|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Sigara ve Alkol Kullanımının Üniversite Öğrencilerinin Notları Üzerindeki Etkisi** | | | |
|  | | | |
| **İlhan Korkmaz1, Durmuş Ağzıküçük2, Ahmet Batuhan Yiğit3, Ahmet Refah Torun\*4** | | | |
| *1Adana Alparslan Türkeş Bilim ve Teknoloji Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi, Bilgisayar Mühendisliği Bölümü, Adana* | | | |
| *2Adana Anadolu Lisesi, Adana* | | | |
| *3Adana Alparslan Türkeş Bilim ve Teknoloji Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi, Malzeme Mühendisliği Bölümü, Adana* | | | |
| *4Adana Alparslan Türkeş Bilim ve Teknoloji Üniversitesi, Havacılık ve Uzay Bilimleri Fakültesi, Havacılık ve Uzay Mühendisliği Bölümü, Adana* | | | |
|  |  |  |  |
|  | | | |
| **Özet** | | | |
| Sigara ve alkol kullanımının bilişsel süreçlere olan olumsuz etkisi literatürde kanıtlanmıştır. Bu çalışma kapsamında Adana ili ve çevresindeki üniversite öğrencilerinin sigara ve alkol kullanımı ile ailenin maddi durumunu gözeterek not ortalamalarına etkisi araştırılmıştır. Hazırlanan internet tabanlı anket çalışması için katılımcılar öğrenci grupları üzerinden davet edilmiştir. Toplamda 89 kişi anketi doldurmuştur ve bunlardan 76 tanesi eksiksiz ve anlamlı olduğu için değerlendirmeye alınmıştır. Sigara kullanım sıklığının not ortalamalarında düşme eğilimine yol açtığı gözlenmekle birlikte istatistiksel olarak anlamlı sınır içerisinde değildir. Alkol kullanımının istatistiksel olarak olumlu veya olumsuz bir etkisi örneklem kapsamında gözlemlenmemiştir. Katılımcıların demografik yapısı açısından kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre ve düşük gelirli aileden gelenlerin yüksek gelirli aileden gelenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek not ortalamalarına sahip oldukları gözlemlenmiştir.  **Anahtar Kelimeler:** Alkol kullanımı, Bağımlılık, Sigara kullanımı, Üniversite eğitimi  \*4Sorumlu yazar (Corresponding author): Ahmet Refah Torun, [artorun@atu.edu.tr](mailto:artorun@atu.edu.tr)  **Effect of Smoking and Alcohol Consumption on the Grades of University Students**  **Abstract**  The adverse effects of smoking and alcohol on the cognitive processes have taken place in the literature. Within the scope of this study, the effect of smoking, alcohol and the financial level of the families of university students on their grades were analyzed by considering the students in and around the city of Adana. Participants were invited to attend the online survey via student groups. In total 89 students attended the survey and 76 of them were taken into consideration due to the completeness and meaningfulness of the answers. Although there is a negative tendency of smoking frequency on the grades, the correlation is not statistically meaningful. There is no provable positive or negative relation between the grades and the alcohol consumption. Female students have statistically meaningful higher grades than male students and the students from lower financial status have higher grades than the students from higher financial status.  Keywords**:** Addiction, Alcohol consumption, Smoking, University education | | | |
|  | | | |
|  | | | |
|  | | | |
|  | | | |

**1. Giriş**

Sigara ve alkol tüketimi insan sağlığı için ciddi sorunlara yol açmaktadır. Sigara tüketiminin solunum yolları hastalıklarına, akciğer kanserine vb. hastalıklara sebep olduğu ve fazla alkol tüketiminin ise karaciğere zarar verdiği kanıtlanmıştır. Yasal olarak erişilebilmelerinden dolayı geniş kiteleler tarafaından aşırı kullanılmaları ve bağımlılık haline getirilmeleri de kolaylıkla vuku bulmaktadır. Bedensel sağlığa olan zararlarının yanında sigara ve alkol kullanımının bilişsel açıdan insanları olumsuz etkilediğini gösteren çalışmalar da literatürde yayınlanmıştır.

