



ORİJİNAL MAKALE / ORIGINAL ARTICLE

İstanbul Esenyurt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi / IESUN Sağ Bil Derg
Istanbul Esenyurt University Journal of Health Sciences / IESUN Health Sci J
ISSN: 3023-5049- e ISSN: 0000-0000

Doi: <https://doi.org/>



ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KALINAN YERİN SAĞLIK DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

Emine AYTİŞ¹

^{1.} İstanbul Esenyurt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon, İstanbul, Türkiye.

Geliş Tarihi / Received: 28.04.2025, Kabul Tarihi / Accepted: 25.08.2025

ABSTRACT

Aim: The aim of this research is to examine the effects of the place of residence on nutrition, smoking and alcohol consumption habits of Istanbul Esenyurt University students in order to develop their awareness and positively develop health behaviors that will affect their lifelong health.

Materials and Methods: In the study, 799 volunteer students studying in different departments of Istanbul Esenyurt University filled out and signed the prepared data collection forms face to face. The data collection form includes the Nicotine Dependence Test (Fagerström), Alcohol Use Scale (Cage) and demographic information of the students. The students' residence status was accepted as stated in the consent form, and their Body Mass Index was calculated according to the height and weight values stated in the data collection form.

Results: In the statistical results of the study, the smoking habits of the participants living alone at home or in the dormitory were found to be higher than the other participants ($p<0.01$), while the residence status did not affect the weight and alcohol consumption habits ($p>0.05$).

Conclusion: Since students who are separated from their families have negative health behaviors due to their feeling of loneliness, the places where students stay should be environments that can develop their sense of belonging. In addition, policies should be developed to increase students' awareness of this issue with balanced nutrition and physical activities, and free sports activities should be organized in universities by encouraging the participation of all students. In order to prevent smoking and alcohol use, these issues should be addressed further through education programs and strong legal controls should be provided.

Keywords: University Students, Place of Residence, Body Mass Index, Smoking Habit, Alcohol Consumption Habit.

THE EFFECT OF PLACE OF ACCOMMODATION ON HEALTH BEHAVIORS OF UNIVERSITY STUDENTS

ÖZ

Amaç: İstanbul Esenyurt Üniversitesi öğrencilerinin farkındalıklarını geliştirerek ömür boyu sağlıklarını etkileyecek sağlık davranışlarının olumlu yönde gelişmesi için ikamet ettikleri yerin beslenme ve sigara ile alkolü içki kullanma alışkanlıkları üstüne olan etkilerini incelemek bu araştırmanın amacıdır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmada İstanbul Esenyurt Üniversitesinin değişik bölümlerinde eğitim öğretim gören gönüllü 799 öğrenciye, hazırlanmış olan veri toplama formları, yüz yüze doldurtulup imzalatıldı. Araştırmanın bitiminde, veri toplama formları incelenerek ölçek sonuçları değerlendirildi. Veri toplama formunun içeriğinde Nikotin Bağımlılık Testi (Fagerström), Alkolü İçki Kullanma Ölçeği (Cage) ve öğrencilerin demografik bilgileri mevcuttur. Öğrencilerin ikamet durumları olur formunda belirttikleri gibi kabul edilerek, Vücut Kitle İndeksleri, veri toplama formunda belirttikleri boy ve kilo değerlerine göre hesaplandı.

Bulgular: Araştırmanın istatistiksel sonuçlarında, evde tek başına veya yurttan yaşayan katılımcıların sigara kullanma alışkanlıkları, diğer katılımcılara göre yüksek bulunurken ($p<0,01$), ikamet durumunun kilo ve alkol kullanma alışkanlığını etkilemediği görüldü ($p>0,05$).

