



ADÖLESANLARIN SİGARA İÇME DAVRANIŞLARI: NİTEL BİR ARAŞTIRMA

ADOLESCENTS' SMOKING BEHAVIORS: A QUALITATIVE STUDY

Zeynep KİSECİK ŞENGÜL¹ Hava SALIK² Muhammed Furkan PARLAK³

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Kırıkkale, Türkiye.

² Dr. Öğr. Üyesi, Hakkâri Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Hakkâri, Türkiye.

³ Uzman Hemşire, Van Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Toplum Ruh Sağlığı Merkezi, Van, Türkiye.

**Geliş tarihi/
Date of
receipt:** 22
Ekim 2024

**Kabul
tarihi/Date
of
acceptance:**
03 Mart
2025

**Anahtar
kelimeler:**
Adölesan,
nitel
araştırma,
sigara içme

Keywords:
Adolescent,
smoking,
qualitative
research

**Sorumlu
yazar/Corre
sponding
author:**
kisecikzeynep
@gmail.com

ÖZET

Bu araştırmanın amacı adölesanların sigara içme davranışlarını derinlemesine incelemektir. Nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenolojik yaklaşım benimsenmiştir. Araştırma, Türkiye'nin doğusunda bulunan bir ilde sigara içen 10 adölesan ile yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler ile gerçekleştirilmiştir. Amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın verileri tematik analiz kullanılarak değerlendirilmiştir. Araştırmaya katılan adölesanların yaş ortalaması: 16.8 ± 0.4 'tür. Katılımcıların 8'i erkek, 2'si kızdır. Katılımcıların tümü lise düzeyindedir. Sigara içme başlangıç yaşı ortalaması 14.0 ± 1.8 'dir. Katılımcıların sigara kullanma süreleri ortalama 4.5 ± 2.3 yıl olup, günlük sigara kullanımı ortalaması 5.6 ± 2.8 adettir. Verilerin analizi sonucunda 3 tema (sigara içme davranışının nedenleri, sigaranın bireysel ve toplumsal etkileri, destek mekanizmaları) ve 6 alt tema (sosyal nedenler, duygusal nedenler, fiziksel etkiler, psikososyal etkiler, sosyal destek kaynakları, öz yardım becerileri) belirlenmiştir. Adölesanlarda sigara bağımlılığını önlemek için okullarda eğitim programlarının oluşturulması, gençlerin olumlu arkadaş ilişkilerine ve sosyal aktivitelere yönlendirilmesi önemlidir.

ABSTRACT

The aim of this study is to thoroughly examine adolescents' smoking behaviors. In this study, the phenomenological approach, one of the qualitative research methods, was adopted. Semi-structured in-depth interviews were conducted with 10 adolescents who smoke in a province located in eastern Turkey. The criterion sampling method, one of the purposive sampling techniques, was used to select the sample group. The data of the study were evaluated using thematic analysis. The average age of the adolescents participating in the study was 16.8 ± 0.4 . Of the participants, 8 were male and 2 were female, and all were at the high school level. The average age of starting smoking was 14.0 ± 1.8 . Participants had been smoking for an average of 4.5 ± 2.3 years, with an average daily cigarette consumption of 5.6 ± 2.8 cigarettes. As a result of data analysis, 3 main themes (reasons for smoking behavior, individual and societal effects of smoking, support mechanisms) and 6 sub-themes (social reasons, emotional reasons, physical effects, psychosocial effects, sources of social support, and self-help skills) were identified. To prevent smoking addiction in adolescents, it is important to establish educational programs in schools and encourage young people to engage in positive peer relationships and social activities.

Atıf için/To cite: Kiseçik Şengül, Z., Salık, H., & Parlak, M. F. (2025). Adölesanların sigara içme davranışları: Nitel bir araştırma. *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(3), 333-354.



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution NonCommercial 4.0 International License.

GİRİŞ

Tütün kullanımı adolesan sağlığını etkileyen ve her geçen gün daha da önemli hale gelen küresel bir sorundur (Ma ve ark., 2021; Meza ve ark., 2020). Tütün ürünleri sigara, pipo, puro, nargile, elektronik sigara, çiğnemelik tütün şeklinde kullanılabilir. Tütün ürünleri dumanlı ya da dumansız olarak kullanılabilir; nikotinle birlikte çok sayıda kimyasal madde tütün ürünlerinde bulunmaktadır (Taşdemir, 2016; WHO, 2023).

Sigara, adolesanlar arasında en yaygın kullanılan tütün ürünlerinden biridir. Sigaranın adolesanlar arasındaki kullanım yaygınlığı yaş, cinsiyet gibi faktörlere göre değişebilmektedir (Alasqah ve ark., 2019; Aryaie ve ark., 2021). Geniş çaplı bir araştırmada, 143 ülkede 13-15 yaş aralığındaki adolesanların sigara kullanım yaygınlığı erkeklerde %11.3, kızlarda ise %6.1 olarak belirlenmiştir. Ayrıca yüksek gelirli ülkelerde sigara kullanımının daha yaygın olduğu, bazı ülkelere sigara kullanım yaygınlığı azalsa da sigara dışı tütün ürünlerinin kullanım yaygınlığının arttığı tespit edilmiştir (Ma ve ark., 2021). Türkiye'nin farklı bölgelerindeki adolesanlarla yapılan araştırmalarda sigara kullanım yaygınlığının kızlarda %4-%13.1, erkeklerde %12.7-%35.1 arasında değiştiği görülmektedir (Akkuş ve ark., 2017; Emekdar ve ark., 2017; Mete ve ark., 2020; Özcan ve ark., 2016; Özlü ve ark., 2017). Günümüzde özellikle adolesanlar arasında elektronik sigara kullanımının arttığı dikkati çekmektedir. E-sigara, merak, yeni tatlar deneme ya da sigarayı bırakma amacıyla tercih edilmekte, ancak kullanıcıların riskleri hakkında yeterli bilgiye sahip olmadığı görülmektedir (Gupta & Kalagher, 2021; Sapru ve ark., 2020).

