

# Yetişkinliğe Geçiş Yıllarında Sigara İçme Davranışının Psikososyal Belirleyicileri ve Sigara İçmenin Yaşam Doyumu ve Öznel İyi Oluşla İlişkisi

*Psycho-social Markers of Smoking, and the Relationships Between Smoking and Life Satisfaction, and Subjective Well-being in the Years of Transition to Adulthood*

Hasan Atak<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Psk.Dr., Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara

## ÖZET

**Amaç:** Bu araştırma, yetişkinliğe geçiş sürecinde olan bireylerde sigara içmenin psikososyal belirleyicilerini incelemek ve sigara içme ile öznel iyi oluş ve yaşam doyum arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Bu betimsel araştırmada kesitsel araştırma deseni kullanılmıştır. Katılımcılar, 19-26 yaşları arasındaki 96 kadın (%43.2) ve 126 erkek (%56.8) olmak üzere toplam 222 bireyden oluşmaktadır. Verilerin toplanması için Benlik Kimliği Statüleri Ölçeği, Çok-Yönlü Eylemli Kişilik Ölçeği, Rosenberg Öz Saygı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans ve yüzde analizi ve gözlenen değişkenlerle path analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Katılımcıların çoğunluğu sigara içmektedir ve sigaraya en çok lise yıllarında yani ergenlikte başlamışlardır. Model analizi sonuçlarına göre, sigara içme ile özsaygı, kişilerarası başarılı kimlik, bireyleşme ve bireylerin kendilerini tanımlamada tercih ettikleri özellik arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Annesi, babası ve arkadaşları sigara içenler, erkekler, ipotekli, moratoryum ve kargaşalı kimlik statüsünde olanlar ve düşük gelir düzeyine sahip olanlar, diğerlerine göre daha fazla sigara içmektedir. Sigara içme ile hem yaşam doyumunu hem de öznel iyi oluş arasında ters yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. **Sonuç:** Bulgular dikkate alındığında, bu çalışmanın bulgularının literatürle uyumlu olduğu ifade edilebilir. Son olarak, müdahale çalışmalarının sadece liselerde değil, ilköğretim ve üniversite öğrencilerine yönelik olarak da sürdürülmesi gerektiği ifade edilebilir.

**Anahtar Sözcükler:** Sigara içme, Özsaygı, Kimlik statüleri, Bireyleşme türleri, Yaşam doyumunu, Öznel iyi oluş.

(*Klinik Psikiyatri* 2011;14:29-43)

## SUMMARY

**Objectives:** This study produced to investigate psycho-social markers of smoking, and to expose the relationships between smoking and life satisfaction, and subjective well-being among young people who are in the years of transition to adulthood. **Method:** Cross-sectional research design was used in this descriptive study. The participants consisted of 96 female (43.2%) and 126 male (56.8%) who are between 19-26 years, totally 222 people. Extended Objective Measure of Ego Identity Status, Multi-Measure Agentic Personality Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale, Satisfaction with Life Scale and Positive and Negative Affect Scale were used for gathering data. In data analysis, frequencies, percentages, and path analysis with observed variables was used. **Results:** Most of the participants smoke, and they start to smoke in the high school years namely adolescence. According to model analysis, it was shown significant negative relationship between smoking and self-esteem, interpersonal achievement identity status, individuation types, and self-identification. The participants whose fathers, mothers, and friends are smokers, smoke more than the other participants; the participants who have default identity status, moratorium identity status, and identity confusion, and lower income smoke more than the others. It was found significant negative relationship between smoking and both life satisfaction, and subjective well-being. **Conclusion:** Considering the findings, it can be said that the findings of this study are similar to the literature. Finally, it can be expressed that intervention studies must carry on not only high school students but also primary school and college students.

**Key Words:** Smoking, Self-esteem, Identity statuses, Individuation types, Life satisfaction, Subjective well-being.

## GİRİŞ

Literatürde insan yaşamının ortalama dokuz yıllık bir dönemini kapsayan ergenliğin, yetişkin yaşamına olan etkilerinden dolayı insan gelişiminde en önemli dönemlerden biri olduğu vurgulanmaktadır. Ergenlik döneminin ortalama 10-18 yaş arasında olduğu ve erken, orta ve ileri ergenlik olmak üzere üç alt evreden oluştuğu öne sürülmektedir (Steinberg 2002). Bununla birlikte, son yıllarda yapılan gelişim psikolojisi ve sosyoloji çalışmaları, ergenlikle yetişkinlik arasında ortalama yedi yıllık bir yetişkinliğe geçiş sürecinin olduğunu; bireylerin 18 yaşından itibaren yetişkinliğe adım atmadıklarını ve ergenlikte başlayan psikososyal gelişimin bu dönemde önem kazandığını öne sürmektedir. Ayrıca, bu dönem ve ortalama 20-22 yaş arası, en çok alkol ve madde kullanımının olduğu, riskli davranışların en çok olduğu ve bireylerin kendilerini özgür hissetmelerinden dolayı bu dönemde daha önce denemedikleri yeni şeyleri deneyimledikleri bir zaman dilimi olarak ele alınmaktadır (Arnett 2000). Örneğin, Blinn-Pike ve ark. (2008), yetişkinliğe geçiş sürecinde olan bireylerle yetişkinleri karşılaştırdıkları çalışmada, gençlerin yetişkinlere oranla daha çok alkol kullandıkları, daha çok sigara tükettikleri ve daha çok kumar ya da şans oyunları oynadıklarını bulmuşlardır.

Ergenlerde riskli sağlık davranışlarıyla ilgili literatür incelendiğinde, son yıllarda dünyada ve gençler arasında yaygın bir sorun haline gelen sigara kullanımının Türkiye'de de giderek arttığı görülmektedir (TUİK 2008). Dünya genelinde 300 milyon genç sigara bağımlıdır ve her beş sigara kullanıcısından biri 13-15 yaşları arasındadır (Taşçı ve ark. 2005). Türkiye'de ergenler arasında yapılan çeşitli çalışmalarda sigara içme yaygınlığı %4.1 ile %37.5 arasında değişmektedir. Literatür incelendiğinde, bu konuda yapılan en son ve en kapsamlı araştırmanın Küresel Yetişkin Tütün Araştırması (TUİK 2008) olduğu görülmektedir. Türkiye genelinde 15 ve daha yukarı yaştaki bireylerin %31.3'ü her gün ya da ara sıra tütün ve tütün ürünlerini kullanmaktadır.

Sigara kullanmayla ilgili literatür incelendiğinde, çocuk ve ergenlerin sigara içme nedenlerine ilişkin araştırmaların da olduğu görülmektedir. Ergenleri sigara içmeye yönelten faktörler arasında sigara

içen yakın arkadaş, anne-baba, kardeş ya da öğretmenlerinin sigara içmesi, düşük sosyoekonomik düzey, daha modern görünme isteği, kaygıyı giderme isteği, düşük okul başarısı ve toplumsal cinsiyet (sigara içmenin ergenler arasında bir tür erkek olma göstergesi olarak algılanması) olarak belirtilmektedir (Kutlu ve Çivi 2006). Örneğin, Bauman ve ark. (1990), 12-14 yaş arası ergenlerde, anababalarının sigara içmesi ile ergenin sigara içmesi arasında anlamlı ilişki bulmuşlardır. Brook (1987), üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, kızların sigara içmesi ile annenin sigara içmesi arasında anlamlı ilişki bulmazken; kızların sigara içmesi ile babanın sigara içmesi arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Sigara içmeyle hem yurtdışındaki hem de Türkiye'deki literatür incelendiğinde, yapılan çalışmalarda çoğunlukla demografik değişkenlerle sigara içme ilişkisinin incelendiği görülmektedir. Buradan hareketle, kimlik statüleri, özsaygı ve bireyleşme türleri gibi psikososyal değişkenlerle sigara içme arasındaki ilişkinin incelenmesi, sigara içme literatürüne yeni bir boyut kazandırabileceği gibi, gençlerin sigara içme durumları ile bu değişkenler arasındaki ilişkileri de ortaya koyabilir. Rogers'a göre (1959), benlik saygısı bireyin çevresinden aldığı değerlilik duygusudur. Çocuğun benlik saygısının gelişmesi, çevresindeki kişilerin kendisini olduğu gibi ve koşulsuz olarak kabul etmesine bağlıdır (Akt. Cote 2002). Alanyazında, yüksek benlik saygısının okul başarısı, sağlık davranışları ve üretkenlik ve sosyal uyumla ilişkili olduğu; düşük benlik saygısının ise düşük akademik başarı, yalnızlık, sigara içme, madde kullanımı, depresyon, intihar ve istenmeyen hamilelik gibi olumsuz sağlık ve sosyal davranışlarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur (Bush ve ark. 1995). Sigara kullanmayla ilişkili olabilecek değişkenlerden biri de kimlik statüleridir. Erikson'dan (1968) bu yana ergenlikte kazanılması gereken temel özelliğin "kimlik kazanımı" olduğu varsayılmaktadır. Marcia (1966), Erikson'un kimlik gelişimine ilişkin görüşlerini genişletmeye çalışmıştır. Marcia (1966) dağınık kimlik, ipotekli kimlik, başarılı kimlik ve moratoryum olmak üzere dört kimlik statüsü öne sürmüştür. Kısaca ifade etmek gerekirse; dağınık kimlik (düşük keşif, düşük bağlanma) kimlik konuları ile ilgilenmemeyi; ipotekli kimlik (düşük keşif,

yüksek bağlanma) kimlik biçimlenmesinde katılığı ve mevcut yapıya uymayı; moratoryum (yüksek keşif, düşük bağlanma) benlik için güçlü bir arayışı; başarılı kimlik (yüksek keşif, yüksek bağlanma) farklı parçaları içeren tutarlı bir kimlik oluşturmayı temsil etmektedir. Bu çalışmada, kimlik statülerinin ideolojik boyutunun sigara içme ile ilişkisinin olmadığı düşünüldüğünden, sadece kişiler-arası boyutu çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmaya dahil edilen bir diğer değişken olan bireyleşme türleri ile ilgili literatür incelendiğinde, bireyleşme ile sigara içme davranışı ilişkisini, inceleyen araştırmaların olmadığı görülmektedir.

