

YÜKSEK ÖĞRETİM GENÇLİĞİNDE SİGARA İÇME ALIŞKANLIĞI

Prof. Dr. Suna Baykan*
Uzman: Sıdıka Bulduk

Giriş

Tütünün özellikle sigara içmenin sağlığa zararları bilinen bir gerçektir. Bununla beraber sigara günümüzde insanların vaz geçilmesi zor olarak kabul ettiği alışkanlıklardan birisi olmuş, sigara içmeye başlama yaşı küçülmüş, üniversite gençliğini tehdit eder bir duruma gelmiştir (1, 2).

Araştırma Yöntemi ve Araçlar

Bu araştırma 1988 yılı Eylül-Aralık ayları arasında Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesinin ondört değişik öğretmenlik programının öğrencileri arasında gelişmiş güzel örnekleme yöntemi ile seçilen % 20'lik bir öğrenci grubuna uygulanmıştır. Amacımız fakülteye ilk gelen öğrenciler ile son sınıf öğrencileri arasında sigara içme alışkanlığını kıyaslamak olduğu için araştırmaya yalnız I ve IV. sınıf öğrencileri katılmışlardır. On sekiz sorudan meydana gelen anket formunda ilk beş soru bütün öğrencilere müşterek olarak sorulmuş, buradan öğrenciye ait kişisel bilgiler ve sigara içme alışkanlığı ile ilgili bulgulara yer verilmiştir. Araştırmaya kız, erkek karışık bütün öğretmenlik programlarına devam edenlerden 235 I. sınıf 203 IV. sınıf olmak üzere toplam 438 öğrenci katılmıştır. İlk beş tabloda veriler 438 öğrenciye göre değerlendirilmiş, diğer tablolarda sigara içmeyenler ayırdıktan sonra toplam sayı 398'e düşmüştür.

(*) Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Çocuk Gelişimi ve Ev Ekonomisi Bölümü Öğretim Üyesi ve Öğretim Görevlisi

Bulgular ve Tartışma

Genel olarak öğretime başlama yaşı ortalama 18, dört yıllık lisans programından yıl kaybetmeden mezun olma yaşı da 21 olmaktadır. Öğrencilerimizin yaşlarına göre dağılımı tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1: Öğrencilerin yaşa göre dağılımı

Yaş (Yıl)	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
17-19	203	86.4	-	-	203	46.3
20-22	26	11.1	134	66.6	160	36.5
23+	6	2.5	69	34.0	75	17.2
Toplam	235	100.0	203	100.0	438	100.0

Tablo 1'den de görüldüğü gibi I. sınıfların % 86.4'ü IV. sınıfların % 56'sı sınıfına göre olması gereken yaşta olup eğitim süresince değişik nedenlerden dolayı yıl kaybetmeyenlerden meydana gelmiştir. Öğrencilerin dağılımları Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerin geldikleri yerlere göre dağılımı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Köy	49	20.9	41	20.2	90	20.5
İlçe	97	41.2	67	33.0	164	37.5
Kent	89	37.9	95	46.8	184	42.0
Toplam	235	100.0	203	100.0	438	100.0

I. sınıflarda ailesi ilçede yaşayanlar % 41,2 kentlerde olanlar % 37,9'dur. IV. sınıfta ise ailesi kentte olanlar % 46. Dolup daha yüksek sayıdadır. Bu da bize küçük yerleşim birimlerinden kentlere doğru bir göçün olduğunu göstermekte olup kentte yaşayanların ise zararlı alışkanlıklara daha kolay başladıklarını göstermektedir. (2,3)

Ailesinden ayrı olan öğrencilerin Ankara'da kaldıkları yerlerin başında % 57.5 ile devlet yurdu gelmekte bunu % 21,7 ile özel yurtlar izlemektedir.

Tablo 3: Öğrencilerin Ankara'da kaldıkları yerlere göre dağılımı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Devlet Yurdu	74	31.5	178	87.7	252	57.5
özel Yurt	81	34.5	14	6.9	95	21.7
Ailesi ile Beraber	42	17.8	9	4.4	51	11.6
Arkadaşları ile Beraber	41	13.2	2	1.0	33	7.5
Akraba Yanında	7	3.9	-	-	7	1.7
Toplam	235	100.0	203	100.0	438	100.0

Devlet yurtlarının üst sınıf öğrencileri tarafından tercih edilmesi birinci sınıfları özel yurt ve diğer yerlerde kalmaya zorlamaktadır. Ailesi yanında kalanların IV. sınıfta % 4.4 olması öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun ailelerinden ayrı kentlerde bulunduğunu göstermiştir.