Adolesanlarda sigara içme davranışı üzerinde kişisel özellikler, ailevi durum, psikososyal faktörler ve eğitim düzeyinin etkili olduğu bilinmektedir (Ranaei ve ark., 2022). Adolesanların sigara kullanımıyla ilişkili çeşitli risk faktörleri bulunmaktadır. Erkek cinsiyette olma, kültürel kabul, arkadaş etkisi, arkadaşları tarafından teklif edilme, ebeveynlerinden görme, ailede denetim eksikliği, öz saygı eksikliği, yoksulluk, çatışmalı yaşam ortamları, sigaraya kolay

ulaşım, düşük akademik performans, stres, deneyim kazanma ve gösteriş yapma işteği adolesanların sigara kullanımındaki risk faktörleri arasında gösterilmektedir (Alasqah ve ark., 2019; Arabshahi ve ark., 2021; Ranaei ve ark., 2022; Urrutia-Pereira ve ark., 2017). Sigara kullanımından koruyucu faktörler arasında ebeveyn rehberliği alma, son bir hafta içinde sigarayla teması olmama, sigaranın tehlikelerinden haberdar olma (Urrutia-Pereira ve ark., 2017), özdenetim, özsaygı, dayanıklılık, aile desteği, okula bağlılık ve ruhsal iyilik hali yer almaktadır (Dudok & Piko, 2023). Adolesanlarda sigara kullanımını etkileyen risk ve koruyucu faktörlerin belirlenmesi, sigarayla mücadelede etkili stratejiler geliştirmek açısından büyük önem taşımaktadır.

Sigara kullanımının olumsuz sonuçları olabilmektedir. Sigara kullanımı bütün sistemleri etkilemekte; solunum sistemi hastalıkları, kanserler, astım ve alerjik hastalıklar, kardiyak rahatsızlıklar, böbrek hastalıkları, hematolojik hastalıklar ve metabolik hastalıkların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Makadia ve ark., 2017). Diğer taraftan sigara, adolesanları bilişsel olarak olumsuz yönde etkileyerek davranış sorunlarını tetikleyebilmektedir (Becker ve ark., 2021). Adolesanların sigara kullanımının olumsuz sonuçlarına maruziyetinin önlenmesi için onların sigara içme durumlarını etkileyen faktörler ve başa çıkma stratejilerinin belirlenmesi önemlidir. Bu araştırma, adolesanların sigara içme davranışlarını derinlemesine incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma bulguları, adolesanlarda sigara kullanımını önlemeye yönelik araştırmalar için bilimsel içerik oluşturma açısından önem taşımaktadır.

Araştırma Soruları

1. Adolesanlar sigara içme davranışını nasıl deneyimlemektedir?
2. Adolesanlar sigara içme kararını alırken hangi sosyal ve psikolojik faktörlerden etkilenmektedir?
3. Adolesanlar, sigara içmenin psikolojik ve fiziksel sağlıkları üzerindeki etkilerini nasıl deneyimlemektedir?

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Bu araştırma, nitel bir araştırma deseni olan fenomenolojik araştırma tasarımı ile gerçekleştirilmiştir. Fenomenolojik yaklaşım, bireylerin yaşadıkları deneyimleri anlamak ve bu deneyimlerin anlamını derinlemesine analiz etmek için uygundur (Creswell, 2016). Bu yöntemle, adolesanların sigarayla ilgili deneyimlerine odaklanarak, sigara içme davranışlarına dair öznel anlamlarını ortaya çıkarmak amaçlanmıştır.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Bu araştırma, Türkiye'nin doğusundaki bir ilde yaşayan adolesanlarla 15 Ekim 2023 – 20 Nisan 2024 tarihleri arasında yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler yoluyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılmayı kabul eden 10 adolesan araştırmanın örnekleme alınmıştır. Araştırma grubunun belirlenmesinde, amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olan ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ölçüt örnekleme, belirli niteliklere sahip bireyler, olaylar, nesneler veya durumlar arasından örneklem oluşturulmasıdır (Baltacı, 2018).

Araştırmaya dâhil edilme kriterleri; 13-18 yaş aralığında olmak, adolesanın ve ailesinin araştırmaya katılmayı kabul etmesi, adolesanın en az 1 yıldır sigara kullanıyor olması ve adolesanın online görüşme yapmak için internet erişimine sahip olmasıdır. Sigara kullanmayan adolesanlar araştırmaya alınmamıştır.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın başlangıcında, sosyal medya platformları (WhatsApp grupları, Facebook sayfaları) ve çevremizdeki kişiler aracılığıyla araştırmanın amacı ve katılım şartlarına dair duyurular yapılmıştır. Katılmak isteyen adolesanların ebeveynleri veya adolesanların kendileri, duyurularda belirtilen iletişim kanalları üzerinden araştırmacılarla iletişime geçmiştir. Gönüllü olarak başvuruda bulunan katılımcıların iletişim bilgileri ebeveynleri tarafından araştırmacılara

iletilmiştir. Sonrasında ebeveynler telefonla aranarak araştırmanın amacı, yöntemi ve süreci hakkında detaylı bilgi verilmiş; görüşmelerin gizliliği ve gönüllülük esasına dayalı olduğu vurgulanmıştır. Ebeveynlerden ve adolesanlardan sözlü onam alındıktan sonra, adolesanların araştırmaya katılımı sağlanmıştır.

Araştırma verileri, toplum ruh sağlığı merkezinde çalışan, psikiyatri hemşireliği alanında yüksek lisans mezunu ve nitel araştırma konusunda deneyimli bir araştırmacı (MFP) tarafından toplanmıştır. Görüşmenin başında adolesanlara yaş, cinsiyet, sınıf, sigaraya başlama yaşı, sigara kullanım süresi, günlük tüketim miktarı, gibi sosyodemografik özelliklere ait bilgiler sorulmuştur. Görüşmeler, nitel araştırma yöntemine uygun olarak, literatüre dayalı oluşturulan ve biri pediatri hemşireliği ve ikisi psikiyatri hemşireliği alanlarında doktora mezunu üç uzmandan alınan görüşler doğrultusunda gözden geçirilen yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak gerçekleştirilmiştir (Bitar ve ark., 2024; Kong ve ark., 2021; Wagoner ve ark., 2021) (Tablo 1). Görüşmelerden elde edilen bilgilerin tekrarlanmaya başlaması üzerine, örneklem büyüklüğüne son verilmiş ve toplamda 10 adolesan ile görüşme gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerin süresi, adolesanların beyanlarına göre değişmekle birlikte 14 ile 26 dakika arasında sürmüştür.