İnsan sağlığına ve ekonomisine önemli zararları olan sigara kullanmanın psikososyal belirleyicilerinin ve sigara içme ile yaşam doyumu ve öznel iyi oluş (subjective well-being) ilişkisinin incelenmesi önleme ve müdahale çalışmalarına katkı sağlayabilir. Bu bağlamda, bu araştırma yetişkinliğe geçiş sürecinde olan bireylerde sigara içmenin psikososyal belirleyicilerini bir yapısal eşitlik modeli içinde incelemek ve sigara içme ile öznel iyi oluş ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla yapılmıştır.

## GEREÇ VE YÖNTEM

Bu araştırma, mevcut durumu sorgulayan betimsel bir araştırmadır. Veriler, farklı yaşlardaki bireylerden elde edilmiş ve kesitsel araştırma düzeni kullanılmıştır. Sigara içme davranışı ile çeşitli psikososyal değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla, ilişkisel tarama modeline dayanarak araştırma gerçekleştirilmiştir. Aynı zamanda, bu çalışma çeşitli psikososyal değişkenlerin sigara içme davranışı üzerindeki yordama güçlerinin araştırıldığı "nedensel karşılaştırmalı" bir çalışmadır. Araştırmanın bağımlı değişkenleri öznel iyi oluş ve yaşam doyumu; aracı değişken sigara içme durumu ve bağımsız değişkenleri ise annenin, babanın ve arkadaşın sigara içme durumu, cinsiyet, bireyleşme türleri (gelişimsel ve varsayılan bireyleşme), özsaygı, bireylerin kendilik tanımlaması (bireyin kendini doğuştan getirdiği bir özellik mi yoksa çabayla edindiği bir özellik mi tanımladığı) ve kişilerarası boyutta ipotekli, moratoryum, başarılı ve kargaşalı kimlik statüleridir.

## Katılımcılar

Katılımcıların tamamı Ankara ilindeki üniversitelere devam eden öğrencilerden ve aynı yaşta olup üniversite öğrencisi olmayan 222 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcılar, amaçlı (purposive) örnekleme yoluyla belirlenmiştir. Örnekleme belirlenirken, araştırmanın temel amacı dikkate alınarak, Türkiye'deki yetişkinliğe geçiş çalışmaları incelenmiştir. Bu bağlamda, Türkiye'de yetişkinliğe geçiş dönemi 19-26 yaş arasında yaşandığından dolayı (Atak ve Çok 2007, 2010) örnekleme "19-26 yaş aralığında olmak" durumu dikkate alınarak amaçlı örnekleme çeşitlerinden maksimum çeşitlilik yöntemiyle belirlenmiştir. Bu örnekleme yönteminin evren değerleri hakkında önemli ipuçları vereceği belirtilmektedir (Büyüköztürk ve ark. 2008). Bu örnekleminin temeli, araştırmanın amaçları doğrultusunda evrenin temsilci bir örneği yerine, amaçlı olarak bir ya da birkaç alt kesimini örnek olarak almaktır. Başka bir ifadeyle, amaçlı örnekleme evrenin soruna en uygun bir kesimini gözlem konusu yapmayı içeren önemli bir yöntemdir (Sencer 1989). Amaçlı örneklemede araştırmacı, evrenle ilgili daha önceki kuramsal bilgilere, kendi bilgilerine ve araştırmanın özel amacına dayalı olarak bir örnekleme büyüklüğü belirlemektedir (Fraenkel ve Wallen 1993).

Bu bağlamda, araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları 250 katılımcıya uygulanmıştır. Veri analizleri öncesi, katılımcıların veri toplama araçlarına verdikleri yanıtlar gözden geçirilmiştir. Bu inceleme sonucunda, ölçek maddelerinin çoğunu boş bırakan (en az %5'ini) ya da merkeze kayma hatalarının gözlemlendiği toplam 28 kişi veri setinden çıkarılmıştır. Sonuçta analizler 19-26 yaşları arasındaki 96 kadın (%43.2) ve 126 erkek (%56.8) olmak üzere toplam 222 katılımcıdan elde edilen verilerle gerçekleştirilmiştir. Çalışmada yer alan gençlerin yaş ortalaması 22.8 ve standart sapması 1.56'dır. Katılımcıların 84'ü üniversite öğrencisi değilken (%37.8), 138'i (%48.4) üniversite öğrencisidir.

## Veri Toplama Araçları

Kişisel bilgi formu. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler kişisel bilgi formu aracılığıyla elde edilmiştir. Kişisel bilgi formunda katılım-

cılardan istenen bu bilgiler, 1-0 şeklinde kodlanarak, Dummy değişken olarak model analizine sokulmuştur. Ayrıca, katılımcılardan kendilerini tek kelime ile tanımlamaları "ben bir .....im" şeklinde sorulmuş ve "kendilik tanımlaması" olarak adlandırılmıştır. Kendilik tanımlamasına ilişkin ifadeler, kendini doğuştan getirdiği özellikle tanımlayanlar (ben bir kadımm gibi) ve kendini çabayla edindiği özellikle tanımlayanlar (ben bir öğrenciyim gibi) olmak üzere iki kategoride sınıflandırılmış ve kendini çabayla edindiği özellikle tanımlayanlar 1, kendini doğuştan getirdiği özellikle tanımlayanlar ise 0 olarak kodlanmıştır. Ayrıca, model analizi yapılırken, katılımcıların şu anki sigara içme ya da içmeme durumu dikkate alınmıştır. Bu bağlamda sigara içme durumu 1-0 şeklinde kodlanarak (sigara içenler 1, sigara içmeyenler ise 0 olarak kodlanmıştır), sigara içme durumu Dummy değişken olarak model analizine sokulmuştur.

**Benlik Kimliği Statüleri Ölçeği (BKSÖ):** Kimlikle ilgili verilerin toplanması için Bennion ve Adams (1986) tarafından geliştirilen ve Eryüksel ve Varan (1986) tarafından Türk kültürüne uyarlanan "Benlik Kimliği Statüleri Ölçeği-BKSÖ (Extended Objective Measure of Ego Identity Status-EOMEIS)" kullanılmıştır. BKSÖ, ergenlerin Marcia (1966) tarafından tanımlanan dört ayrı kimlik statüsünden (başarılı, askıya alınmış, ipotekli ve dağınık) hangisinde bulunduğunu ölçen Likert tipi bir ölçektir. Dağınık kimlik statüsü (düşük keşif, düşük bağlanma) kimlik konuları ile ilgilenmemeyi; ipotekli kimlik statüsü (düşük keşif, yüksek bağlanma) kimlik biçimlenmesinde katılığı ve mevcut yapıya uymayı; moratoryum statüsü (yüksek keşif, düşük bağlanma) benlik için güçlü bir arayışı; başarılı kimlik statüsü ise (yüksek keşif, yüksek bağlanma) farklı parçaları içeren tutarlı bir kimlik oluşturmayı temsil etmektedir.

**Çok-Yönlü Eylemli Kişilik Ölçeği (ÇEKÖ):** Eylemli kişiliği ve bireyleşme türlerini ölçen ve Cote (1997) tarafından geliştirilen "Çok Yönlü Eylemli Kişilik Ölçeği Kısa Formu (Multi-Measure Agentive Personality Scale - Short Form)" kullanılmıştır. Bu ölçek, öz-sayıyı ölçen 5 madde, yaşam amacını ölçen 5 madde, iç denetim odağını ölçen 5 madde ve öz-yeterliliği ölçen 5 madde olmak üzere toplam 20 madde ve dört alt faktörden oluşmaktadır. Her

bir alt ölçekten alınabilecek puanlar 5 ile 25 arasında değişmektedir. Ölçekten yüksek puan almak gelişimsel bireyleşmeye, düşük puan almak ise varsayılan bireyleşmeye işaret etmektedir. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması Atak (2010) tarafından yapılmıştır. Eylemlilik, kişinin yaşamının yönüne ilişkin sorumluluk duygusu, yaşamı için sorumluluk alması, kişinin yaşamı ile ilgili kararları kontrol edebilme ve bunların sorumluluğunu alma konusundaki inancı ve yaşamdaki engellerle baş etmedeki ve seçtiği yaşam yönünde ilerlemeye ilişkin güveni olarak tanımlanmaktadır (Cote ve Levine 2002). Bireylerin eylemlilik düzeyine ve kendi kendini yönlendirmenin derecesine bağlı olarak "bireyleşme" 2 şekilde gelişebilmektedir. Bunlardan ilki olan "varsayılan bireyleşmede (default individualization)" (Cote 2000) bireyler, gelişim süreçlerinde kendilerine sunulmuş olan "hazır seçenekleri" (default options) tercih edebilmektedirler. Bu türde bir bireyleşme sürecini izleyen bir birey, kendini geliştirebilecek olanakları göz ardı etmiş olur (Schwartz Cote ve Arnett 2005). Varsayılan bireyleşmeye alternatif olarak, genç insanlar bütün olanakları değerlendirdikleri bir yaşam biçimi benimseyebilir. Bu bireyleşme türü "gelişimsel bireyleşme (developmental individualization)" (Cote 2000) olarak adlandırılmaktadır. Bu bireyleşme türü, sürekli gelişime ve büyümeye dayanan ve önceden planlaması yapılan bir yaşam biçimini içermektedir. Gelişimsel bireyleşme bilişsel, mesleki ve psikolojik alanlarda gelişmeyi sağlayan fırsatları kullanmayı ve ulaşılabilir seçeneklerin keşfine ve denenmesine dayanan bir yaşam biçimini içermektedir.