Sigaraya başlamada taklitçiliğin ve etrafında sigara içenlerin varlığının etkili olduğu birçok araştırmacı tarafından gösterilmiştir (2, 3, 4). Araştırmamızda da öğrenci ailelerinde devamlı sigara içenlerin dağılımı Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4: Ailelerinde devamlı sigara içenlerin dağılımı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Hiç içmeyen	18	7.6	30	14.7	48	11.0
Babam	111	47.2	113	55.7	224	51.0
Annem	8	3.4	5	2.5	13	3.0
Her ikiside	61	29.5	37	18.2	98	22.4
Kardeş ve Akraba	37	4.3	18	8.9	65	14.6
Toplam	235	100.0	203	100.0	438	100.0

Tablo 4'den de görüldüğü gibi babalar evde en çok sigara içenlerdir. Bunu anne ve babanın sigara içmesi izlemektedir. Yalnız annesi sigara içeler, I. sınıfta % 3.4 lı. sınıfta % 2.2'dir. Aile yapımız gelenek ve göreneklerimizde göre bu sonuç beklenirse de I. sınıfta sigara içen anne sayısının IV. sınıfa göre biraz artmış olması, anne ve babanın birlikte sigara içmelerinin de yine I. sınıflarda daha fazla görülmesi ailede de sigara içen sayısının daha fazla olduğunu göstermektedir.

Öğrencilerin sigara içip içmedikleri Tablo 5'de gösterilmiştir.

Tablo 5: Öğrencilerin sigara içme durumlarının dağılımı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
İçmeyen	31	13.2	9	4.4	40	9.1
Bazen İçen	17	17.2	32	15.8	49	11.2
Devamlı İçen	187	79.6	162	79.8	349	79.7
Toplam	235	100.0	203	100.0	438	100.0

Sigara içmeyen öğrenci I. sınıfta % 13.2'den IV. sınıfta % 4.4'e düşmüştür. Bu da yüksek öğretime başlama ile sigara içmeyen bir grubun çevrenin etkisi ile sigara içmeye başlamasının birlikte gittiği izlenimini vermektedir. Ancak I. sınıfta devamlı sigara içtiğini bildirenlerin (79.6) bu alışkanlığa daha orta öğrenim yıllarında başladığını işaret etmektedir. Devamlı ve bazen sigara içenler I. sınıfta 204 IV. sınıfta 194 toplam 398 öğrencidir. Bu öğrencilere sigara içme alışkanlığı ile ilgili sorulan soruların verileri Tablo 6-14 arasında gösterilmiştir.

Tablo 6: Sigara içme nedenlerinin dağılımı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Özenti	54	26.5	11	5.7	65	16.3
Kendini Kanıtlamak	2	1.0	—	—	2	0.5
Arkadaş İsrarı	89	43.6	58	29.9	147	36.9
Can Sıkıntısından	4	2.0	27	13.9	31	7.8
Evdekiler içtiğinden	21	10.3	34	17.5	55	13.8
Çevreye uymak için	34	16.6	64	33.0	98	24.7
Toplam	204	100.0	194	100.0	398	100.0

Öğrencilerin sigara içme nedenlerinin başında her iki sınıfta arkadaş ısrarı % 36.9 ile ilk, çevreye uyma % 24.7 ile ikinci, özenti % 16.3 ile üçüncü sırada yer almaktadır. Bu da çevrenin ve arkadaş ısrarının kişideki etkisinin grub tarafından benimsenme isteğini kuvvetli bir şekilde göstermektedir. I. sınıflarda özenti olarak sigara içme nedeni % 26.5'den IV. sınıfta % 5.7'ye düşmüştür. Evdekiler sigara içtiği için sigara içtiğini bildirenler ise IV. sınıfta % 17.5 olup, I. sınıfa göre daha yüksektir. Bu bulgular da bazı araştırma bulguları ile benzerlik göstermektedir (4, 5).