Tablo 1

Yarı Yapılandırılmış Görüşme Soruları

Sorular
1. Sigara kullanım nedeniniz nedir?
2. Sigara kullanımınızda nelerin ya da kimlerin etkili olduğunu düşünüyorsunuz?
3. Sigara kullanmak günlük yaşamınızı nasıl etkiliyor?
4. Sigarayı bırakmayı düşünüyor musunuz? Sigarayı bırakma konusunda kimlerden yardım almak istersiniz?

Görüşmeler, ‘Google Meet’ üzerinden yapılmıştır. Bu platform, katılımcıların fiziksel olarak bir araya gelmesini gerektirmeyen bir çevrimiçi ortam sağlamakta olup, uzaktan iletişimde esneklik ve erişilebilirlik sunmaktadır. Görüşme sırasında, araştırmacı ve katılımcı arasında güvenli ve rahat bir ortam yaratılması amaçlanmıştır. Katılımcıların evlerinde, rahatsız edilmeyecekleri sessiz bir ortamda görüşmeleri teşvik edilmiştir. Görüşmelerin başında, katılımcılara araştırmanın amacı ve süreçleri hakkında tekrar bilgi verilmiş, gizlilik ve katılımın gönüllülüğü vurgulanmıştır. Her görüşme süreci, katılımcıların duygusal durumunu dikkate alarak, dikkatlice yönlendirilmiş ve gerektiğinde katılımcılara zaman tanınarak gerçekleştirilmiştir. Bu yaklaşım, katılımcıların rahat hissetmelerine ve kendilerini ifade etmelerine olanak sağlamıştır. Araştırma süreci boyunca etik kurallarına uyulmuş ve katılımcıların onayları alınmıştır. Görüşmeler sırasında katılımcıların izni ile ses kaydı alınmıştır. Ses kayıtları şifre ile bilgisayarda saklanmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmada elde edilen verilerde herhangi bir değişiklik yapılmamıştır. Nitel araştırma yöntemi doğrultusunda, katılımcıların ifadeleri olduğu gibi kaydedilmiş ve analiz edilmiştir. Veriler, katılımcıların doğrudan görüşleri ve deneyimlerine dayanarak içerik analizi yöntemiyle değerlendirilmiş, herhangi bir biçimsel veya içeriksel manipülasyon uygulanmamıştır. Araştırma sürecinde, katılımcıların ifade ettiği görüşler, tespit edilen temalar ve kategoriler doğrultusunda doğrudan sunulmuş ve yorumlanmıştır. Bu yaklaşım, verilerin güvenilirliğini ve doğruluğunu sağlamayı amaçlamaktadır. Veri analizi, fenomenolojik araştırmalar için Colaizzi tarafından geliştirilen 7 aşamalı analiz yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir (Morrow ve ark., 2015).

Birinci Aşama

Görüşmelere başlamadan önce ve sonrasında ilgili alanyazın sürekli olarak incelenmiştir. Bu süreç, analiz aşamasında araştırmacılara rehberlik etmiş ve fenomenolojik yaklaşımın daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunmuştur.

İkinci Aşama

Görüşmelerden elde edilen tüm veriler yazıya aktarılmış ve MAXQDA 2022 yazılımı kullanılarak sistematik bir şekilde incelenmiştir. Araştırmacılar, görüşme metinlerini bağımsız olarak okuyarak verilerin genel içeriğini anlamaya çalışmıştır. Bu süreç, araştırmacıların verilerle daha derin bir etkileşim kurarak konuya olan hakimiyetlerini artırmayı hedeflemiştir.

Üçüncü Aşama

Metinlerdeki önemli ifadeler belirlenmiş, anlamlı bölümler yeniden düzenlenmiş ve temel temalar ile desenler ortaya çıkarılmıştır. Bu süreç, verilerin bağlam içindeki anlamlarının detaylı bir şekilde analiz edilmesini sağlamıştır. İfadelerdeki veriler detaylı bir şekilde analiz edilerek, anlamları açığa çıkarılmış ve yorumlanmıştır.

Dördüncü Aşama

Belirlenen anlamlar ve ifadeler kümelenerek ana temalar oluşturulmuştur. Araştırmacılar, bir fikir birliğine ulaşana kadar tartışarak anlamları formüle etmiş ve onaylamıştır. Daha sonra araştırmacılar temaları ana ve alt temalar hâlinde belirleyip düzenlemiştir. Araştırmanın temaları ve alt temaları net ifadeler şeklinde geliştirilmiştir.

Beşinci Aşama

Elde edilen bulgular, katılımcıların yaşam deneyimleriyle ilişkilendirilmiş ve fenomenolojik yaklaşım çerçevesinde değerlendirilmiştir. Katılımcıların doğrudan ifadelerine yer verilerek, okuyucuların analiz sürecini takip edebilmesi sağlanmıştır.

Altıncı Aşama

Araştırmanın temel kavramsal yapısı oluşturulmuş ve ana temalar doğrultusunda fenomenolojik çerçeve netleştirilmiştir. Böylece, araştırmanın genel bağlamı açıklığa kavuşturulmuştur.

Yedinci Aşama

Bazı katılımcılarla tekrar görüşmeler yapılarak sonuçların geçerliliği sağlanmıştır. Bu aşamada, bulgular katılımcı deneyimleriyle karşılaştırılmış ve doğrulama süreci tamamlanmıştır. Katılımcılardan alınan geri bildirimler doğrultusunda bulguların güvenilirliği artırılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın verileri, araştırmaya katılan adolesanların düşüncelerini yansıtmakta olup, diğer adolesanlara genellenemez.