**Rosenberg Öz Saygı Ölçeği (RÖÖ):** Rosenberg Özsaygı Ölçeği, Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiştir. Çoktan seçmeli 12 alt kategoriden oluşan ölçekte 63 madde yer almaktadır. Rosenberg'e göre (1967), bireyler bütün nesnelere karşı bir tutuma sahip oldukları gibi kendi benliklerine karşı da bir tutuma sahiptirler. Kişinin kendisine karşı olumlu ve olumsuz tutumlarının toplamından oluşan benlik saygısı sosyal yeterlilik, kişisel değer ve beden algısının bileşiminden oluşmaktadır. Bu çalışmada 10 maddeden oluşan Benlik Saygısı alt kategorisi kullanılmıştır. Ölçek, 5 olumlu 5 olumsuz ifade içeren 4'lü Likert tipi bir ölçek üzerinde yanıtlanan 10 maddeden oluşmaktadır (Rosenberg 1965). Puanlar 0-40 arasındadır.

Ölçekten yüksek puan almak özsaygı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu ölçek Türk kültürüne Çuhadaroğlu (1985) tarafından uyarlanmıştır.

*Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ):* Diener (1984) tarafından geliştirilen ve Yetim (1993) tarafından Türkçe'ye uyarlanan bu ölçek, toplam beş maddeden oluşan Likert tipi bir ölçektir.

Yaşam doyumu, bir bireyin kendi belirlediği ölçütlere uygun olarak, bireyin tüm yaşamını pozitif olarak değerlendirmesidir. Yaşam doyumu öznel iyi olmanın bilişsel bileşenidir ve bireyin yaşamı hakkında değer biçmesini içermektedir.

*Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği (PNDÖ):* Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği, Watson ve ark. (1990) tarafından geliştirilmiş ve Gençöz (2000), tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Bir bireyin pozitif duygu alt ölçeği puanı, negatif duygu alt ölçeği puanından yüksekse, bu bireyin öznel iyi oluşunun yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Benzer biçimde, bir bireyin negatif duygu alt ölçeği puanı, pozitif duygu alt ölçeği puanından yüksekse, bu bireyin öznel iyi oluşunun düşük olduğu anlamına gelmektedir. Ölçek, on olumlu, on olumsuz olmak üzere toplam 20 duygu ifadesini içermekte ve 5'li likert tipine göre değerlendirilmektedir. Gençöz'ün (2000) çalışmasında Türkçe PNDÖ'nün orijinali ile tutarlı olarak 2 boyuttan oluştuğu bulunmuştur.

**Öznel İyi Oluşun Ölçülmesi:** Öznel iyi oluşun ölçümü, tarihsel süreçte tek boyutlu ölçeklerden çok boyutlu ölçeklerin kullanılmasına doğru bir yönelim göstermiştir. Alanyazında, öznel iyi oluşun ölçülmesinde sıklıkla kullanılan ölçekler, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Olumlu ve Olumsuz Duygu Ölçeği'dir. Yapılan çalışmalarda, Öznel İyi Oluş = (Yaşam Doyumu + Olumlu Duygu) - Olumsuz Duygu eşitliği uygulanarak toplam öznel iyi oluş puanı elde edilmektedir. Bu çalışmada, alanyazında yer alan eşitlik uygulanarak araştırmanın bağımlı değişkeni olan öznel iyi oluş ölçülmüştür.

### Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmeleri SPSS 15.00 (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı) ve LISREL 8.7 paket programları kullanılarak yapılmıştır. Katılımcıların

demografik özelliklerinin ve ölçeklerden alınan ortalama puanların analizinde frekans ve yüzde dağılımı kullanılmıştır. Bu çalışmada, yetişkinliğe geçişte çeşitli psikososyal değişkenler-sigara içme-öznel iyi oluş-yaşam doyumuna ilişkin bir model geliştirilmiş ve sınanmıştır. Geliştirilen modeli test etmek için, hem aracılık (mediation), hem de doğrudan etkileri aynı anda ortaya koyan bir analiz olan "gözlenen değişkenlerle yol analizi (path analysis with observed variables) yöntemi kullanılmıştır. Model analizi yapmadan önce, modelin sayıltıları incelenmiştir. Bu bağlamda, ilk olarak veri setinde aykırı değer analizi yapılmış ve çoklu doğrusallık (multicollinearity) olup olmadığı incelenmiştir. Veri setinde tolerans, varyans şişme (VIF) ve koşul endekslerine bağlı olarak değişkenler arasında çoklu doğrusallık olmadığı sonucuna varılmıştır. Diğer bir ifadeyle, sifıra yaklaşan tolerans, 5-10'dan büyük VIF ve 0.50'den büyük iki varyansın eşlik ettiği 30'dan büyük koşul endeksine rastlanmamıştır. Ayrıca ölçeklerin tek yönlü (univariate) normal dağılım özelliklerine ne derece sahip oldukları, değişkenlerin eğiklik ve basıklık katsayıları, çok yönlü (multivariate) normal dağılım gösterip göstermedikleri ise Mardia'nın çok yönlü basıklık testiyle (Multivariate Kurtosis) incelenmiştir. Ek olarak, dağılım tahmin (curve estimation) yöntemiyle açıklayıcı ve yordanan değişkenler arasındaki ilişkiler (doğrusal, karesel, küp ve logaritmik vb) incelenmiştir. Dönüştürülen değişkenlerden yordanan R<sup>2</sup> değerleriyle, onların ham puan karşılıklarından (doğrusal) elde edilen R<sup>2</sup>'ler arasında anlamlı bir fark bulunmadığından, verilere herhangi bir dönüştürme (transformation) yapılmamıştır. Bununla birlikte, değişken dağılımlarının normalliğinden kaynaklanabilecek hataları en aza indirmek amacıyla, model analizi sırasında Yuan-Bentler modeli kullanılmıştır. YEM'in gücü normal dağılıma sahip değişkenler arasında doğrusal (linear) ilişkiler bulunması durumunda artmaktadır. Değişkenler arasındaki ilişkiler doğrusal olup, bu ilişki değişkenlerin düzeylerinde farklılaşma göstermemektedir (heteroscedasticity). Sonuçlar, model analizi için gerekli sayıltıların (aykırı değer analizi, çoklu doğrusallık, değişkenler arasındaki ilişkiler ve örneklem büyüklüğü) karşılandığını göstermiştir. Veriler analiz edilirken, en az .05 anlamlılık düzeyi benimsenmiştir.

**Tablo 1.** Betimsel istatistikler

Değişken		N	%
Sigara içme durumu	Evet	148	66.7
	Hayır	38	17.1
	Bıaktım	36	16.2
Sigaraya ne zaman başladınız?	İlkokul	16	7.2
	Ortaokul	26	11.7
	Lise	146	65.7
	Üniversite	34	15.3
Günde kaç sigara içiyorsunuz?	5 ve altı	14	6.3
	5-10	38	17.1
	10-20	36	16.2
	20 ve üstü	134	60.3
Sigaranın zararları konusunda bilginiz var mı?	Evet	218	98.2
	Hayır	4	1.8
Sigarayı bırakmak istiyor musunuz?	Evet	106	72.6
	Hayır	42	27.4
Anneniz sigara içiyor mu?	Evet	80	36.0
	Hayır	142	64.0
Babanız sigara içiyor mu?	Evet	125	56.30
	Hayır	97	43.7
Sigara içen arkadaşlarınız var mı?	Evet	129	51.8
	Hayır	93	41.9
Kendinizi bir kelime ile tanımlayın (Ben bir .....im)	Doğuştan gelen özelliklerle	142	64.0
	Çabıyla edinilen özelliklerle	80	36.0
Toplam		222	100.0

## İşlem

Araştırmada veriler, bireysel uygulama ve grup uygulaması şeklinde toplanmıştır. Veriler toplanırken gönüllülük ilkesi esas alınmış, katılımcılara öncelikle araştırmanın amacına yönelik kısa bir bilgi verilmiş ve ardından araştırmaya katılmak isteyen katılımcılara ölçekler verilmiştir. Ayrıca, gerekli durumlarda katılımcılara ek açıklamalar yapılmıştır. Katılımcılardan kimlik bilgileri istenmemiştir. Ölçeklerin uygulanması 45-60 dakika arasında değişmiştir. Araştırma verileri Ankara ilinde Eylül 2010- Ekim 2010 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırma yapılırken etik ilkelere uyulmuştur.