Sigaranın içerisindeki bağımlılık maddesi nikotin olmakla birlikte, vücuda zararlı ve kanserojen etki yapan arsenic dahil başka kimyasallar da sigara içenlerin ve yanında bulunanların solunum yollarına nüfuz etmektedir. Sigaranın kan damarlarını daraltan etkisi ile yüksek tansiyon, hızlı kalp atışı ve felç tetiklenebilmektedir. Alkol içildiğinde ise nöronların bilgi aktarım hızının yavaşlaması neticesinde rehavet, uyku hali ve baş dönmesine yol açmaktadır. Alkol alan kişilerde dikkat bozuklu sıkça gözlenmektedir.

Yapılan araştırmalara göre sigara içmek ve tütün dumanı davranış problemlerinde, özellikle dikkat ve hiperaktivitede açıkların artmasıyla ilişkilidir. Ayrıca nikotin yoksunluğu, özellikle daha önce depresyon öyküsü olanlarda, depresif semptomlara yol açabilmektedir [1, 2].

Breslau, Kilbey ve Andreski de benzer sonuçlar bildirmiş ve bir kişinin bağımlılığının ciddiyetinin nikotin bağımlılığı ile majör depresyon oranları arasındaki ilişkinin büyüklüğünü öngördüğü sonucuna varılmıştır. Bilişsel performansın düştüğü ve aynı zamanda anksiyete bozukluğu gözlenme ihtimalinin arttığı raporlanmıştır [3].

Newhouse ve Hughes olası bir açıklama olarak, sigaranın kandaki bazı antidepresanların seviyelerini düşürmekten sorumlu olabileceğine dair kanıtlar sunmuşlardır. Eğer bu doğruysa, depresyon için farmakolojik olarak tedavi edilen nikotin bağımlı bir kişinin, dahil olan kimyasalların karşı koyduğu doğaya bağlı olarak, semptom hafiflemesi yaşama olasılığı daha düşük olacaktır [1].

Nikotinin ayrıca kolinerjik sistemi etkilediği ve dikkat ve hafıza gibi bilişsel süreçleri, özellikle de duyusal ve motor aktiviteleri değiştirdiği bilinmektedir. Olası etkileri bilişsel yük seviyelerine bağlı olarak değişmektedir. Nikotin’in ön lob ve dikkat ağı üzerindeki etkileri, bu bölgelerdeki kaynakları kullanan zamana dayalı prospektif bellekle ilgili olabilir. Prospektif hafıza ile ilgili beyin bölgelerinin ve yapılarının, kronik sigaradan olumsuz etkilendiği bilinmektedir [4].

Sigara içilen evlerde çocukların gelişimi özellikle önemlidir, çünkü sigara içmenin çocukların biyolojik ve psikolojik olgunlaşmalarını olumsuz yönde etkilediği gözlenmiştir [5].

Fazla alkol tüketimi ise öğrenciler üzerinde genellikle akademik ihmal gibi olumsuz sonuçlara neden olur [6]. Alkol tüketimi üzerine yapılan araştırmalar, içme miktarı ve sıklığı ile bilişsel performans açısından olumsuz sonuçların arasındaki ilişkinin tutarlı ve anlamlı olduğunu göstermektedir [7]. Diğer taraftan, alkol almak ve karşılaşılan bilişsel problemler arasındaki bağlantının tüketim seviyeleri tarafından kısmen açıklanıyor olmasına ragmen, problemlerin önemli bir kısmının diğer faktörlerle de ilişkili olduğu bilinmektedir [6].

Genel olarak, düşük zihinsel sağlık ile alkol kötüye kullanımı arasında bir bağlantı kuran araştırmalar mevcuttur. Olumsuz duygusal durumları olan bireylerin, alkolü sıkıntıyla baş etmek, kaygıyı hafifletmek veya kendi kendine değerlerini arttırmak için bir araç kullanma eğiliminde oldukları literatürde göstermiştirilmiştir [8].

Her ne kadar araştırmalar çoğu üniversite öğrencisinin alkollü içecekleri ılımlı alkol tüketimi seviyesine bağlamış olsa da, sosyal güdülerin alkolle ilgili olumsuz sonuçlarda oynayabileceği rol ile ilgili bulgular tutarsız olmuştur [8].