Araştırmanın Etik Yönü

Bu araştırma, Hakkari Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından onaylanmıştır (Oturum No: 2023/110, Tarih: 12.10.2023). Katılımcılara araştırmanın amacı açıklanmış, gizlilik ilkeleri çerçevesinde bilgilendirilmiş onamları alınmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya katılan adolesanların yaş ortalaması $16,8 \pm 0,4$ 'tür. Katılımcıların 8'i erkek, 2'si kızdır. Katılımcıların tümü lise düzeyindedir. Sigara içme başlangıç yaşı ortalaması $14,0 \pm 1,8$ 'dir. Katılımcıların sigara kullanma süreleri ortalama $4,5 \pm 2,3$ yıl olup, günlük sigara kullanımı ortalaması $5,6 \pm 2,8$ adettir. Araştırmaya katılan adolesanların demografik özellikleri Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2*Adolesanların Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımı (n=10)*

Katılımcı No	Yaş	Cinsiyet	Sınıf	Sigaraya Başlama Yaşı	Sigara Kullanım Süresi (yıl)	Günlük Tüketim (adet)
A1	17	Erkek	12. Sınıf	12	7	10
A2	17	Erkek	12. Sınıf	16	1	20-30
A3	17	Erkek	12. Sınıf	15	1.5	8-10
A4	17	Erkek	11. Sınıf	15	2	5
A5	17	Kız	11. Sınıf	7	10	20
A6	17	Erkek	12. Sınıf	14	2	6-7
A7	16	Erkek	11. Sınıf	12	4	20
A8	16	Erkek	10. Sınıf	14	2	20
A9	17	Kız	12. Sınıf	16	2	3
A10	17	Erkek	12. Sınıf	15	2	20

Verilerin analizi sonucunda 3 tema (sigara içme davranışının nedenleri, sigaranın bireysel ve toplumsal etkileri, destek mekanizmaları) ve 6 alt tema (sosyal nedenler, duygusal nedenler, fiziksel etkiler, psikososyal etkiler, sosyal destek kaynakları, öz yardım becerileri) belirlenmiştir (Tablo 3).

Tablo 3*Adolesanlara Ait Tema, Alt Tema ve Kodlar (n=10)*

Tema	Alt tema	Kod
1.Sigara İçme Davranışının Nedenleri	Sosyal nedenler	Arkadaş Etkisi
		Aileden Görme
		Sosyal Kabul
	Duygusal nedenler	Üzüntü
		Anksiyete
		Merak
2.Sigaranın Bireysel ve Toplumsal Etkileri	Fiziksel Etkiler	Stresle Baş Etme
		Mide Bulantısı
		Baş Dönmesi
	Psikososyal Etkiler	Nefes Darlığı
		Duygusal Rahatlama
		Bağımlılık
3.Destek Mekanizmaları	Sosyal Destek Kaynakları	Sosyal İlişkilerde Bozulma
		Aile
		Arkadaş
	Öz Yardım Becerileri	Profesyonel Destek
		İçsel Motivasyon
		Güçlü İrade

Tema 1: Sigara İçme Davranışının Nedenleri

Adolesanlar sigara içme davranışlarının sosyal ve duygusal nedenlerden kaynaklandığını ifade etmişlerdir.

Alt Tema 1: Sosyal Nedenler

Bu tema adolesanların sigara içme davranışlarının çok boyutlu olduğunu ve sosyal çevre ile aile yapısının önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Adolesanlar, arkadaş çevresi ve ailelerinin davranışlarını gözlemleyerek, bu davranışları kendi hayatlarına entegre etmeye yatkın hale gelebilirler. Ayrıca, sosyal kabul görme ihtiyacı, sigara gibi zararlı alışkanlıkların edinilmesinde kritik bir rol oynamaktadır. Bu nedenle, adolesanların sigara içme davranışlarını azaltmak için aile içi iletişim ve arkadaş çevresindeki sağlıklı rol modellerinin önemi vurgulanmalıdır. Katılımcılardan bazılarının ifadesi aşağıdaki gibidir:

"Arkadaşlarınız içiyordu, bize verdiler, biz de bağımlı olduk." (A3,17,E)

"Biz aileden dört erkekiz, 4'ümüz de içiyoruz." (A6,17,E)

"Arkadaş çevrem etkili oldu, aile içi problemler de vardı." (A5,17,E)

"Arkadaş çevresinde sigara içmeyen biri, dışlanıyor gibi hissediyor. Bu yüzden içmeye başladım." (A1,17,E)

"Arkadaş ortamında sigara içiyorlardı, ben de hoşuma gittiği için başladım." (A1,17,E)

Alt Tema 2: Duygusal Nedenler

Adolesanların sigara içme davranışının büyük ölçüde duygusal nedenlere dayandığını göstermektedir. Üzüntü, anksiyete, merak ve stres gibi duygusal faktörler, adolesanların sigarayı bir baş etme mekanizması olarak kullanmasına neden olmaktadır. Sigara, duygusal rahatlama sağlayan bir araç olarak algılanmakta ve bu, bağımlılığın gelişmesine zemin hazırlamaktadır. Bu nedenle, adolesanların duygusal sorunlarıyla sağlıklı başa çıkma yolları geliştirmeleri için uygun destek mekanizmalarının sağlanması büyük önem taşımaktadır. Katılımcılardan bazılarının ifadesi aşağıdaki gibidir:

"Arkadaşlar dışında duygu, yani üzüldüğüm an içiyorum." (A6,17,E)

"Sinirlendiğimde sigara yakıyorum, sinirimi dindiriyor." (A9,17,K)

"Sigara kullanmamın nedeni ekonomik sıkıntılar ve ailevi sorunlar." (A5,17,E)

"Çok kötü bir dönemden geçiyorum ve sürekli sigaraya sarıyorum." (A8,16,E)

Tema 2: Sigaranın Bireysel ve Toplumsal Etkileri

Adolesanlar sigaranın fiziksel ve psikososyal olarak kendilerini etkilediğini ifade etmiştir.