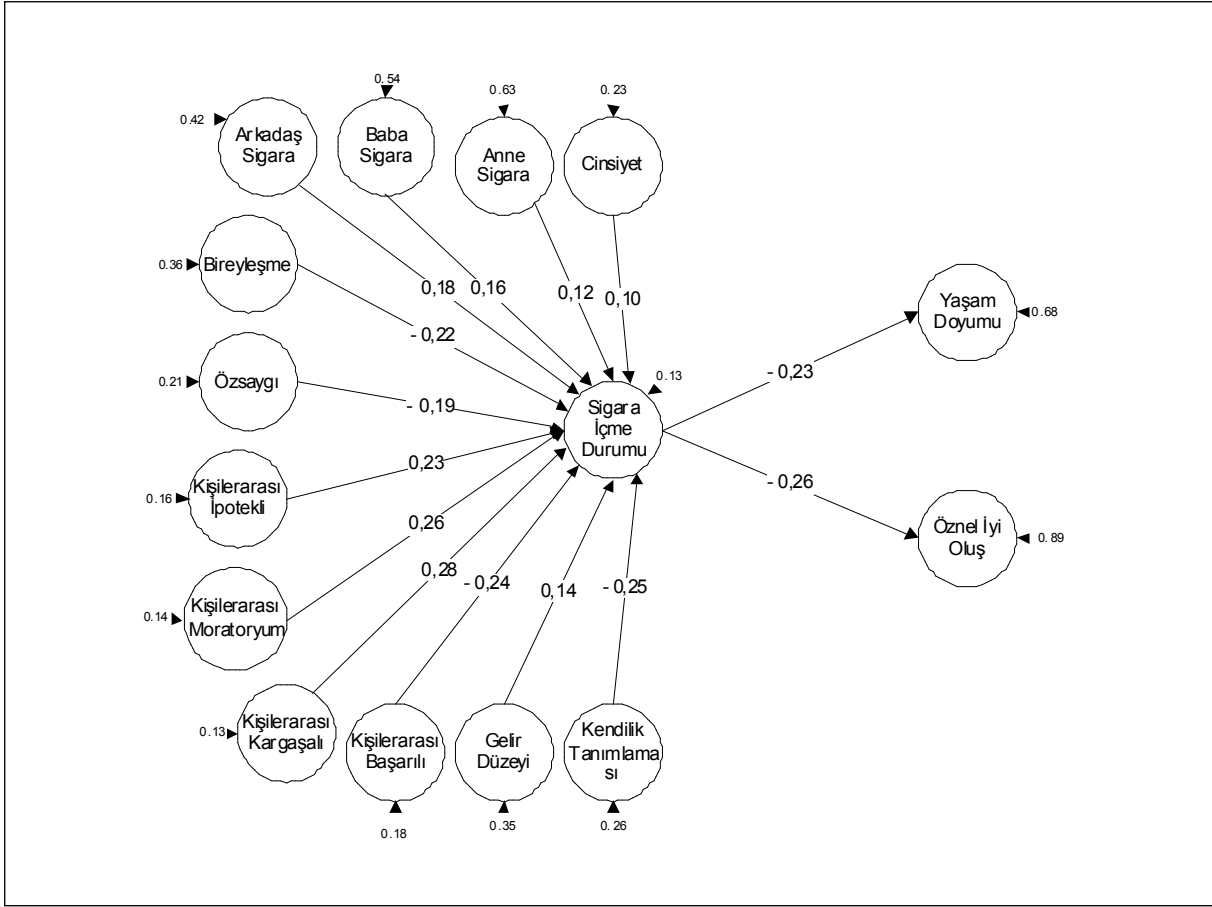
## BULGULAR

Bu bölümde öncelikle, araştırmada yer alan bağımlı ve bağımsız değişkenlere ilişkin betimsel istatistik bulguları sunulmuş, daha sonra geliştirilen Path modeline ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

### Sigara Kullanma Durumuna İlişkin Bulgular

Gençlerin sigara içme durumlarına ilişkin betimsel istatistikler Tablo 1'de gösterilmektedir.

Tabloda da görüldüğü gibi, katılımcıların çoğunluğu sigara içmektedir ve sigaraya en çok lise yıllarında yani ergenlikte başlamışlardır. Grubun çoğunluğu günde 20 ve üzeri sigara içmektedir. Ayrıca, grubun neredeyse tamamının sigaranın zararları konusunda bilgisi vardır. Katılımcıların



Şekil 1. Çeşitli psikososyal değişkenler-sigara içme-öznel iyi oluş-yaşam doyumu modeli

üçte ikisi sigarayı bırakmak istediğini, yarısından fazlası da sigarayı daha önce bıraktıklarını belirtmişlerdir. Grubun yarısı sigarayı bir kez bırakmayı denediklerini belirtirken, grubun çoğunluğunun annesi sigara içmemektedir. Ayrıca, katılımcıların yarısından fazlasının babası ve yarısının arkadaşları sigara içmektedir. Katılımcıların çoğunluğu kendini doğuştan getirdiği özellikle tanımlamıştır (örneğin, "ben bir kadını", "ben bir erkeğim" gibi). İzleyen bölümde, path analizine ilişkin bulgular ve yoruma yer verilmiştir.

### Psikososyal Değişkenler-Sigara Kullanma-Öznel İyi Oluş- Yaşam Doyumu Modeline İlişkin Bulgular

Bu bölümünde geliştirilen model ve değişkenler arasındaki ilişkileri temsil eden standartlaştırılmış katsayılara ilişkin bulgular verilmiştir. Ardından,

model iyilik uyumuna ilişkin bulgulara, son olarak da modelin değerlendirilmesine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Geliştirilen ve test edilen model Şekil 1'de gösterilmektedir.

Şekil 1'de de görüldüğü gibi, araştırmanın bağımlı değişkeni ile bağımsız değişkenleri arasındaki ilişkileri ifade eden Path Modeli standartlaştırılmış katsayıları .10 ile .28 arasında değişmektedir ( $p < .01$ ). Kline (2003), standartlaştırılmış Path katsayılarını; .10'dan düşükse küçük; .30'dan küçükse orta ve .50'den büyükse yüksek etki büyüklüğü olarak tanımlamıştır. Buna göre, sigara içmenin modeldeki en güçlü yordayıcısı kimlik statülerinden kişilerarası kargaşalı kimlik statüsüdür (standartlaştırılmış katsayı = .28). Başka bir ifade ile, kişilerarası kargaşalı kimlik statüsünde olan bir birey, diğerlerine göre daha fazla sigaraya bağımlıdır. Ayrıca, model dikkate alındığında kişilerarası

**Tablo 2.** Post-hoc model değişikliklerine ilişkin genel uyum katsayıları

Genel Uyum Katsayıları	Değer
$\chi^2$	9,82*
Sd	3
NFI	.91
CFI	.94
RMSEA	.042*
AGFI	.92

\*p&lt;.01

kargaşalı kimlik statüsündeki bir birim artış, sigara içme davranışını .28 birim artırmaktadır. Sigara içmenin ikinci olarak en güçlü yordayıcısı kimlik statülerinden kişilerarası moratoryum kimlik statüsüdür (standartlaştırılmış katsayı = .26). Kişilerarası moratoryum kimlik statüsündeki bir birim artış, sigara içmeyi .26 birim artırmaktadır. Sigara içmenin diğer yordayıcıları sırasıyla kendilik tanımlaması (standartlaştırılmış katsayı = -.25), kişilerarası başarılı kimlik statüsü (standartlaştırılmış katsayı = -.24), kişilerarası ipotekli kimlik statüsü (standartlaştırılmış katsayı = .23), bireyleşme türü (standartlaştırılmış katsayı = -.22), özsaygı düzeyi (standartlaştırılmış katsayı = -.19), arkadaşların sigara içmesi n(standartlaştırılmış katsayı = .18), babanın sigara içmesi (standartlaştırılmış katsayı = .16), gelir düzeyi (standartlaştırılmış katsayı = .14), annenin sigara içmesi (standartlaştırılmış katsayı = .12) ve son olarak da cinsiyettir (standartlaştırılmış katsayı = .10).

Model incelendiğinde, sigara içme ile özsaygı, kişilerarası başarılı kimlik, bireyleşme ve bireylerin kendilerini tanımlamada tercih ettikleri özellik arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Yani, bireyin özsaygısı yüksekse, başarılı kimlik statüsündeyse, gelişimsel bireyleşme sürecine sahipse ve kendini çabayla edindiği özellikle tanımlıyorsa, bu bireyler diğerlerine göre daha az sigara içme davranışı göstermektedir. Ayrıca, modele göre, erkekler kızlara göre daha fazla sigara içmektedir. Annesi, babası ve arkadaşları sigara içenler, ipotekli, moratoryum ve kargaşalı kimlik statüsünde olanlar ve düşük gelir düzeyine sahip olanlar, diğerlerine göre daha fazla sigara içmektedir.