Alkol ve sigaranın insan hayatı üzerinde ciddi etkileri olduğu kanıtlanmış ve etkileri üzerine olan keşifler hala devam etmektedir. Bu çalışma kapsamında sigara ve alkol kullanan/kullanmayan/bunlardan birisini kullanan üniversite öğrencilerinin akademik başarılarını ve akademik başarı üzerine olan etkisini, Adana ili ve çevresi özelinde üniversite öğrencilerine online anket uygulayarak değerlendirdik.

**2. Metot**

Sigara ve alkol kullanımının üniversite öğrencilerinin notları üzerindeki etkiyi belirlemek amacıyla internet üzerinde bir anket oluşturulmuştur. Anket içerisinde yaş ve cinsiyet dışında kişisel bilgi sorulmamış olup, bu sayede katılımcıların endişe duymadan anketi doldurmaları amaçlanmıştır. Ayrıca açık uçlu sorular da ankette aynı sebepten yer almamaktadır. Katılımcılar özellikle Adana ili ve çevre illerindeki öğrenci toplulukları üzerinden anketi doldurmaya davet edilmişlerdir.

Chi kare testi ile parametreler arasındaki bağlantı test edilmiştir. Parametreler arasındaki test edilen sıfır hipotezi aralarında bağlantı olmadığını göstermektedir. İstatistiksel olarak anlamlı sayılan durumlar %5 standart oranı ile test edilmiştir. Bu açıdan 0,05’den küçük bir p-değeri parametreler arasında anlamlı bir bağlantı olduğunu gösterir.

**3. Bulgular ve Tartışma**

Anketi toplamda 89 üniversite öğrencisi doldurmuştur. Veriler incelendiğinde 76 kişinin ankete girdiği bilgilerin tam ve değerlendirilebilir olduğu gözlenmiştir. Geriye kalan 13 kişinin verilerinin eksik veya anlamsız olması sebebiyle değerlendirmeye alınmaması uygun görülmüştür. Değerlendirmeye alınan 76 kişinin 40’ı erkek (%52,6) 36’sı (%47,4) kadındır, ve cinsiyet açısından homojen bir katılımcı dağılımı gözlenmiştir. Katılan öğrencilerin yaşları 18 ile 26 arasında değişmektedir. Katılımcıların yarıdan fazlası 21 ve 22 yaşlarındadır. Ailenin gelir seviyesi açısından alt orta ve üst gelir grupları birbirine yakın oranlarda temsil edilmektedir.

Sigara kullanma oranı 29 kişi ile %38,2, alkol kullanma oranı ise 34 kişi ile %44,7 olarak gözlemlenmiştir. Gün içinde sigara içme miktarı gruplar açısından yaklaşık homojen bir dağılım göstermekle birlikte, alkol kullanma sıklığında katılımcıların %76,5’i haftada bir gün %8,8’i ise haftada iki gün kullandıklarını söylemişlerdir. Tablo 1 anket sorularını ve verilen cevapların sayısı ile yüzdelik oranlarını göstermektedir.