Alt Tema 1: Fiziksel Etkiler

Adolesanların sigara kullanımı sonucu yaşadığı fiziksel sorunların ciddi boyutlara ulaşabileceğini göstermektedir. Sigara, kısa vadede bile mide bulantısı, baş dönmesi ve nefes darlığı gibi fiziksel rahatsızlıklara yol açarak bireylerin yaşam kalitesini düşürmektedir. Bu durum, adolesanların sigarayı sadece sosyal bir alışkanlık olarak değil, aynı zamanda fiziksel sağlıklarını olumsuz etkileyen bir faktör olarak da deneyimlediklerini ortaya koymaktadır. Erken yaşta sigara kullanımının önlenmesi, gençlerin fiziksel sağlıklarının korunması açısından büyük önem taşımaktadır. Katılımcılardan bazılarının ifadesi aşağıdaki gibidir:

"Baş dönmesi, mide bulantısı..." (A5,17,E)

"İlk içtiğim zaman başım acayip şekilde dönüyordu, elim ayağım boşalıyordu." (A1,17,E)

"Biraz boğazım ağrıyordu, büyük öksürüyordum. Baş dönmesi oluyordu." (A4,17,E)

"Yokuş çıktığımda nefesim kesiliyor. Çabuk yoruluyorum." (A2,17,E)

"Eskiden 1 km koşabiliyordum, şimdi yarım kilometre bile koşamıyorum." (A5,17,E)

Alt Tema 2: Psikososyal Etkiler

Sigaranın adolesanların yaşamlarında önemli psikososyal etkileri olduğunu ortaya koymaktadır. Adolesanlar sigarayı, stres ve duygusal sıkıntılarla başa çıkma aracı olarak kullanmakta, ancak bu kullanım zamanla bağımlılığa dönüşmektedir. Bağımlılık, gençlerin sigarayı bırakmalarını zorlaştırmakta ve sosyal ilişkilerinde bozulmalara yol açmaktadır. Sigarayı bırakmanın ise sosyal çevrede olumlu bir etki yarattığı ifade edilmektedir. Bu bulgular, adolesanların sigara kullanma nedenlerinin sadece fiziksel değil, aynı zamanda psikolojik ve sosyal boyutları olduğunu vurgulamaktadır. Sigaranın, adolesanların hem bireysel hem de

sosyal yaşamlarını olumsuz etkileyen bir bağımlılık aracı olarak karşımıza çıktığı görülmektedir. Katılımcılardan bazılarının ifadesi aşağıdaki gibidir:

"Vallahi içince rahatlıyorum, kötü şeyler siliniyor." (A6,17,E)

"Bağımlı olduğum için uzun süre içmeyince, içtikten sonra keyif alıyorum." (A1,17,E)

"Bırakmayı düşünüyorum. Bir hafta bıraktım, ikinci hafta yine başladım." (A5,17,E)

"Sigarayı bırakmaya çalıştım ama canım çok çekiyor, gidip tekrar içiyorum." (A10,17,E)

"Sigara içmenin sosyal ilişkilerimi olumsuz etkilediğini düşünüyorum, çünkü çevremdeki insanlar sigara kokusunu sevmiyor." (A2,17,E)

"Sigarayı bıraktığımda, ailem ve arkadaşlarım bana daha olumlu yaklaşıyor." (A8,16,E)

Tema 3: Destek Mekanizmaları

Adolesanlar sigarayı bırakma konusunda sosyal destek ve öz yardımın önemini vurgulamıştır.

Alt Tema 1: Sosyal Destek

Adolesanların sigara bırakma sürecinde sosyal destek mekanizmalarına büyük ölçüde güvendiklerini göstermektedir. Aile ve arkadaş çevresinden gelen destek, sigarayı bırakma sürecini kolaylaştırmada önemli bir rol oynamaktadır. Aile üyelerinin duygusal desteği, adolesanların sigarayı bırakma sürecindeki zorlukları aşmalarına yardımcı olurken, arkadaş çevresinden alınan destek, özellikle aynı deneyimleri yaşamış kişilerden geldiğinde motive edici olabilir. Bu nedenle, sigarayı bırakma girişimlerinde bireylerin yalnız olmadıklarını hissetmeleri ve sosyal çevrelerinden aldıkları desteği kullanmaları, sigara bırakma sürecinin başarısı için önemli bir etken olarak öne çıkmaktadır. Katılımcılardan bazılarının ifadesi aşağıdaki gibidir:

"Ailemden ve arkadaşlarımdan yardım alabilirim." (A1,17,E)

"Çalıştığım iş yerimde de bir tane abi var, bu da uzun süre kullandıktan sonra bıraktı. Ondan yardım alabilirim." (A2,17,E)

Adolesanlar, sigarayı bırakma sürecinde profesyonel desteğin önemli bir yardımcı olduğunu fark etmişlerdir. Danışmanlık hizmetlerinin ve tedavi programlarının, sigara bağımlılığından kurtulmada etkin bir rol oynadığı anlaşılmaktadır. Bu tür profesyonel yardımlar, adolesanların yalnızca sigarayı bırakma sürecindeki zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olmakla kalmayıp, aynı zamanda onları motive eden bir destek mekanizması olarak da işlev görmektedir. Dolayısıyla, sigarayı bırakma sürecinde adolesanların hem sosyal hem de profesyonel desteklere başvurması, bu sürecin başarıyla tamamlanmasında önemli bir etkiye sahip olabilir. Katılımcılardan bazılarının ifadesi aşağıdaki gibidir:

"Sigara bırakma konusunda profesyonel bir danışmandan yardım almak bana çok faydalı olabilir."(A4,17,E)

"Tedavi programları hakkında daha fazla bilgi almak, sigarayı bırakma sürecinde bana yardımcı olabilir."(A9,17,K)

Alt Tema 2: Öz Yardım

Sigara bırakma sürecinde içsel motivasyon ve güçlü irade, adolesanlar için en önemli iki öz yardım faktörüdür. Ancak, bu iki faktörün eksikliği, sigarayı bırakma girişimlerinin başarısızlıkla sonuçlanmasına neden olabilir. Adolesanların kendi içsel kaynaklarına yeterince güvenememeleri, sigara bırakma sürecinde dışsal destek mekanizmalarına olan bağımlılıklarını artırmaktadır. Bu nedenle, sigara bırakma programlarının, adolesanların motivasyonlarını artırmaya ve irade güçlerini geliştirmeye yönelik stratejiler içermesi, bu süreçte başarıya ulaşmalarını kolaylaştırabilir. Katılımcılardan bazılarının ifadesi aşağıdaki gibidir:

"Sigara bırakma motivasyonum genellikle düşük, bu yüzden devamlı olarak geri dönüyorum."(A5,17,E)

"Kendi irademin güçlü olmaması, sigara bırakma sürecinde büyük bir engel teşkil ediyor."(A7,16,E).

