeler*. V.1312, N.725, p.1-79.

ODABAŞI, N. (1991) *Sigara Alışkanlığının Türk Toplumunda Dağılım Özellikleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

PARKER, J, S. ASHER. (1993) "Friendship and Friendship Quality In Middle Childhood: Lins With Peer Group Acceptance and Feelings of Loneliness and Social Dissatisfaction" *Developmental Psychology*. V.29, N.3, p. 611-621.

SCHULTZ, N, D. MOORE. (1986) "The Loneliness Experience of Coolage Students: Sex Differences", *Personality and Social Psychology Bulletin*, V.12, p.12-24.

USANMAZ, S. (1993) *Ankara Şehir Merkezindeki Lise Öğrencilerinin Sigara ve Alkol Kullanımının Araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

YEŞİLYAPRAK, B. (1986) "Üniversite Gençlerinin Psikolojik Sorunları", *Psikoloji Dergisi*. V.5, N.20, p.80-84..