Sonuç: Ailelerinden ayrı kalan öğrencilerin yalnızlık hissi nedeniyle sağlık davranışlarının olumsuz etkilenmesi yüzünden öğrencilerin kaldıkları yerlerin ait olma duygularını geliştirebilecek ortamlar olması gerekmektedir ayrıca öğrencilerin dengeli beslenme ve fiziksel aktiviteleri ile bu konudaki farkındalıklarını artırıcı politikalar geliştirilmeli, üniversitelerde tüm öğrencilerin katılımı teşvik edilerek ücretsiz spor faaliyetleri düzenlenmelidir. Sigara ve alkol kullanımının engellenmesi içinde bu konuların eğitim programlarıyla daha fazla ele alınarak güçlü yasal denetimlerin sağlanması gereklidir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite Öğrencileri, Kalınan Yer, Vücut Kitle İndeksi, Sigara Kullanma Alışkanlığı, Alkol Kullanma Alışkanlığı.

Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Emine AYTİŞ. İstanbul Esenyurt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon, İstanbul, Türkiye.

E-mail: emineaytis@esenyurt.edu.tr

GİRİŞ

Çocukluk çağından yetişkinliğe geçme sürecinin ilk aşaması olan üniversite dönemi, öğrencilerin kişiliklerinin oluştuğu, yaşam sürecinin en dinamik olduğu, psikolojik, fiziksel ve sosyal gelişimin tamamlanarak yaşama şekil verilen bir dönemdir ve üniversite çağındaki gençler, çevrenin de etkisiyle, yaşam boyu sağlıklarını etkileyecek, sağlıklı ya da kötü yaşam biçimi alışkanlıklarını kazandıkları için çocukluk ve gençlik çağları bireyin hayatında önemli bir yere sahiptir (Kahraman, 2018; Bailey, Sharma, Economos, Hennessy, Simon, Hatfield, 2020). Özellikle farklı şehirlerde üniversite tercih eden öğrenciler, üniversite eğitimiyle birlikte, alıştıkları aile ortamından ayrılarak yani mevcut sosyal ağlarından koparak, farklı yaşta, farklı kültürde yetişmiş birçok insanla iletişim kurmak, ekonomik zorluklar yaşamak ve çevreleriyle uyumlu olmak zorunda kalırlar bu durum onların dış etkenlerden, tehlikelerden daha çabuk etkilenecek farklı olumsuz sağlık davranışları sergilemelerine ve streslerinin artarak psikolojik yönden olumsuz etkilenmelerine neden olur oysa Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), fiziksel ve ruhsal sağlığı etkileyen, alkol ve tütün kullanımı veya aşırı yeme, tıbbi rejimlere uymama gibi sağlıksız davranışların değiştirilerek sağlıklı yaşam tarzı davranışlarının artırılmasını 21. Yüzyılın hedefleri içine almıştır (Kahraman, 2018; Brown& Murphy, 2020; Dizaj& Khanghahi, 2022; Koltarla, 2008; Ramon-Arbués, Echániz-Serrano, Martínez-Abadía, Antón-Solanas, Cobos-Rincon, Santolalla-Arnedo, Juárez-Vela, Jerue., 2022; Seo, Ahn, Laura, Hayman, Kim, 2018; Musaoğlu, 2008; Schuman-Olivier, Trombka, Lovas, Brewer, Judson, Vago, Gawande, Dunne, Lazar, Loucks, Fulwiler, 2020). Bu yüzden, İstanbul Esenyurt Üniversitesi öğrencilerinin farkındalıklarını geliştirerek ömür boyu sağlıklarını etkileyecek sağlık davranışlarının olumlu yönde gelişmesi için, ikamet ettikleri yerin beslenme ve sigara ile alkolü içki kullanma alışkanlıkları üstüne olan etkilerini incelemek bu araştırmanın amacıdır.