TARTIŞMA

Bu araştırmada adolesanların sigara içme davranışları araştırılmıştır. Yapılan görüşmelerin analizi sonucunda ‘sigara içme davranışının nedenleri’, sigaranın bireysel ve toplumsal etkileri’, ‘destek mekanizmaları’ olmak üzere 3 tema ortaya çıktığı görülmüştür.

Araştırmamızda adolesanların sosyal ve duygusal nedenlerle sigara kullandıkları belirlenmiştir. Katılımcılar arkadaşlarının sigara kullanımından etkilendiklerini, ailede sigara içen bireylerin varlığı nedeniyle örnek aldıklarını ya da sosyal olarak sigara kullanımının kabul gördüğü kültürlerde yetişmeleri nedeniyle sigara kullandıklarını ifade etmiştir. Adolesanlarda sosyal çevrenin etkisiyle bağımlılık gelişebilmektedir. Bandura’nın sosyal öğrenme teorisine göre bireyler çevrelerindeki davranışları görerek taklit edebilmektedir. Bu nedenle adolesan taklit yoluyla sigara kullanımına başlayabilir (Smith, 2021). Farklı araştırmalarda da adolesanların arkadaş ve ailenin etkisiyle sigara kullandıkları gösterilmiştir (Amin ve ark., 2020; Emekdar ve ark., 2017; Urrutia-Pereira ve ark., 2017). Araştırmamızda ayrıca adolesanların kaygı, üzüntü, merak ve stresle baş etme gibi duygusal nedenlerle sigara kullandıkları belirlenmiştir. Farklı araştırmalarda da adolesanların sigara kullanımında en önemli nedenlerinden biri olarak merak gösterilmektedir (Arabshahi ve ark., 2021; Özcan ve ark., 2016; Ranaei ve ark., 2022). Adolesanlar merakları nedeniyle riskli davranışlara yönelebilmektedir (Yazdi-Feyzabadi ve ark., 2019). Diğer taraftan adolesanlar yaşadıkları kaygıyla baş etmede zorlandıklarından kendilerini daha iyi hissetmek için sigara kullanabilmektedir (Arabshahi ve ark., 2021). Adolesanlara yönelik stresle baş etme programlarının sigara kullanımını azalttığı gösterilmiştir (Riyanto ve ark., 2023; Sanjaya & Astuti, 2024).

Araştırmamızda adolesanların sigara kullanımı nedeniyle fiziksel ve psikososyal olarak etkilendikleri belirlenmiştir. Adolesanlar sigara kullanımından sonra mide bulantısı, baş dönmesi, nefes darlığı gibi fiziksel sağlık sorunları yaşadıklarını ifade etmiştir. Sigara

kullanımının solunum sistemi üzerindeki olumsuz etkileri birçok araştırmada gösterilmiştir (Jayes ve ark., 2016; McConnell ve ark., 2017; Mozun ve ark., 2020). Sigara kullanımı çocuklarda özellikle wheezing, dispne, astım ve alerjik rinit gelişimine neden olabilmektedir (Mozun ve ark., 2020). Bu nedenle Adölesanların sigaranın getirdiği sağlık risklerinden haberdar olması önemlidir.

Sigara kullanımının toplumsal etkileri arasında bağımlılık ve sosyal ilişkilerde bozulma yer almıştır. Araştırmaya katılan adölesanlar, sigara kullanımının duygusal olarak rahatlamalarına yardımcı olduğunu ve bu nedenle bağımlı hale geldiklerini ifade etmiştir. Benzer şekilde, farklı araştırmalarda da sigaranın adölesanlarda rahatlatma ve huzur duygusu yarattığı bildirilmiştir (Arabshahi ve ark., 2021; Kurliati ve ark., 2021). Mete ve arkadaşlarının (2020) çalışmasında, sigara kullanımının adölesanlarda bağımlılığa neden olduğu ve sigara içenlerde madde bağımlılığı gelişme riskinin arttığı belirlenmiştir (Mete ve ark., 2020). Bu nedenle, sigara bağımlılığının madde bağımlılığı riskini artırdığının farkında olunması ve adölesanların bağımlılık konusunda dikkatlice izlenmesi önemlidir. Araştırmamızda ayrıca, adölesanlar sigara kokusunun hoş karşılanmaması nedeniyle çevreyle olan ilişkilerini zorlaştırdığını belirtmişlerdir. Ancak bazı adölesanlar, sigara kullanımını bıraktıklarında sosyal çevreleri tarafından daha olumlu bir şekilde karşılandıklarını ifade etmiştir. Bu durum, sigara kullanımının adölesanların sosyal bağlarını zayıflatabileceğini ve sigarayı bırakmaları durumunda daha olumlu sosyal etkileşimler ve ilişkiler kurabileceklerini göstermektedir.

Araştırmamızda adölesanların sigarayı bırakmayı istedikleri, bunun için de sosyal desteğe ve öz yardım becerilerinin geliştirilmesine ihtiyaç duydukları belirlenmiştir. Adölesanlar sigarayı bırakma konusunda sosyal çevrenin desteğini beklemekte, konuyla ilgili profesyonel olarak bilgi desteğine gereksinim duymaktadır. Sigara bağımlılığının önlenmesinde özellikle aile desteği ve izlemi oldukça önemlidir (Mills ve ark., 2021). Diğer taraftan sigara kullanımını önleme programlarında adölesanlara profesyoneller tarafından bilgi sağlanmakta; sosyal