***Tablo 1. Anket soruları ve verilen cevapların yüzdelik dağılımları***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Soruları** | **Cevap sayısı** | **%** |
| **Cinsiyetiniz nedir?** | 76 | %100 |
| Erkek | 40 | %52,6 |
| Kadın | 36 | %47,4 |
| **Yaşınız kaçtır?** | 76 | %100 |
| 18 | 1 | %1,3 |
| 19 | 6 | %7,9 |
| 20 | 10 | %13,2 |
| 21 | 21 | %27,6 |
| 22 | 21 | %27,6 |
| 23 | 11 | %14,5 |
| 24 | 4 | %5,3 |
| 25 | 1 | %1,3 |
| 26 | 1 | %1,3 |
| **Genel not ortalamanız kaçtır?** | 76 | %100 |
| 1,00-2,00 | 18 | %23,7 |
| 2,00-3,00 | 32 | %42,1 |
| 3,00’dan yüksek | 26 | %34,2 |
| **Ailenizin toplam yıllık geliri ne kadardır? (TL)** | 76 | %100 |
| 24.000’den düşük | 9 | %11,8 |
| 24.000-40.000 | 15 | %19,7 |
| 40.000-60.000 | 15 | %19,7 |
| 60.000-80.000 | 17 | %22,4 |
| 80.000-100.000 | 8 | %10,5 |
| 100.000’den yüksek | 12 | %15,8 |
| **Aileniz kaç kişiden oluşmaktadır?** | 76 | %100 |
| 2 | 1 | %1,3 |
| 3 | 11 | %14,5 |
| 4 | 29 | %38,2 |
| 5 | 21 | %27,6 |
| 6 | 8 | %10,5 |
| 6’dan fazla | 8 | %7,9 |
| **Sigara kullanıyor musunuz?** | 76 | %100 |
| Evet | 29 | %38,2 |
| Hayır | 47 | %61,8 |
| **Sigara kullanıyorsanız günde ortalama**  **kaç adet sigara içiyorsunuz?** | 29 | %100 |
| 1-5 | 4 | %13,8 |
| 6-10 | 7 | %24,1 |
| 11-15 | 8 | %27,6 |
| 16-20 | 7 | %24,1 |
| 20’den fazla | 3 | %10,3 |
| **Alkol kullanıyor musunuz?** | 76 | %100 |
| Evet | 34 | %44,7 |
| Hayır | 42 | %55,3 |
| **Alkol kullanıyorsanız haftada**  **ortalama kaç gün alkol alıyorsunuz?** | 34 | %100 |
| 1 | 26 | %76,5 |
| 2 | 3 | %8,8 |
| 3 | 1 | %2,9 |
| 4 | 2 | %5,9 |
| 5 | 0 | %0 |
| 6 | 1 | %2,9 |
| 7 | 1 | %2,9 |

Tablo 2 chi kare testi kullanılarak yapılan not ortalaması ve ankette sorulan parametrelerin çapraz karşılaştırmalarını göstermektedir. Sonuçlara göre cinsiyet ile not ortalaması arasında (p=0,042<0,05) anlamlı bir bağlantı bulunmaktadır. Kız öğrencilerin notlarının erkeklere gore daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Öğrencilerin yaşının not ortalamasına bir etkisi gözlemlenmemiştir. Ailenin toplam yıllık gelirinin not ortalamasına etkisi istatistiksel olarak anlamlı olmasa da (p=0,062>0,05) sınır değeri olan 0,05’e yakındır ve eğilim olarak düşük gelirli ailede yaşayan öğrencilerin notlarının yüksek olduğu görülmüştür. Ailede yaşayan kişi sayısının artması öğrencilerin notlarında artış olarak görülmektedir (p=0,036<0,05). Ankette doğrudan sorulmamış olmakla birlikte, ailenin toplam gelirini kişi sayısına bölerek bulunan kişi başı gelir parametresinin not ortalamasını en çok etkileyen factor olduğu görülmektedir (p=0,001) ki kişi başı gelir yükseldikçe not ortalaması düşmektedir. Sigara kullanmayan öğrencilerin notları kullananlara nazaran yüksek olmakla birlikte istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklıdır denilememektedir. Sigara içen öğrenciler arasında da içme sıklığının notlara doğrudan bir etkisi gözlemlenememiştir. Alkol kullanmanın ve kullananlar arasındaki alkol alma sıklığının notlara doğrudan etkisi gözlemlenememiştir.

***Tablo 2. Chi kare karşılaştırma sonuçları***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Genel not ortalaması** | |
|  | df | chi kare |
| Cinsiyet | 2 | 0,042 |
| Yaş | 16 | 0,492 |
| Ailenin yıllık geliri | 10 | 0,062 |
| Ailedeki kişi sayısı | 10 | 0,036 |
| Ailede kişi başına düşen gelir | 10 | 0,001 |
| Sigara kullanma durumu (evet/hayır) | 2 | 0,135 |
| Sigara içme sıklığı | 8 | 0,120 |
| Alkol kullanma durumu (evet/hayır) | 2 | 0,260 |
| Alkol kullanma sıklığı | 10 | 0,212 |