MATERYAL VE METOT

Araştırmada 2024-2025 akademik eğitim öğretim yılı bahar döneminde, İstanbul Esenyurt Üniversitesinin değişik bölümlerinde eğitim öğretim gören gönüllü 799 öğrenciye, hazırlanmış olan veri toplama formları, yüz yüze doldurtulup imzalatıldı. Veri toplama formunun içeriğinde bulunan, Nikotin Bağımlılık Testi (Fagerström) Uysal ve arkadaşları, Alkolü İçki Kullanma Ölçeğinin (Cage) Saatçioğlu ve arkadaşları tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış, yapılan çalışmaların sonuçları da bu ölçeklerin geçerli ve güvenilir olduğunu ve araştırmalarda kullanılabileceğini göstermektedir. Öğrencilerin ikamet durumları olur formunda belirttikleri gibi kabul edilerek, Vücut Kitle İndeksleri, veri toplama formunda belirttikleri boy ve kilo değerlerine göre hesaplandı. Araştırmanın bitiminde, veri toplama formları incelenerek ölçek sonuçları değerlendirildi.

Araştırmada öğrencilerden biyolojik materyal alınmayıp sadece anket çalışması yapıldı. Araştırmadaki katılımcıların kimlikleri belirsiz ve katılımcıların kişilik hakları ile özel bilgileri korunmaktadır. Araştırma verileri güvenli olan bir yerde kilitli dolap içinde saklanmakta ve araştırmacı dışındaki kişilerin erişimine açık değildir. 18 yaşın altında öğrenci yoktur. Araştırma için İstanbul Esenyurt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanlığından izin alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Kategorik değişkenlere ilişkin frekans ve dağılım tablosu

		n	%
Cinsiyet	Erkek	362	45,3
	Kız	437	54,7
İkamet Durumu	Ailesiyle	490	61,3
	Arkadaşlarıyla	117	14,6
	Evde tek başına	31	3,9
	Yurtta	161	20,2
VKİ	Obez	16	2,1
	Yüksek kilolu	102	13,2
	Normal	551	71,4
	Düşük kilolu	103	13,3
Sigara Alışkanlıkları	Hiç içmemiş	586	73,3
	Çok az bağımlı	41	5,1
	Az bağımlı	85	10,6
	Orta derecede bağımlı	44	5,5
	Yüksek derecede bağımlı	31	3,9
	Çok yüksek derecede bağımlı	12	1,5
Alkol Kullanma Alışkanlığı	Hiç kullanmamış	708	88,6
	Az alkol bağımlısı	46	5,8
	Alkol bağımlısı	45	5,6

Katılımcıların %45,3'ü erkek, %54,7'si kızdır. Katılımcıların %61,3'ü ailesiyle, %14,6'sı arkadaşlarıyla ve %20,2'si yurtta ikamet ettiklerini belirtirken %3,9'u evde tek başına yaşadıklarını ifade etmişlerdir.

Katılımcıların %2,1'i obez, %13,2'si yüksek kilolu, %71,4'ü normal ve %13,3'ü düşük kiloludur. Katılımcıların %73,3'ü hiç sigara içmediklerini belirtirken, %5,1'i çok az bağımlı, %10,6'sı az bağımlı, %5,5'i orta derecede bağımlı, %3,9'u yüksek derecede bağımlı ve %1,5'i çok yüksek derecede bağımlıdır. Katılımcıların %88,6'sı hiç alkol kullanmadıklarını belirtirken, %5,8'i az alkol bağımlısı ve %5,6'sı alkol bağımlısıdır.

Tablo 2. “İkamet Durumu” ve “Sigara Alışkanlıkları” değişkenleri arasındaki ilişkiye ait Ki-kare testi sonuçları

Sigara Alışkanlıkları	İkamet Durumu				Top lam	Ki-kare	p
	Aile siyle	Arkadaş larıyla	Ev de tek baş ına	Yur tta			
n	369	76	13	128	586	Monte	0,001*