Tablo 7: Sigara içme sürelerinin dağılımı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yeni başladı	64	31.4	–	–	64	16.0
Bir kaç aydır	98	48.0	–	–	98	24.6
Bir yıldan beri	37	18.2	1	0.5	38	9.6
İki yıldır	5	2.4	14	7.2	19	4.8
Üç yıldır	–	–	85	43.8	85	21.4
Dört yıl ve fazla	–	–	94	48.5	94	23.6
Toplam	204	100.0	194	100.0	398	100.0

I. Sınıf öğrencilerinin % 20.5 sigara içmeye Fakülteye gelmeden başladıklarını belirtirken bir kaç aydır veya yeni başladım diyenler grubunun % 79.4'ünü oluşturmaktadır. IV. sınıfta ise lise döneminde içmeye başlayanlar % 43.8 ile bunu izlemektedir. Benzer araştırmalarda da araştırmayı destekler sonuçlar bulunmaktadır. (5,6)

Tablo 8: Günde içilen sigara miktarı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
1-5 adet	24	11.8	11	5.6	35	8.8
1-10 adet	109	53.4	28	14.4	137	34.4
1 paket	69	33.8	144	74.3	213	53.5
1 paketten fazla	2	1.0	11	5.7	13	3.0
Toplam	204	100.0	194	100.0	398	100.0

Günlük içilen sigara miktarı da yıllar itibarı ile artmakta olup I. sınıflarda % 53.4'ü günde 6-10 adet sigara içreken IV. sınıfta % 74.3'ü en az bir paket sigara içmektedir.

Sigara içmede tercih edilen markalar soruldu. Günde I. sınıf öğrencileri % 97.5 (199 öğrenci) yerli % 2.5 (5 öğrenci) yabancı sigara içmeyi tercih ettiklerini IV. sınıfların ise % 53.1'i (103 öğrenci) yerli % 49.9'u (91 öğrenci) yabancı marka sigarayı tercih edip içtiklerini bildirmişlerdir. Bu tercihlerin markalara göre dağılımı ise şöyle bulunmuştur.

Tablo 9: Tercih edilen sigaraların markalara göre dağılımları

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Maltepe	89	43.8	38	19.6	127	32.0
Samsun	57	20.1	27	13.9	84	21.1
Tokat	39	19.2	33	17.0	72	18.1
Bitlis	14	6.9	5	2.6	19	3.0
Parlement	—	—	12	6.2	12	3.0
Malboro	4	2.0	52	26.8	56	14.0
Camel	—	—	25	12.9	25	6.3
Salem	1	0.5	2	1.0	3	0.8
Toplam	203	100.0	194	100.0	398	100.0

I. sınıfların yerli markalardan ilk 2 tercihi Maltepe, Samsun yabancı sigaralardan Malboro'dur. IV. sınıflarda ilk iki sigara tercihi Malboro ve Camel'dir. Türkiye'deki şahıslara ve reklamlara da bakıldığında en göze çarpan markaların bunlar olduğu görülmektedir.

Öğrencilerin sigara içmeyi arzuladıkları ortama göre dağılımları Tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10. Sigara içmeyi arzuladıkları ortamların dağılımı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Arkadaşla Birlikte	104	51.0	83	42.8	187	47.0
Ders Çalışırken	56	27.5	67	34.5	123	30.9
Kantinde Otururken	38	18.6	23	11.6	61	15.3
Boş Dudurken	6	2.9	21	10.8	27	6.8
Toplam	204	100.0	194	100.0	398	100.0

Her iki grupta öğrenci arkadaşları ile birlikte sigara içmeyi en çok arzu etmekte % 47.0'sinde, bunu ders çalışırken içme isteği izlemektedir. Boş dururken sigara içenler I. sınıflarda % 2.9 iken 4. sınıfta % 10.8 olmuş ve artma göstermiştir. Bu da kişinin sigara içmeye alıştıktan sonra sigara içilen ortamın pek önemli olmadığını göstermektedir Nitekim IV. sınıfta yalnız olarak (ders çalışırken, boş dururken) sigara içme arzusu I. sınıflardan daha fazladır. Bu durum I. sınıfların daha çok arkadaşları tarafından teşvik edilerek sigara içmeye başladıkları üst sınıflarda ise sigara içmeye alıştıkları için fazla bir ayırım yapmayı istemediklerini göstermektedir.