Modelde ayrıca, sigara içme ile yaşam doyumu ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler de incelenmiştir. Buna göre, sigara içme ile yaşam doyumu arasında ters yönde orta düzeyde bir ilişki (standartlaştırılmış katsayı = -.23) ve sigara içme ile öznel iyi oluş arasında da ters yönde orta düzeyde bir ilişki (standartlaştırılmış katsayı = -.26) vardır. Başka bir ifade ile sigara içme davranışı ile hem yaşam doyumunu hem de öznel iyi oluş arasında bir ilişki olduğu görülmektedir. Geliştirilen modele ilişkin iyilik uyum değerleri Tablo 2'de gösterilmektedir.

Tablo 2'de de görüldüğü gibi, geliştirilen modele ilişkin iyilik uyum değerleri kabul edilebilir sınırların üzerindedir. Örneğin, NFI değeri .91, RMSEA değeri .042, AGFI değeri .92 olarak bulunmuştur (p<.001). Klein'e (2003) göre bu değerler modelin kabul edilebilir olduğuna işaret etmektedir.

## TARTIŞMA

Bu çalışmada, yetişkinliğe geçiş sürecindeki bireylerin sigara içmeleri ve sigara içmenin psikososyal belirleyicileri bir model içinde test edilerek incelenmiştir. Bulgular iki alt başlık olarak aşağıda tartışılmıştır.

### Sigara Kullanma Durumuna İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Bulgulara dikkate alındığında, katılımcıların çoğunluğunun sigara içtiği görülmektedir. Literatürde yetişkinliğe geçiş yıllarında bireylerin yaşamın diğer dönemlerine göre daha fazla madde kullandıkları belirtilmektedir (Arnett 2004). Kimlik gelişiminin ergenlikte başlamasına karşın, son yıllardaki gelişim psikolojisi çalışmaları kimlik gelişiminin ortalama 18-25 yaşlar arasında olduğunu öne sürmektedir (Arnett 2004). Bu bağlamda, gençlik dönemi, kimlik arayışının olduğu ve risk alma davranışlarının daha sık görüldüğü bir süreç olarak sigara içmenin daha kolay ortaya çıkabildiği bir dönem olarak görülmektedir. Bu çalışmanın sigara kullanmayla ilgili bulgusunun bu kuramsal açıklamalarla uyumlu olduğu ifade edilebilir.

Araştırma sonuçlarına göre, katılımcılar sigaraya en çok lise yıllarında başlamışlardır. Sigara kullanma yaşıyla ilgili literatür incelendiğinde, bu çalışmanın bulgularının literatürle uyumlu olduğu ifade



edilebilir (Kolay-Akferit ve ark. 2009). Sigaraya başlama yaşıyla ilgili bulgular incelendiğinde, katılımcıların neredeyse beşte birinin ilk ve ortaokul yıllarında sigaraya başladıkları görülmektedir. Bu bulgu, sigara içme yaşının düştüğüne işaret ediyor görünmektedir. Ayrıca, katılımcıların önemli bir yüzdesinin (%15.3), üniversite yıllarında sigaraya başladığı görülmektedir. Bu bulgu, sigara içenlerin sayısına, üniversite döneminde de önemli eklenmeler olduğunu göstermesi bakımından önemlidir. Literatürde üniversite yıllarının insan yaşamında en özgür dönem olduğu ve her türlü riskli davranışın bu dönemde daha çok denendiği vurgulanmaktadır (Arnett 2000, 2004). Bu durumun temel nedeni, üniversite yaşantısıyla birlikte aile denetiminin azalması olarak görülmektedir (Arnett 2004). Bu bulgu, sigara içmeyi önleme çalışmalarının sadece liselerde değil, ilköğretim ve üniversite öğrencilerine yönelik olarak da sürdürülmesi gerektiğini göstermektedir.

Grubun çoğunluğu günde 20 ve üzeri sigara içmektedir. Bir gün içinde içilen sigara sayısı ile ilgili literatür incelendiğinde, bu bulgunun literatürle uyumlu olmadığı görülmektedir. Örneğin, Tot ve ark. (2002), gençler arasında bir günde 20 ve üzeri sigara içenlerin oranını %10 olarak, günde 1-5 sigara içenlerin oranını %18 olarak, günde 6-10 sigara içenlerin oranını %20 olarak, günde 11-20 sigara içenlerin oranını %36 olarak bulmuşlardır. Bu çalışmada ise günde 20 ve üzeri sigara içenlerin oranı oldukça yüksek (%60.3) çıkmıştır. Bu durumun nedeni, iki çalışmadaki katılımcıların farklı özelliklere sahip olmaları olabilir. Tot ve ark. (2002) üniversite öğrencilerinden veri toplamışken, bu çalışmada hem üniversite öğrencileri hem de aynı yaşta olup öğrenci olmayan bireyler katılımcı olarak seçilmiştir. Bu farkın nedenini anlamak için, sonraki çalışmalar karşılaştırmalı olarak yapılabilir.

Grubun neredeyse tamamının sigaranın zararları konusunda bilgisi vardır. Bununla birlikte, grubun üçte ikisinden fazlası geçmişte ya da şimdi sigara içmektedir. Sigaranın zararları konusunda bilgi sahibi olmalarına karşın, gençlerin yarısından fazlası şu anda sigara içmektedir. Bu bulgu, ilgili alanyazınla uyumlu görünmektedir. Örneğin, Gökgöz ve Koçoğlu (2007), gençlerin sigaranın zararları konusunda bilgi sahibi olduklarını, ancak çoğunun sigara içtiğini bulmuşlardır. Bu bulgu,

sigara konusunda bilgi sahibi olmanın sigara kullanma davranışını azaltmadığı şeklinde yorumlanabilir. Bu bağlamda, müdahale çalışmalarında bilgi değişikliği yerine tutum değişikliği çalışmaları yapılabilir.

Sigara içen katılımcıların neredeyse üçte ikisi sigarayı bırakmak istediğini belirtmişlerdir. Bu bulgu literatürle uyumlu görünmektedir. Birkaç çalışmada (Tot ve ark. 2002, Kolay-Akferit ve ark. 2009) sigara içen gençlerin önemli bir oranının sigarayı bırakmak istedikleri bulunmuştur. Bu bulgu, müdahale çalışmalarında kullanılabilir. Sigarayı bırakmada önceliklerden biri gönüllülük olarak görünmektedir. Bu bağlamda, müdahale çalışmalarında gönüllülük ilkesi esas alınabilir.

#### **Psikososyal Değişkenler-Sigara Kullanma-Öznel İyi Oluş- Yaşam Doyumu Modeline İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi**

Model analizine ilişkin bulgular incelendiğinde, sigara içmenin modeldeki en güçlü yordayıcısı kimlik statülerinden kişilerarası kargaşalı kimlik statüsü iken, en zayıf yordayıcısı cinsiyettir. Marcia, Erikson'un kimlik kazanımına karşı dağınık kimlik ikilemini incelemiş ve bunalımlara yönelik tutumlara ve sosyal rol belirlemelerine göre ergenin karşılaştığı ya da karşılaşacağı "araştırma" ve "karar verme" düzeyine dayalı dört kimlik statüsü tanımlamıştır. Bu statüdeki bireyler kimlik alanlarında gelişigüzel keşif yapar; ancak herhangi bir bağlanmada bulunmazlar. Bu kimlik statüsüne sahip olan bireyler, çeşitli seçenekleri irdelemiş olsalar bile, yaşamlarında belirli bir yönelimi henüz oluşturamamışlardır. Söz konusu bireyler, yönlenebilecekleri bu alanlara ilişkin bir kimlik krizi yaşantısı geçirmemiş, araştırma dönemi yaşamamış, yeniden değerlendirme yapmamış ve seçenekleri değerlendirmemişlerdir. En az gelişmiş kimlik statüsü olan bu statü, genellikle erken ergenlik dönemlerinde görülmektedir. Kargaşalı kimlik statüsünde yer alan bireyler üzerinde yapılan araştırmalar tutarlı sonuçlar vermemektedir. Kargaşalı kimlik statüsündeki bireyler herhangi bir şeye bağlanmadıklarından, dışarıdan gelecek etkilere açıktır ve bu nedenle de ele geçirdikleri fırsatları amaçsızca değerlendirmek isterler. Kendilerini bulamıyor gibi görünen bu genç insanlar uyuşturucu ya da alkol kullanımı gibi kaçış davranışlarına

yönelebilirler (Adams ve Gullota 1989). Örneğin Jones ve Hartmann (1988) lise öğrencileri ile yaptıkları çalışmada ego kimlik gelişimi ile madde kullanımı (sigara, alkol, tütün çiğneme, kokain) ilişkisini araştırmışlardır. Araştırma sonucunda kimlik statülerinin madde kullanma durumuna göre farklılaştığı ve dağınık kimlik statüsündeki ergenlerin diğer statüdeki ergenlere göre daha fazla madde kullandıkları saptanmıştır. Bu bilgiler dikkate alındığında, kişilerarası kargaşalı kimlik statüsü ile sigara içme durumu arasındaki ilişkinin beklendiği olduğu ifade edilebilir.