Hiç içme miş	% Satır	63,0 %	13,0%	2,2 %	21, 8%	100, 0%	Ca rlo
	% Süt un	75,3 %	65,0%	41, 9%	79, 5%	73,3 %	
Çok az bağı mlı	n	20	12	4	5	41	
	% Satır	48,8 %	29,3%	9,8 %	12, 2%	100, 0%	
	% Süt un	4,1%	10,3%	12, 9%	3,1 %	5,1 %	
	n	59	8	5	13	85	
Az bağı mlı	% Satır	69,4 %	9,4%	5,9 %	15, 3%	100, 0%	
	% Süt un	12,0 %	6,8%	16, 1%	8,1 %	10,6 %	
Orta dere cede bağı mlı	n	15	15	4	10	44	
	% Satır	34,1 %	34,1%	9,1 %	22, 7%	100, 0%	
	% Süt un	3,1%	12,8%	12, 9%	6,2 %	5,5 %	
	n	21	4	4	2	31	
Yük sek dere cede bağı mlı	% Satır	67,7 %	12,9%	12, 9%	6,5 %	100, 0%	
	% Süt un	4,3%	3,4%	12, 9%	1,2 %	3,9 %	
Çok yük s ek dere cede bağı mlı	n	6	2	1	3	12	
	% Satır	50,0 %	16,7%	8,3 %	25, 0%	100, 0%	
	% Süt un	1,2%	1,7%	3,2 %	1,9 %	1,5 %	

Katılımcıların “İkamet Durumları” ve “Sigara Alışkanlıkları” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p<0,01$). Evde tek başına veya yurttta yaşayan katılımcılar arasında çok yüksek derecede bağımlı olanların oranı istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 3. “İkamet Durumu” ve “Alkol Kullanma Alışkanlığı” değişkenleri arasındaki ilişkiye ait Ki-kare testi sonuçları

Alkol Kullanma Alışkanlığı		İkamet Durumu				Top lam	Ki - ka re	p
		Aile siyle	Arkada şlarıyla	Ev de tek baş ma	Yur tta			
Hiç kullan mamış	n	433	104	24	14 7	708	6,4 24	0,3 67
	% Satır	61,2 %	14,7%	3,4 %	20, 8%	100, 0%		

TARTIŞMA

	% Süt un	88,4 %	88,9%	77, 4%	91, 3%	88,6 %		
Az alkol bağı mlı	n	27	6	4	9	46		
	% Satır	58,7 %	13,0%	8,7 %	19, 6%	100, 0%		
	% Süt un	5,5 %	5,1%	12, 9%	5,6 %	5,8 %		
	n	30	7	3	5	45		
Alkol bağı mlı	% Satır	66,7 %	15,6%	6,7 %	11, 1%	100, 0%		
	n	433	104	24	14 7	708		

Katılımcıların “İkamet Durumları” ve “Alkol Kullanma Alışkanlıkları” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 4. “İkamet Durumu” ve “VKİ” değişkenleri arasındaki ilişkiye ait Ki-kare testi sonuçları

VKİ		İkamet Durumu				Topl am	Ki- kar e	p
		Ailes iyle	Arkada şlarıyla	Ev de tek baş ma	Yur tta			
Obe z	n	9	2	2	3	16		
	% Satır	56,3 %	12,5%	12, 5%	18, 8%	100, 0%		
	% Süt un	1,9%	1,8%	7,1 %	1,9 %	2,1 %		
	n	59	18	7	18	102		
Yük sek kilo lu	% Satır	57,8 %	17,6%	6,9 %	17, 6%	100, 0%		
	% Süt un	12,5 %	15,9%	25, 0%	11, 3%	13,2 %		
Nor mal	n	340	80	17	114	551		
	% Satır	61,7 %	14,5%	3,1 %	20, 7%	100, 0%		
	% Süt un	72,2 %	70,8%	60, 7%	71, 3%	71,4 %		
	n	63	13	2	25	103		
Düş ük kilo lu	% Satır	61,2 %	12,6%	1,9 %	24, 3%	100, 0%		
	% Süt un	13,4 %	11,5%	7,1 %	15, 6%	13,3 %		

Katılımcıların “İkamet Durumları” ve “VKİ” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Katılımcıların “İkamet Durumları” ve “Sigara Alışkanlıkları” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir

ilişki bulunmaktadır ($p < 0,01$). Evde tek başına veya yurttan yaşayan katılımcılar arasında çok yüksek derecede bağımlı olanların oranı istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksektir (Tablo 2.). Öğrencilerin üniversite eğitimiyle birlikte, alıştıkları aile ortamından ayrılmaları yani mevcut sosyal ağlarından kopmaları streslerini artırır ve artmış stresin sigara kullanımında güçlü, belirleyici bir etkisi vardır (Kahraman, 2018; Brown ve ark., 2020; Dizaaj ve ark., 2022; Sarısoy, 2020). Bu sonuç diğer araştırmaların sonuçları ile uyumaktadır.