öğrenme, hayır diyebilme, davranış değişikliği oluşturma gibi konularda eğitimler verilmektedir (Liu ve ark., 2020). Ülkemizde 115 numaralı çağrı hattıyla Yeşilay Danışmanlık Merkezlerine (YEDAM) başvurularak sigarayı bırakmayla ilgili destek alınabilmektedir. Ayrıca YEDAM tarafından 15 yaş üstü bireylere tütün bağımlılığıyla ilgili psikolojik destek sağlanmaktadır (Yeşilay, 2024). Bu noktada, adolesanların destek alabilecekleri merkezler hakkında bilgilendirilmesi, bağımlılıkla mücadelede önemli bir rol oynamaktadır. Adolesanlar sigarayı bırakma konusunda motivasyon eksikliği yaşadıklarını ve güçlü olmaya ihtiyaçları olduklarını bildirmiştir. Adolesanların sigarayı bırakma konusunda motive edilmesi gerekmektedir. Sigarayı bırakma programlarında özellikle adolesanların motivasyonuna odaklanılmaktadır (Bold ve ark., 2022).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma bulguları, sigara kullanımının sosyal ve duygusal nedenlerle ilişkilendirildiğini, özellikle arkadaş etkisi, aileden görme ve stresle baş etme gibi faktörlerin önemli rol oynadığını göstermektedir. Sigaranın adolesanlar üzerinde fiziksel ve psikososyal etkileri olduğu belirlenmiştir. Sigarayı bırakmada aile, arkadaş ve profesyonel destek gibi sosyal destek mekanizmalarının yanı sıra, bireylerin içsel motivasyonu ve güçlü iradesinin önemli olduğu görülmüştür.

Elde edilen bulgular, sigara kullanımını önlemeye ve bırakmaya yönelik müdahalelerin sosyal çevreyi, psikososyal faktörleri ve bireysel destek mekanizmalarını kapsayacak şekilde bütüncül bir yaklaşımla ele alınması gerektiğini ortaya koymaktadır. Adolesanlarda sigara bağımlılığını önlemek için okullarda eğitim programlarının oluşturulması, gençlerin olumlu arkadaş ilişkilerine ve sosyal aktivitelere yönlendirilmesi önemlidir. Bununla birlikte, ailelerin çocuklarına model olmaları, açık ve destekleyici bir iletişim kurmaları, çocuklarını yakından takip etmeleri ve onlara ilgi göstermeleri konusunda bilgilendirilmeleri önerilmektedir.

ARAŞTIRMANIN ETİK YÖNÜ

Bu araştırma, Hakkâri Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından onaylanmıştır (Oturum No: 2023/110, Tarih: 12.10.2023). Katılımcılara araştırmanın amacı açıklanmış, gizlilik ilkeleri çerçevesinde bilgilendirilmiş onamları alınmıştır.

YAZAR KATKI ORANI

Fikir/kavram: HS, ZKŞ; Tasarım: HS, ZKŞ; Veri toplama: MFP; Veri işleme: HS; Analiz ve/veya yorum: HS; Kaynak tarama: ZKŞ; Makalenin yazımı: HS, ZKŞ; Eleştirel inceleme: HS, ZKŞ, MFP.

ÇIKAR ÇATIŞMASI

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

FİNANSAL DESTEK

Herhangi bir kurum ya da kuruluştan destek alınmamıştır.

HAKEM DEĞERLENDİRMESİ

Dış bağımsız.

KAYNAKLAR

- Akkuş, D., Karaca, A., Şener, D. K., & Ankaralı, H. (2017). Lise öğrencileri arasında sigara ve alkol kullanma sıklığı ve etkileyen faktörler. *Anadolu Kliniği*, 22(1), 36-45.
- Alasqah, I., Mahmud, I., East, L., & Usher, K. (2019). A systematic review of the prevalence and risk factors of smoking among Saudi adolescents. *Saudi Medical Journal*, 40(9), 867.
- Amin, S., Dunn, A. G., & Laranjo, L. (2020). Social influence in the uptake and use of electronic cigarettes: a systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 58(1), 129-141.
- Arabshahi, A., Mohebi, S., & Gharlipour, Z. (2021). Perspectives and reasons for smoking tendency in youth. *Archives of Hygiene Sciences*, 10(3), 189-200.

- Aryaie, M., Sharifi, H., Khorrami, Z., Ardalan, G., Rajaei, L., Heydari, G., & Shahesmaeili, A. (2021). Prevalence of cigarette smoking in Iranian adolescents and young adults: a systematic review and meta-analysis. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 27(6), 612-628.
- Baltacı, A. (2018). Nitel araştırmalarda örnekleme yöntemleri ve örnek hacmi sorunsalı üzerine kavramsal bir inceleme. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1), 231-274.
- Becker, T. D., Arnold, M. K., Ro, V., Martin, L., & Rice, T. R. (2021). Systematic review of electronic cigarette use (vaping) and mental health comorbidity among adolescents and young adults. *Nicotine and Tobacco Research*, 23(3), 415-425.
- Bitar, S., Collonnaz, M., O'Loughlin, J., Kestens, Y., Ricci, L., Martini, H., Agrinier, N., & Minary, L. (2024). A Systematic Review of Qualitative Studies on Factors Associated With Smoking Cessation Among Adolescents and Young Adults. *Nicotine & tobacco research : official journal of the Society for Research on Nicotine and Tobacco*, 26(1), 2–11. <https://doi.org/10.1093/ntr/ntad167>
- Bold, K., Kong, G., Cavallo, D., Davis, D., Jackson, A., & Krishnan-Sarin, S. (2022). School-based E-cigarette cessation programs: What do youth want? *Addictive Behaviors*, 125, 107167.
- Creswell, J. W. (2016). *Nitel Araştırma Yöntemleri Beş Yaklaşımına Göre Nitel Araştırma ve Araştırma Deseni*. Siyasal Kitabevi.
- Dudok, R., & Piko, B. F. (2023). Multi-Level Protective Factors of Adolescent Smoking and Drinking. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(6), 932-947.
- Emekdar, G., Çıtıl, R., Önder, Y., Bulut, Y. E., Yaşayancan, Ö., Kazancı, N. Ö., Sömmezgöz, E., & Eğri, M. (2017). Tokat ili ortaokul ve lise öğrencilerinde sigara içme prevalansı ve etkileyen faktörler. *Çağdaş Tıp Dergisi*, 7(1), 58-66.