Model analizi incelendiğinde, sigara içme ile başarılı kimlik statüsü arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki ve sigara içme ile kişilerarası ipotekli ve moratoryum kimlik statüleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Başarılı kimlik statüsündeki bireyler etkin olarak araştırma sürecini yaşayıp çeşitli rolleri deneyerek bağlanmalar oluştururlar. Bu statüdeki birey, seçenekleri irdelediği bir dönemi geçmiş ve belirli yönelimleri gerçekleştirmiş demektir. Başarılı kimlik statüsündeki bireyler kimliğe karşı kimlik dağınıklığı çatışmasını başarıyla çözümlenmişlerdir. Kimlik başarısı ego gücünü artırır. Başarılı kimlik statüsündeki bireyler kendileri ile uyum içindedir, kendi kapasitelerini, sınırlılıklarını ve düşüncelerini kabul ederler (Adams ve Gullota 1989). Yapılan araştırmalarda, başarılı kimlik statüsündeki gençler özerklik ölçeklerinden tutarlı bir şekilde yüksek puan almışlar ve kararlarını belirlerken başkalarının fikirlerine daha az bağlılık göstermişlerdir. Bilişsel kapasiteleri açısından, baskı altındayken, diğer statülere oranla çok daha başarılı, yaratıcı davranmışlar, mantıklı, akılcı ve planlı karar verme stratejilerini daha çok kullanmışlardır. Bu bilgiler dikkate alındığında, başarılı kimlik statüsündeki bireylerin, ego güçleri sayesinde diğer kimlik statülerindeki bireylere oranla daha az sigara içtikleri ve bu çalışmanın bulgusunun ilgili literatürle uyumlu olduğu ifade edilebilir.

İpotekli kimlik statüsündeki bireyler herhangi bir araştırma yapmadan bağlanma yapar. Bu statüdeki bireyler anababa, akraba ya da diğer önemli kişilerin beklentilerine göre kimliğini oluşturur. Akran gruplarının belirlediği roller ve değerler de bazen ergenin herhangi bir sorgulama yapmaksızın

ipotekli kimlik oluşturmasını sağlayabilir. Bu grup kimlik statüleri arasında en az kaygılı ve yeni deneyimlere en az açık olan gruptur (Kroger 2000). Bu bağlamda, bu çalışmada sigara içme ile ipotekli kimlik statüsü arasında olumlu yönde ilişki bulunmuş olmasının, ilgili literatürle uyumlu olduğu ifade edilebilir. Özellikle, arkadaşların ve anababaların sigara içmesi, ipotekli kimlik statüsündeki bireylerin sigara içmelerinde etkili olan örtük değişkenler olabilir. Sonraki çalışmalar, bu örtük değişkenlerin aracılık etkilerini inceleyebilir. Bu grubun yeni deneyimlere açık olmaması, sigarayı bırakmalarını üzerinde etkili olabilir. Bu yüzden, sonraki çalışmalarda bu ilişkiler incelenebilir.

Moratoryum (askıya alınmış) kimlik statüsündeki bireyler seçenekleri araştırırlar, denemelerde bulunurlar ancak kalıcı herhangi bir bağlanma yapmazlar. Bu bireyler sürekli yeni rolleri denerler. Kişi askıya alınmış kimlik statüsündeyken dünya bireye sabit, kontrol edilebilir ve hoş bir yer olarak görünmez. Marcia'nın moratoryum olarak adlandırdığı statüdeki bireyler, kimlik krizinin tam ortasındadırlar ve kriz devam ederken, bu ergenler önemli kararlar vermeyi ertelerler. Bu zaman içerisinde çok sayıda seçeneği denerler. Yapılan araştırmalar moratoryum statüsündeki bireylerin, başarılı ve ipotekli kimlik statüsünde olanlardan daha kaygılı, kuşkucu, ilişkilerinde uçarı ve yakın ilişki için gerekli bağlanmadan kaçınma gibi özelliklere sahip olduklarını ortaya koymuştur (Kroger 2003). Bu bağlamda, yeni deneyimleri sıklıkla deneyen bu bireylerin sigarayı da rahatça deneyeceği öne sürülebilir. Yukarıdaki bilgiler dikkate alındığında, moratoryum kimlik statüsü ile sigara kullanma arasında pozitif bir ilişkinin bulunmasının, oldukça beklendiği olduğu ifade edilebilir.

Araştırma bulgularına cinsiyet açısından bakıldığında, cinsiyet ile sigara kullanma arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. İlgili literatür incelendiğinde, erkeklerin kızlara oranla daha fazla sigara kullandıkları ifade edilebilir (Tot ve ark. 2002). Bu çalışmada cinsiyet, Dummy değişken olarak (erkekler 1) model analizine sokulmuş ve sonuçlar literatürle uyumlu bulunmuştur. Bu durumun nedeni, kızlar ve erkekler arasında farklı toplumsallaşma biçimlerinin olması olabilir. Türkiye'de erkekler daha atılgan yetiştirilirken, kızlar daha yumuşak başlı yetiştirilir-

mektedir. Ayrıca, erkekler daha fazla dışarıda zaman geçirmektedir (Kağıtçıbaşı 1993, 1996). Bu bağlamda, erkeklere sigara içme konusunda daha fazla olanak sunuluyor gibi görünmektedir. Bulgular dikkate alındığında, cinsiyete göre sigara içme oranlarının kültüre özgü değişkenlerden etkilendiği ifade edilebilir.

Sigara kullanma, önemli bir psikososyal sorundur ve alışkanlık yapan maddelerin en yaygın olanı sigaradır. Sigara kullanma davranışında model almanın rolü önceden beri bilinmektedir. Örneğin, Bauman ve ark. (1990), anababaların ve arkadaşların sigara içmesinin gençlerin sigara içmesine etkisi üzerine yaptıkları çalışmada, anababaların ve arkadaşların sigara içmelerinin gençlerin sigara içmesinde etkili olduğunu bulmuşlardır. Bu çalışmada, grubun çoğunluğunun annesi sigara içmemektedir. Ayrıca, katılımcıların yarısından fazlasının babası ve yarısının arkadaşları sigara içmektedir. Sigara içme ile ilgili literatür incelendiğinde, bu çalışmanın bulgularının literatürle uyumlu olduğu ifade edilebilir. Gençlerde sigara kullanımının belirlenmesinde anababa ve akran etkileri üzerine yapılan çalışmalar, sigara içme davranışının sosyal öğrenme ve model alma ile olduğunu göstermektedir. Örneğin, Tot ve ark. (2002) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, babası alkol kullananların daha fazla sigara içtiğini ve annesi sigara kullananlarda sigara ve alkol kullanımının daha fazla olduğunu bulmuştur. Benzer biçimde, Kolay-Akferit ve ark. (2009), anne ve babanın sigara kullanımı ile katılımcıların sigara kullanımı arasında anlamlı ilişkiler olduğunu bulmuştur. Bu bulgular, sigara içme davranışında model almanın etkili olduğu şeklinde yorumlanabilir. Müdahale çalışmaları açısından bakıldığında, sadece gençlerin değil, anababa ve arkadaşlarında müdahale çalışmaları kapsamına alınması gerektiği önerilebilir.

Model incelendiğinde, sigara içme ile özsayı, bireyleşme ve bireylerin kendilerini tanımlamada tercih ettikleri özellik arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler ve gelir düzeyi ile de pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Benlik saygısı ile ilgili alanyazın incelendiğinde, benlik saygısının evrensel bir tanımının olmadığı ve bu kavrama çeşitli anlamlar yüklendiği, yüklenen bu anlamlar kapsamında benlik saygısının genel olarak kendini

sevme, kendini kabul ve yeterlilik olmak üzere üç anlam taşıdığı görülmektedir. Kişinin yaşantısında anahtar rolü oynayan belirli insanlar benlik saygısının oluşumunu etkilemektedir. Kişi kendisi için önemli olan insanların düşünce, davranış ve tutumlarını değerlendirmektedir (Arnett 2004). Anne ve babayla kurulan güçlü bir ilişki, erken ergenlikten genç yetişkinliğe uzanan yıllar boyunca benlik saygısı için güçlü bir temel oluşturmaktadır. Yüksek benlik saygısı sağlık davranışlarıyla (Leary ve ark. 1995) ilişkili iken; düşük benlik saygısının sigara içme, madde kullanımı ve istenmeyen hamilelik gibi olumsuz sağlık ve sosyal davranışlarla ilişkili bulunmuştur (Cote 2002). Bu bağlamda, bu çalışmada özsayı ile sigara kullanma davranışı arasında ters yönde ilişki bulunmuş olmasının, ilgili literatürle uyumlu olduğu söylenebilir. Bu bulgu dikkate alınarak, müdahale çalışmalarında gençlerin özsayılarını yükseltmek de amaçlanabilir.