Araştırmada katılımcıların “İkamet Durumları” ile “Alkol Kullanma Alışkanlıkları” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > 0,05$), (Tablo 3.). Alkol kullanımı stresle ilişkilendirilse de ikamet, okul ve iş durumlarının alkol kullanımı üzerine etkileri yeterince incelenmemiştir (Martin, Benca-Bachman, Palmer, 2021; Simons-Morton, Haynie, Liu, Chaurasia, Li, Hingson, 2016; Russell, Almeida, Maggs, 2017). Kişinin, cinsiyet, aile yapısı, ebeveyn eğitimi, ırk/etnik köken, akademik başarı, ebeveyn ile akran baskıları gibi, bireysel özelliklerinin, sosyal ve çevre özelliklerinin de alkol kullanımı üzerinde etkileri vardır (Mekonen, Fekadu, Chane, Bitew, 2017; Simons-Morton ve ark., 2016; Russell ve ark., 2017).

Araştırmanın sonucunda, katılımcıların “İkamet Durumları” ve “VKİ” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > 0,05$), (Tablo 4.). Üniversite döneminde, gençlerin hayatında, yeme içme tercihlerinin de dahil olduğu birçok konuda kendi kararlarını kendileri verebilme, yurttan kalıp, başkalarıyla yemek pişirmeyi paylaşma gibi nedenlerle yalnızlık, kaygı, düşük aidiyet duygusu ve depresyon hissederek beslenme alışkanlıkları düzensiz ve sağlıksız hale gelip, fazla kilolu veya obez olabilirler fakat beslenme alışkanlıklarını sadece yaşadıkları yer etkilemez, fiziksel aktivite, alkol ve sigara kullanımı ile pek çok sosyal, çevresel ve psikolojik faktör etkileyebilir (Kahraman, 2018; Worsley, Harrison, Corcoran, 2021; Ganasegeran, Al-Dubai, Kureshi, Al-Abad, Rizal, Aljunid, 2012; İsmail, Osaili, Mohamad, Hashim, Stojanovska, Daour, Nader, Alrayis, Alzaabi, Elbarag, Binkhadim, Jarrar, Dhaheri, Hasan, 2022).

SONUÇ

Diğer araştırmaların sonuçları öğrencilerin kaldıkları yerlerin, diğer öğrencilerle ortak alanları kullanmama durumlarına, yalnızlık ve rahatsızlık hissetmelerine sebep olduğu bu durumda öğrencilerin, beslenme ile alkol ve sigara kullanma alışkanlıklarını olumsuz etkileyebileceğini belirtmektedir bu yüzden öğrencilerin kaldıkları yeni evlerinde ilişkisel refahın göz önünde bulundurulması, topluluk uyumunun teşvik edilmesi, ait olma duygusunun geliştirilmesi gerekmektedir ayrıca öğrencilerin dengeli beslenme ve fiziksel aktiviteleri ile bu konudaki farkındalıklarını artırıcı politikalar geliştirilmeli, üniversitelerde tüm öğrencilerin katılımı

teşvik edilerek ücretsiz spor faaliyetleri düzenlenmelidir, sigara ve alkol kullanımının engellenmesi içinde bu konuların eğitim programlarıyla daha fazla ele alınarak güçlü yasal denetimlerin sağlanması gereklidir (Worsley ve ark., 2021; Sarıbaş, 2018; Mekonen ve ark., 2017; Çelik, Kadakal, Sarar, Özdemir, Saraç, 2021; Kahraman, 2018).