- Gupta, P. S., & Kalagher, K. M. (2021). Where there is (no) smoke, there is still fire: A review of trends, reasons for use, preferences and harm perceptions of adolescent and young adult electronic cigarette use. *Current Pediatrics Reports*, 9(3), 47-51.
- Jayes, L., Haslam, P. L., Gratziou, C. G., Powell, P., Britton, J., Vardavas, C., Jimenez-Ruiz, C., Leonardi-Bee, J., & Tobacco Control Committee of the European Respiratory Society (2016). SmokeHaz: Systematic Reviews and Meta-analyses of the Effects of Smoking on Respiratory Health. *Chest*, 150(1), 164–179. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2016.03.060>
- Kong, G., Bold, K. W., Cavallo, D. A., Davis, D. R., Jackson, A., & Krishnan-Sarin, S. (2021). Informing the development of adolescent e-cigarette cessation interventions: A qualitative study. *Addictive Behaviors*, 114, 106720.
- Kurliati, A. D., Kaluge, L., Indrawati, N., & Susanto, W. E. (2021). Smoking phenomenon among elementary children in Pasuruan–East Java. [Konferans sunum özeti]. 5th Asian Education Symposium.
- Liu, J., Gaiha, S. M., & Halpern-Felsher, B. (2020). A breath of knowledge: overview of current adolescent e-cigarette prevention and cessation programs. *Current Addiction Reports*, 7, 520-532.
- Ma, C., Xi, B., Li, Z., Wu, H., Zhao, M., Liang, Y., & Bovet, P. (2021). Prevalence and trends in tobacco use among adolescents aged 13–15 years in 143 countries, 1999–2018: findings from the Global Youth Tobacco Surveys. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 5(4), 245-255.
- Makadia, L. D., Roper, P. J., Andrews, J. O., & Tingen, M. S. (2017). Tobacco use and smoke exposure in children: new trends, harm, and strategies to improve health outcomes. *Current Allergy and Asthma Reports*, 17, 1-15.

- McConnell, R., Barrington-Trimis, J. L., Wang, K., Urman, R., Hong, H., Unger, J., Samet, J., Leventhal, A., & Berhane, K. (2017). Electronic Cigarette Use and Respiratory Symptoms in Adolescents. *American journal of respiratory and critical care medicine*, 195(8), 1043–1049. <https://doi.org/10.1164/rccm.201604-0804OC>
- Mete, B., Söyler, V., & Pehlivan, E. (2020). Adölesanlarda sigara içme ve madde kullanma prevalansı. *Bağımlılık Dergisi*, 21(1), 64-71.
- Meza, R., Jimenez-Mendoza, E., & Levy, D. T. (2020). Trends in tobacco use among adolescents by grade, sex, and race, 1991-2019. *JAMA Network Open*, 3(12), e2027465-e2027465.
- Mills, R., Mann, M. J., Smith, M. L., & Kristjansson, A. L. (2021). Parental support and monitoring as associated with adolescent alcohol and tobacco use by gender and age. *BMC Public Health*, 21, 1-10.
- Morrow, R., Rodriguez, A., & King, N. (2015). Colaizzi's descriptive phenomenological method. *The Psychologist*, 28(8), 643-644. <https://doi.org/10.1016/j.jcin.2015.03.004>
- Mozun, R., Ardura-Garcia, C., de Jong, C. C. M., Goutaki, M., Usemann, J., Singer, F., Latzin, P., Kuehni, C. E., & Moeller, A. (2020). Cigarette, shisha, and electronic smoking and respiratory symptoms in Swiss children: The LUIS study. *Pediatric Pulmonology*, 55(10), 2806–2815. <https://doi.org/10.1002/ppul.24985>
- Özcan, A., Öztürk, G. K., Özdil, K., & Kaya, Ş.Ş. (2016). Lise öğrencileri arasında sigara, alkol ve madde kullanım sıklığı: Nevşehir örneği. *Bağımlılık Dergisi*, 17(4), 164-171.
- Özlü, K., Kırbaş, Ş., Akça, F., Gül, İ., & Uzun, M. (2017). Adölesanların sigara içme alışkanlık düzeyleri ve bunu etkileyen faktörlerin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 20-32.

- Ranaei, V., Abasi, H., Peyambari, M., Alizadeh, L., & Pilevar, Z. (2022). Factors affecting cigarette smoking in adolescents: A systematic review. *Tobacco and Health*, 1(3), 138-145.
- Riyanto, R., Ariani, N. P., Farida, I., Nuraeni, A., & Salmid, A. (2023). Stress management intervention could reduce the adolescent smoking behavior. *International Journal of Health Sciences*, 7(S1), 1527-1538.
- Sanjaya, I. P. A., & Astuti, K. (2024). The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy Using Cognitive Restructuring Techniques in Group Settings to Reduce Smoking Behavior in Adolescents. *Buletin Konseling Inovatif*, 4(3), 175-181.
- Sapru, S., Vardhan, M., Li, Q., Guo, Y., Li, X., & Saxena, D. (2020). E-cigarettes use in the United States: reasons for use, perceptions, and effects on health. *BMC Public Health*, 20, 1-10.
- Smith, M. A. (2021). Social learning and addiction. *Behavioural Brain Research*, 398, 112954.
- Taşdemir, Z. A. (2016). Tütün Ürünleri. *Güncel Göğüs Hastalıkları Serisi*, 4(1), 27-31.
- Urrutia-Pereira, M., Oliano, V. J., Aranda, C. S., Mallol, J., & Solé, D. (2017). Prevalence and factors associated with smoking among adolescents. *Jornal de Pediatria*, 93(3), 230-237.
- Wagoner, K. G., King, J. L., Alexander, A., Tripp, H. L., & Sutfin, E. L. (2021). Adolescent use and perceptions of JUUL and other pod-style e-cigarettes: A qualitative study to inform prevention. *International Journal of Environmental Research And Public Health*, 18(9), 4843.
- WHO. (2023). WHO study group on tobacco product regulation. *Report on the scientific basis of tobacco product regulation: ninth report of a WHO study group* (WHO Technical Report Series, No. 1047).

Yazdi-Feyzabadi, V., Mehrolhassani, M. H., Zolala, F., Haghdooost, A., & Oroomiei, N. (2019).

Determinants of risky sexual practice, drug abuse and alcohol consumption in adolescents in Iran: a systematic literature review. *Reproductive Health*, 16, 1-10.

Yeşilay. (2024). *Sigarayı bırakmak için nereden destek alabilirim? Tedavi merkezlerine nasıl ulaşabilirim?* <https://www.yesilay.org.tr/tr>