İnsanın bireyleşme sürecinde eylemlilik ya da kişinin özerk eylemde bulunması önemlidir ve her ayrılma ve bireyleşme döneminde bireyleşmenin yönünü belirleyen en önemli etken kişinin özerk eylemde bulunmasıdır. Cote'a göre (1997) eylemliliğin derecesi, bireyleşmenin yönünü belirlemektedir ve yüksek eylemlilik gelişimsel bireyleşmeye, düşük eylemlilik ise varsayılan bireyleşmeye neden olmaktadır. Varsayılan bireyleşmede genç insanlar, tüketim toplumunun ve popüler kültürün sunduğu yaşam amaçlarını benimseyebilir, en son modayı taklit ederek, kendilerine sunulan var olan seçenekleri kullanırlar. Bu tür bireyleşme, yaşam sürecini dar ve belirli bir çevreyle sınırlandırmaya, bağımlılığa ve seçeneklerin kısıtlı olmasına dayanır (Cote 2000). Bu tür bireyleşmede, bireyler topluma ve aileye bağımlılık ve güvenme yönünde toplumsallaştırılmaktadır. Gelişimsel bireyleşmede ise, genç insanlar bütün olanakları değerlendirdikleri bir yaşam biçimi benimseyebilir. Gelişimsel bireyleşme, duygusal olarak anababalardan bağımsızlık ve özerk olma ve kişisel ilişkilerin özel olması ile belirgindir; ancak özerklik ve ilişkilerin özel olma başarısı, kişisel gelişim olaylarına da bağlıdır. Bu tür bireyleşmenin desteklediği toplumlarda, beklentiler, sorumluluklar ve cezalar azdır. Gelişimsel bireyleşmede bireyler, yüksek düzeyde umursamaz davranışlar gösterebilirler. Bireye pek çok seçenek sunulmaktadır ve bireyden beklenen

uyum için toplumsal baskı düşüktür. Genel olarak, gelişimsel bireyleşmede bireyler bir yandan daha yaratıcı, bağımsız ve özerk iken; öte yandan, yüksek düzeyde yalnızlık yaşamakta, toplumsal sorunlar artmakta ve toplumsal ve bireysel karışıklıklar ortaya çıkmaktadır. Varsayılan bireyleşmede ise, bireylerde daha güçlü bir toplulukçu kimlik vardır (Cote 2002). Bu kuramsal açıklamalar dikkate alındığında, varsayılan bireyleşmede bireyler topluma ve aileye bağımlılık ve güvenme yönünde toplumsallaştırıldığı için, bireylerin sigara kullanmaması, gelişimsel bireyleşmede ise bireylerin sigarayı deneyimlemesi beklenir. Ancak, bulgulara bakıldığında gelişimsel bireyleşme ile sigara içme arasında ters yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Ancak, sonucun bu şekilde çıkmasında anabaların sigara kullanması da etkili olmuş olabilir. Başka bir ifade ile varsayılan bireyleşme sürecini deneyimleyen bireyler anababa ve arkadaşlarını model olarak sigara kullanıyor olabilir.

Bu araştırmada dışsal değişkenlerden biri de kendilik tanımlamasıdır. Veri toplama aşamasında bireylerden kendilerini tek bir kelime ile tanımlamaları istenmiş ve kendini doğuştan getirdiği özelliklerle ve kendini çabayla edindiği özelliklerle tanımlayanlar üzere ikili bir sınıflama sistemi kullanılmıştır. Bu değişken de model analizine dummy değişken olarak (kendini çabayla edindiği özelliklerle tanımlayanlar: 1) dahil edilmiştir. Araştırma sonucunda kendini çabayla edindiği özelliklerle tanımlama ile sigara içme arasında ters yönde bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu, bireyin kendini nasıl tanımladığı ile başka bir ifade ile kendini nasıl algıladığı ile sigara içme arasında negatif bir ilişki olduğu şeklinde yorumlanabilir. Sonucun bu şekilde bulunmuş olması, bireylerin kendilik tanımlamasının aslında onların özsaygı düzeyleriyle ilişkili olduğu ve aslında bu sonucu özsaygının etkilediğine bağlanabilir.

Bulgulara gelir açısından bakıldığında, gelir düzeyi arttıkça sigara kullanmanın arttığı söylenebilir. Bu durumun temel nedeni "ulaşılabilirlik" olabilir. Yani, ekonomik olarak daha rahat olan bireyler, diğerlerine göre daha kolay bir biçimde sigara alıp kullanabilmektedir.

Model analizi incelendiğinde, sigara içme ile hem yaşam doyumu hem de öznel iyi oluş arasında ters yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Başka bir ifade ile sigara içme davranışı hem yaşam

doyumunu hem de öznel iyi oluşu azaltıyor görünmektedir. Yaşam doyumu öznel iyi oluşun bilişsel yönüdür. Yaşam doyumu bir bireyin kendi belirlediği ölçütlere uygun bir biçimde bireyin tüm yaşamını pozitif değerlendirmesi, dolayısıyla yaşamı hakkında değer biçmesi olarak tanımlanmaktadır. Literatürde sigara kullanma ile yaşam doyumu ilişkisini inceleyen çok az çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalarda genel olarak sigara kullanmanın yaşam doyumunu azalttığı sonucuna ulaşılmıştır (Siyez ve Aysan 2007). Bu çalışmada da benzer bir sonuç elde edilmiştir. Bu durum, sigaranın kişinin mutluluğunun bilişsel yönünü etkilediği ve kendi yaşamını değerlendirirken daha olumsuz olduğu şeklinde yorumlanabilir. Benzer biçimde bu çalışmada sigara kullanmanın kişinin öznel iyi oluş düzeyini azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Öznel iyi oluş, bireylerin yaşamlarından doyum almalarını, olumlu duyguları sıklıkla ve olumsuz duyguları çok az yaşamalarını içeren bir terimdir. Bu bağlamda öznel iyi oluşun yaşam doyumu, önemli yaşam alanlarında doyum, olumlu duygular ve düşük düzeyde olumsuz duygular olmak üzere birkaç alt boyutu bulunmaktadır (Deiner 2001, Lyubomirsky ve ark. 2005). Bireyler, eğer yaşam koşullarından doyum sağlıyorsa, sıklıkla olumlu duygular yaşıyorlarsa ve ayrıca olumsuz duyguları çok az yaşıyorlarsa bu bireylerin öznel iyi oluş düzeyleri yüksektir. Öznel iyi oluş üzerinde belirleyici olan üç önemli faktör vardır (Lyubomirsky ve ark. 2005). Belirleyicilerden ilki ve en etkili olanı, genetik yatkınlıktır. Yapılan çalışmalarda genetik yatkınlığın mutluluğun üzerindeki belirleyici etkisinin %50 olduğu bulunmuştur (Lyken ve Tellegen 1996). İkinci belirleyici bireyin amaçlı ya da niyetli eylemleridir. Bu eylemler, bireylerin yaşamlarında düşündükleri ya da yaptıkları günlük aktiviteleri içerir. Amaçlı aktiviteler, bireylerin mutluluklarını %40 oranında etkilemektedir (Lyubomirsky ve ark. 2005). Üçüncü belirleyici ise, bireylerin demografik özellikleridir. Demografik etmenler, mutluluğu %10 oranında açıklamaktadır (Deiner ve ark. 1999). Bu çalışmada ele alınan sigara kullanma durumu, amaçlı eylemler başlığı altında ele alınabilir. Bazı amaçlı eylemler (yemek yemek, cinsellik gibi) öznel iyi oluşu artırırken, bazıları azaltmaktadır. Sigara kullanma, öznel iyi oluşu azaltan eylemlerden biri olarak değerlendirilebilir. Öznel iyi oluşu artırma strateji-

leri konusunda çalışan alan uzmanlarının bu araştırmanın yaşam doyumu ve öznel iyi oluşa ilişkin bulgularını uygulamada kullanmaları yararlı olabilir. Hem Türkiye'deki hem de yabancı literatür incelendiğinde, sigara içmeyi bir model içerisinde çok değişkenli olarak ele alan herhangi bir çalışmanın olmadığı görülmektedir. Bu çalışmanın model analizine ilişkin bulguların, sonraki çalışmalara kaynaklık edebileceği ifade edilebilir.

## SONUÇ

Bu araştırma, yetişkinliğe geçiş sürecinde olan bireylerde sigara içmenin demografik ve psikososyal belirleyicilerini incelemek ve sigara içme ile öznel iyi oluş ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla yapılmış ve sigara içme ile özsayı, kişilerarası başarılı kimlik, bireyleşme ve bireylerin kendilerini tanımlamada tercih ettikleri özellik arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Ayrıca, sigara içme ile yaşam doyumu ve öznel iyi oluş arasında orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Bununla birlikte, çalışmanın bazı önemli sınırlılıkları bulunmaktadır. Çalışmanın önemli sınırlılıklarından biri, sadece bazı psikososyal değişkenlerin sigara içme durumuyla ilişkisinin incelenmesidir. Bu bağlamda, sonraki çalışmalar, çok değişkenli olarak yapılabilir.

Model analizi yapılırken, katılımcıların sigara içme ya da içmeme durumu dikkate alınarak, sigara içme durumu Dummy değişken olarak model analizine sokulmuştur. Bu durum çalışmanın önemli bir sınırlılığıdır. Başka bir ifade ile bu çalışmada sadece sigara içme durumu ölçülmüş, sigara bağımlılığı ölçülmemiştir. Sonraki çalışmalarda Fagerström Nikotin Bağımlılığı Ölçeği kullanılarak sigara bağımlılığı üzerinde çalışmak, ilgili literatür açısından önemli katkılar sağlayabilir. Araştırma kapsamında bireylerin sigara kullanım süresine ilişkin bilgi toplanmamıştır. Bu durum, araştırmanın önemli sınırlılıklarından biridir. Bu çalışmada bağımlı değişkenler öznel iyi oluş ve yaşam doyumu iken, sigara içme durumu aracı değişkendir. Bu değişkenler arasındaki ilişki ters yönlü de olabileceği için, sonraki çalışmalarda bu ilişkinin incelenmesi ilgili literatüre önemli katkılar sağlayabilir.