Teşekkür

Yazar, bu çalışmaya katkıda bulunan herkese içten teşekkürlerini sunar.

Çıkar Çatışması

Yazar, bu makalenin araştırması, yazarlığı ve/veya yayınlanmasıyla ilgili herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

Yazar Katkıları

Plan, tasarım: Dr. Öğr. Üyesi Emine AYTİŞ

Materyal, yöntemler ve veri toplama: Dr. Öğr. Üyesi Emine AYTİŞ

Veri analizi ve yorumlar: Dr. Öğr. Üyesi Emine AYTİŞ

Yazım ve düzeltmeler: Dr. Öğr. Üyesi Emine AYTİŞ

Fon Bilgileri

Yazar bu makalenin araştırması, yazarlığı ve/veya yayınlanması için herhangi bir finansal destek almamıştır.

KAYNAKÇA

- Bailey C. P., Sharma S., Economos C.D., Hennessy E., Simon C., Hatfield P. D., (2020), Üniversite kampüslerinin öğrenci ağırlığı ve ilgili davranışlar üzerindeki etkisi: Gözlemsel ve müdahale araştırmalarının gözden geçirilmesi, *Obes Bilim Uygulaması*, 6(6), 694–707, doi: 10.1002/osp4.445.
- Brown R. & Simon Murphy S., (2020), Yeni yatılı üniversite öğrencileri için alkol ve sosyal bağımlılık: alkolün verdiği zararın azaltılmasına yönelik çıkarımlar, *İleri ve Yüksek Öğrenim Dergisi*, Cilt 44, Sayı 2, Sayfalar 216-230, <https://doi.org/10.1080/0309877X.2018.1527024>.
- Çelik Ö., Kadakal F., Sarar E., Özdemir E., Saraç S., (2021), Meslek yüksekokulu öğrencilerinin sigara alışkanlıkları, ilgili etmenler ve sigara konusundaki bilgi düzeyleri, 542-553, <https://doi.org/10.31832/smj.884821>.
- Dizaaj D. M. R. & Khanghahi T. H., (2022), Öğrencilerin konaklama tercihleri: Mohaghegh Ardabili Üniversitesi yurtları örnek olay incelemesi, *Asya Mimarlık ve Yapı Mühendisliği Dergisi- Mimari Planlama ve Tasarım*, Cilt: 21, Sayı: 4, Sayfalar 1348-1363, <https://doi.org/10.1080/13467581.2021.1941987>.
- Ganasegeran K., Al-Dubai S. A., Kureshi M. A., Al-abad A. A., Rizal A. M., Aljunid S. M., (2012), Malezyalı bir tıp fakültesindeki üniversite öğrencileri arasında yeme alışkanlıklarını etkileyen sosyal ve psikolojik