Kız öğrencilerin erkek öğrencilere gore ve maddi durumu düşük aileden gelen öğrencilerin yüksek maddi durumlu ailelerin çocuklarına göre daha yüksek not ortalamalarına sahip oldukları yapılan anket kapsamında net olarak görülmekle birlikte, ileriki çalışmalarda daha geniş katılımlı saha araştırmaları ile teyit edilmesi gerekmektedir. Sigara ve alkol kullanımının not ortalamalarına olan etkisi 76 kişilik örneklem uzayında istatistiksel olarak anlamlı şekilde görülememiş olmakla beraber, özellikle sigara içenlerde olumsuz anlamda bir eğilim gözlemlenmiştir. Maddi durumu düşük ailelerden gelen öğrencilerin derslerini ciddiye alarak yüksek not ortalamasına ulaşmaları anlaşılır bir durumdur fakat, ailesinin maddi durumu yüksek olanların sigara ve alkol kullanmanın etkisinin çok ötesinde not ortalamalarını olumsuz etkileniyor olması sosyalpsikoloji açısından mutlaka incelenmesi gereken bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Erken sanayileşmiş ve gelişmiş ülkelerdeki zenginliği sindirmiş ve maddi olarak bir zorunluluk bulunmamasına rağmen işini layıkıyla yapan insanlara ülkemizde de ihtiyaç olduğu aşikardır. Gelişmiş ülkelerde 5, 6 nesildir devam eden işletmeler bulunmakta ama ülkemizde işletmeler dededen toruna nadiren aktarılabilmektedir. Özellikle üniversite eğitiminin en çok maddi gereksinimler kaynaklı bir motivasyon ile ciddiye alınması ve ailenin ortalamanın üzerindeki gelirinin eğitimi ciddiye almamaya yol açması ülkemizin geleceği açısından riskler taşımaktadır.

**4. Sonuç**

Bu çalışma kapsamında yapılan anket çalışması sonucunda sigara kullanımının üniversite öğrencilerinin not ortalamasına küçük miktarda olumsuz etki ettiği, alkol kullanımının ile not ortalaması arasında ise istatistiksel açıdan bir ilişki bulunmadığı saptanmıştır. Sigara ve alkol bağımlılığının bilişsel süreçlere olan olumsuz etkisi tartışmasız olarak kanıtlanmış olmakla birlikte, üniversite öğrencilerinin sigara ve alkol kullanımının henüz bağımlılık düzeyinde olmaması ve yaş itibari ile olumsuz etkilerin telafi edilebiliyor olması sebebiyle böyle bir sonuca ulaşıldığı düşünülmektedir.

Araştırmanın demografik veriler ışığında bize gösterdiği önemli bir sonuç ise üniversite gençliğinin ekonomik durumunun, aile yapısının ve cinsiyetin öğrencinin başarısına olan etkisidir. Kız öğrencilerin erkeklere göre, düşük gelirli ailelerin çocuklarının da yüksek gelirli ailelerin çocuklarına göre not ortalamalarının yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

**Kaynakça**

[1] Newhouse, P. A., ve Hughes, J. R. (1991). The role of nicotine and nicotinic mechanisms in neuropsychiatric disease. *British journal of addiction, 86(5),* 521-526.

[2] Leftwich, M. J., ve Collins Jr, F. L. (1994). Parental smoking, depression, and child development: persistent and unanswered questions*. Journal of pediatric psychology, 19(5),* 557-570.

[3] Breslau, N., Kilbey, M. M., ve Andreski, P. (1991). Nicotine dependence, major depression, and anxiety in young adults. *Archives of general psychiatry, 48(12),* 1069-1074.

[4] Ernst, M., Heishman, S. J., Spurgeon, L., ve London, E. D. (2001). Smoking history and nicotine effects on cognitive performance. *Neuropsychopharmacology, 25(3),* 313.

[5] Rush, D., ve Callahan, K. R. (1989). Exposure to passive cigarette smoking and child development: A critical review. *Annals of the New York Academy of Sciences.*

[6] Park, C. L., ve Grant, C. (2005). Determinants of positive and negative consequences of alcohol consumption in college students: Alcohol use, gender, and psychological characteristics. *Addictive behaviors, 30(4),* 755-765.

[7] Bonin, M. F., McCreary, D. R., ve Sadava, S. W. (2000). Problem drinking behavior in two community-based samples of adults: Influence of gender, coping, loneliness, and depression. *Psychology of Addictive Behaviors, 14(2),* 151.

[8] Cooper, M. L., Agocha, V. B., ve Sheldon, M. S. (2000). A motivational perspective on risky behaviors: The role of personality and affect regulatory processes. *Journal of personality, 68(6),* 1059-1088.