Bu çalışmada araştırma grubu sadece yetişkinliğe geçiş yıllarındaki bireylerden oluşmaktadır.

Bilindiği gibi genelde sigara kullanma davranışı ergenlikte başlamaktadır. Bu bağlamda, sonraki çalışmalar ergenler ve yetişkinliğe geçiş yıllarındaki bireyleri birlikte ele alabilir. Ayrıca, sonraki çalışmalarda ergenler, yetişkinler ve yetişkinliğe geçiş sürecindeki bireylerin sigara içme durumlarını karşılaştırılabilir. Yöntem olarak bu çalışmaya bakıldığında, araştırmanın nicel bir çalışma olduğu görülmektedir. Bilindiği üzere daha güvenilir sonuçlar elde etmek için karışık desen (mixed design) olarak adlandırılan ve aynı anda hem nicel hem de nitel çalışmaları içeren bir yöntem kullanılabilir. Bu bağlamda, sonraki çalışmalar hem nicel hem de nitel veriler kullanılarak yapılabilir. Araştırma grubu incelendiğinde, katılımcıların üniversite eğitimi alan ve almayan bireylerden oluştuğu görülmektedir. Genel olarak bakıldığında, üniversite öğrencilerinin eğitimli/kentli grubu, öğrenci olmayanların ise gecekondulu grubunu temsil ettiği ifade edilebilir. Bu bağlamda, daha iyi karşılaştırmalar yapmak için eğitimli/kentli, gecekondulu gençliği ve kırsal kesim gençliği araştırma grubu olarak seçilebilir. Bu çalışmanın en önemli sınırlılığı kesitsel bir çalışma olmasıdır. Sigara kullanma davranışının çeşitli değişkenler açısından boyutsal bir çalışma ile incelenmesi bu değişkenlerin ilişkisinin yönü ve gücü hakkında daha çok bilgi sağlayabileceği gibi, hem grupları içi hem de gruplararası karşılaştırma olanağı sunabilir. Sonuçların güvenilirliğini incelemek amacıyla, bu çalışma daha geniş örneklemelerde tekrarlanabilir.

Son olarak, bu çalışmanın bulgularının müdahale çalışmalarında kullanılabilmesi ifade edilebilir. Örneğin, özsayı ile sigara içme arasındaki ters ilişki dikkate alınarak, özsayı düzeyini yükseltme programları geliştirilebilir. Son olarak, bu çalışmanın bulguları dikkate alınarak, sigara içme ile ilgili önleme çalışmalarının üniversite yıllarında da sürdürülmesi ve bu çalışmalarda aile etkisi, özsayı, kimlik gelişimi ve bireyleşme sürecinin de göz önüne alınması ifade edilebilir.

Yazışma adresi: Psk.Dr. Hasan Atak, Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara, sternum\_001@hotmail.com

## KAYNAKLAR

- Adams SG, Gullotta T (1989) *Adolescent Life Experiences*. New York: Brooks Cole Publishing Company.
- Arnett JJ (2000) Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *Am Psychol*, 55:469-480.
- Arnett JJ (2004) *Emerging Adulthood: The Winding Road From The Late Teens Through The Twenties*. New York: Oxford University Press.
- Atak H (2010) Yetişkinliğe geçişte kimlik biçimlenmesi ve eylemlilik (agency): Bireyleşme sürecinde iki gelişimsel kaynak (Doktora Tezi), Ankara, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Atak H, Çok F (2007) Emerging adulthood and perceived adulthood in Turkey, 3rd Conference on Emerging Adulthood, Tucson, AZ, USA.
- Atak H, Çok F (2010) Beliren yetişkinlik (emerging adulthood): İnsan yaşamında yeni bir dönem. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17:39-50.
- Bauman KE, Foshee VA, Linzer MA ve ark. (1990) Effect of parental smoking. *Addict Behav*, 15:413-422.
- Bennion LD, Adams GR (1986) A revision of the extended version of the objective measure of ego identity status: An identity instrument for use with late adolescents. *J Adolesc Res* 1:183-198.
- Blinn-Pike L, Worthy SL, Jonkman JN ve ark. (2008) Emerging adult versus adult status among college students: Examination of explanatory variables. *Adolescence*, 43:577-591.
- Brook JS, Gerdan AS, Brook DW (1987) Father and daughters: their relationship and personality characteristics associated with the daughter's smoking behavior. *J Genet Psychol*, 148:31-44.
- Bush SI, Ballard ME, Fromouw W (1995) Attributional style, depressive features and self-esteem: Adult children of alcoholic and nonalcoholic parents. *J Youth Adolesc*, 24:177-185.
- Büyüköztürk ve ark. (2008) *Bilimsel Araştırma Yöntemleri Geliştirilmiş 2. baskı*, Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Chubb NH, Fertman CI (1997) Adolescent self-esteem and locus of control: A longitudinal study of gender and age differences. *Adolescence*, 32:113-126.
- Côté JE (1997) An empirical test of the identity capital model. *J of Adolescence*, 20:421-437.
- Côté JE (2000) *Arrested adulthood: The changing nature of maturity and identity*. New York: New York University Press.
- Côté JE (2002) The role of identity capital in the transition to adulthood: The individualization thesis examined. *J Youth Studies*, 5:117-134.
- Côté JE, Levine CG (2002) *Identity formation, agency, and culture: A social psychological synthesis*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Çuhadaroğlu F (1995) *Adölesanlarda benlik saygısı*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Deiner E (1984) Subjective well being. *Psychol Bull*, 95:542 -75.
- Deiner E (2001) Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *Am Psychol*, 55:34-43.
- Diener E ve ark. (1999) Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychol. Bull* 125: 276-302.
- Erikson EH (1968) *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton Company, Inc.
- Eryüksel GN, Varan A (1999) Benlik kimliği statülerinin değerlendirilmesi, *Yayımlanmamış Rapor*.
- Gençöz T (2000) PANAS: Validity and reliability. *The Turkish Journal of Psychology*, 15:19-26.
- Gökgöz Ş, Koçoğlu G, (2007) Adölesan çağda sigara ve alkol içme davranışı. *Fırat Tıp Dergisi*, 12: 214-218.
- Jones RM, Hartman B (1988) Ego identity: Developmental differences and experimental substance use among adolescents. *J Adolescence*, 11:347-360.
- Kağıtçıbaşı Ç (1993) *İnsan Aile Kültür*. Ankara: Remzi Kitabevi.
- Kağıtçıbaşı Ç (1996) Özerk-ilişkisel benlik: Yeni bir sentez. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11:36-44.
- Kline RB (2003) *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*, 2nd Edition. NY: Guilford Press.
- Kolay-Akfer S ve ark. (2009) Üniversite öğrencilerinde sigara-alkol kullanımı ve aile sorunları ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10:40-47.
- Kroger J (2000) Ego identity status research in the new millennium. *Int J Behav Dev*, 24:145-148.
- Kroger J (2003) *Identity development during adolescence*. Blackwell Handbook of Adolescence. G.R. Adams, M.D. Berzonsky (Eds), Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Kutlu R, Çivi S (2006) Seydişehir Meslek Yüksek Okulu öğrencilerinde sigara kullanma durumu ve etkileyen faktörler. *Bağımlılık Dergisi*, 7: 71-79.
- Leary MR ve ark. (1995) The role of self-esteem in emotional and behavioral problems: Why is low self-esteem dysfunctional? *J Soc Clin Psychol*, 14: 297-314.
- Lykken D, Tellegen A (1996) Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychol Sci*, 7:186-189.
- Lyubomirsky S ve ark. (2005) Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Rev Gen Psychiatry*, 9:111-131.
- Marcia JE (1966) Development and validation of ego identity status. *J Pers Soc Psychol*, 5:551-558.
- Rosenberg M (1979) *Conceiving the Self*. New York: Basic Books.
- Rosenberg M (1986) *Conceiving the Self*. Krieger: Malabar, FL.
- Schwartz SJ, Côté JE, Arnett JJ (2005) Identity and agency in emerging adulthood: Two developmental routes in the individualization process. *Youth & Society*, 37:201-229.
- Siyez DM, Aysan F (2007) Sigara, alkol ve uyuşturucu madde kullanan ve kullanmayan öğrencilerin öz-yeterlilikleri ve yaşam doyumları ile stresle başa çıkma stratejilerinin incelenmesi. *Selçuk Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23.

Shanahan MJ, Porfeli E, Mortimer JT ve ark. (2002) Subjective age identity and the transition to adulthood: Demographic markers and personal attributes. *Youth Development Study*, 8:76-81.

Steinberg L (2002) *Adolescence*, 3. Baskı, New York: Mcgraw Hill Inc.

Taşçı E, Atan Ş, Durmaz N ve ark. (2005) Kız meslek lisesi öğrencilerinin madde kullanma durumları. *Bağımlılık Dergisi*, 6: 122-128.

Tot Ş ve ark. (2002) Mersin Üniversitesi öğrencilerinde sigara ve

alkol kullanım yaygınlığı ve ilişkili özellikler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3:227-231.

TUIK (2008) *Küresel Yetişkin Tütün Araştırması*, Ankara. [http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?tb\\_id=6&ust\\_id=1](http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?tb_id=6&ust_id=1)

Watson D ve ark. (1988) Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scale. *J Pers Soc Psychol*, 54:1063-1070.

Yetim U (1993) Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Soc Indic Res*, 29: 277-289.