- faktörler: kesitsel bir çalışma, *Besin J.*, 11, 48, doi: 10.1186/1475-2891-11-48.
- İsmail L. C., Osaili T. M., Mohamad M. N., Hashim M., Stojanovska L., Daour R. A., Nader D., Alrayis H., Alzaabi N. S., Elbarag L., Binkhadim S., Jarrar A. H., Dhaheri A. A. S., Hasan H., (2022), Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarını etkileyen psikososyal faktörler: Kesitsel bir çalışma, *Heliyon*, 22, 8(6), e09768, doi: 10.1016/j.heliyon.2022.e09768.
- Kahraman Ç., (2018), Üniversite öğrencilerinde beslenme alışkanlıkları ve obezite riski, Yüksek Lisans Tezi, Namık Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sağlık Yönetimi Anabilim Dalı Tekirdağ.
- Koltarla S., (2008), Taksim eğitim ve araştırma hastanesi sağlık personelinin yaşam kalitesinin araştırılması, (Uzmanlık Tezi), İstanbul.
- Martin K. P., Benca-Bachman C. E., Palmer R. HC., (2021), Üniversiteye başlayan öğrenciler arasında alkol kullanımı/yanlış kullanım riski: Kişilik ve stresin rolü, *Bağımlı Davranış Temsilcisi*, 13,100330, doi: 10.1016/j.abrep.2020.100330.
- Mekonen T., Fekadu W., Chane T., Bitew S., (2017), Üniversite öğrencilerinde sorunlu alkol kullanımı, *Ön Psikiyatri*, 8(86), doi: 10.3389/fpsyt.2017.00086.
- Musaoğlu Z., (2008), Trakya Üniversitesi Öğretim Elemanlarının Sağlıkla İlişkili Yaşam Kalitesi, (Uzmanlık Tezi), Edirne.
- Ramón-Arbués E., Echániz-Serrano E., Martínez-Abadía B., Antón-Solanas I., Cobos-Rincon A., Santolalla-Arnedo I., Juárez-Vela R., Jerue V. A., (2022), Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesinin Yordayıcıları: Kesitsel Bir Çalışma, *Uluslararası J. Çevre. Res. Halk Sağlığı*, 19 (19), 12043; <https://doi.org/10.3390/ijerph191912043>.
- Russell M. A., Almeida D. M., Maggs J. L., (2017), Üniversite öğrencilerinde stres kaynaklı içki içme ve gelecekte yaşanabilecek alkol sorunları, *Psikol. Bağımlı Davranış*, 31(6), 676–687, doi: 10.1037/adb0000303.
- Saatcioğlu O., Evren C., Çakmak D., (2002), Alkol Kullanımı Bozuklukları Tanıma Testinin geçerliği ve güvenilirliği, *Türkiye'de Psikiyatri*, 4(2–3), 107–113.
- Sarısoy A. N., (2020), Üniversite öğrencilerinin sigara bağımlılıklarının nitel araştırma yöntemi ile incelenmesi: Karabük Üniversitesi Örneği, *Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi*, 2(3), 636-644, DOI: 10.33712/mana.594418
- Sarısoy A. N., (2020), Üniversite öğrencilerinin Sigara Bağımlılıklarının Nitel Araştırma Yöntemi ile İncelenmesi: Karabük Üniversitesi Örneği, *Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi*, 2(3), 636-644, DOI: 10.33712/mana.594418.
- Schuman-Olivier Z., Trombka M., Lovas D., Brewer J., Judson A., Vago D., Gawande R., Dunne J., Lazar S., Loucks E., Fulwiler C., (2020), Dikkat ve Davranış Değişikliği, *Harvard Psikiyatri Dergisi*, 28(6), s 371-394, DOI: 10.1097/HRP.0000000000000277.
- Seo E. J., Ahn J., Laura L., Hayman L. L., Kim J. C., (2018), Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Stres ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki: Depresif Belirtiler ile Sağlığı Geliştirici Davranışların Paralel Aracılık Rolü, *Asya Hemşireliği Araştırması*, Cilt 12, Sayı 3, Sayfa 190-196, <https://doi.org/10.1016/j.anr.2018.08.001>.
- Simons-Morton B., Haynie D., Liu D., Chaurasia A., Li K., Hingson R., (2016), İkamet, Okul Durumu, Çalışma Durumu ve Sosyal Etkinin Beliren Yetişkinlerde Alkol Kullanımı Yaygınlığına Etkisi, *J Stud Alkol Uyuşturucuları*, 77(1), 121–132, doi:10.15288/jsad.2016.77.121.
- Uysal M. A., Kadakal F., Karşıdağ C., Bayram N.G., Uysal O., Yılmaz V., (2004), Fagerström test for nicotine dependence:reliability in a Turkish sample and factor analysis, *Tüberk Toraks*, 52, 115-121.
- Worsley J., Harrison P., Corcoran R., (2021), Birleşik Krallık'ta konaklama ortamları ve öğrenci ruh sağlığı, *Ruh Sağlığı Dergisi*, 32(1),1-8, DOI: 10.1080/09638237.2021.1922648.