Öğrencilere ailelerinin onların sigara içme alışkanlığından haberdar

olup olmadıkları ve bu durumun onları nasıl etkiledikleri sorulmuş sonuçlar Tablo 11'de verilmiştir.

Tablo 11. Ailenin sigara içildiğini bilmemesi öğrenciyi nasıl etkiliyor.

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Biliyor	31	15.2	88	45.4	119	29.9
Bilmiyor ve Etkilemiyor	134	65.7	87	44.8	221	55.5
Bilmiyor azaltmak istiyorum	36	17.6	8	4.1	44	11.1
Bilmiyor daha çok içmek istiyorum	3	1.5	11	5.7	14	3.5
Toplam	204	100.0	194	100.0	398	100.0

Ailelerin % 29.9'u çocuklarının sigara içme alışkanlığı olduğundan haberdardır. Bu oran I. sınıflarda % 15.2 IV. sınıftan % 45.4'dür. Çocuklarının sigara içtiklerini bilmeyen aileler ise % 70.1'dir. Öğrencilerin % 55.5'i ailesinin bu alışkanlığından haberdar olmadığını ancak bilse bile sigara içmekten vazgeçmek istemediklerini diğer bir deyişle etkilenmediklerin söylemişlerdir. I. sınıflarda bu % 65.7 ile IV. sınıflardan daha fazladır. Günlük içilen sigara miktarında azaltmayı düşünenler % 11.1 daha çok içmek isteyenler % 3.5'dur ve IV. sınıfta bu arzu daha fazladır. Gençliğin çevreye uymak arkadaşları ile birlikte olmak için sigara içmek istedikleri hatırlanırsa (Tablo 6) ailelerinin görüşlerine ve isteklerine daha az yer vermek istedikleri görülmektedir.

Sınırlı olan öğrenci bütçesinden ayda sigara almak için harcanan para Tablo 12'de gösterilmiştir.

Tablo 12. Sigara için ayda yapılan harcamanın dağılımı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
5-10 bin	2	1.0	-	-	2	0.5
11-15 bin	81	39.7	11	5.7	92	23.1
16-20 bin	6	2.9	29	14.9	35	8.8
21-25 bin	19	9.3	39	20.1	58	14.6
26-30 bin	11	5.4	72	37.1	83	20.2
31-35 bin	56	27.5	27	13.9	83	20.2
36-40 bin	27	13.3	13	6.8	40	10.1
41'den fazla	2	1.0	3	1.5	5	1.3
Toplam	204	100.0	194	100.0	398	100.0

Öğrencilerin % 23.1'i ayda 10-15 bin, % 40.4'ü ise 25-30 bin lira arasında bir miktar parayı sigara almak için ayırmaktadırlar. Öğrencinin gelirden sigara almak için ayırdığı bu miktar onun diğer harcama alanlarına para ayırmasını kısıtlamaktadır. Böyle bir sınırlama da en çok beslenmeye ayrılacak miktarı etkilemekte gençliği yetersiz ve dengesiz beslenmeye yöneltmektedir. (4, 6)

Sigara içmeyi bırakmayı düşünüp düşünmedikleri sorulduğunda ise öğrencilerin % 41.2 bu konuyu hiç düşünmediğini % 38.2 düşündüğünü % 20.6'sı ise bırakmayı denediğini ama başarılı olmadığını bildirmiştir. I. sınıf öğrencilerinden sigara içmeye başladığı halde bırakmak isteyenler % 47 IV. sınıfta ise bırakmayı deneyip başarısız olanlar % 26.3 olarak bulunmuştur.

Tablo 13. Sigara içmeyi bırakmak konusunda görüşlerinin dağılımı

	I. Sınıf		IV. Sınıf		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Düşündüm	96	47.1	56	28.9	152	38.2
Düşünmedim	77	37.7	87	44.8	164	41.2
Denedim bırakamadım	31	15.2	51	26.3	82	20.6
Toplam	204	100.0	104	100.0	398	100.0

Sigara içmenin kötü bir alışkanlık olduğu ve bırakılması gerektiğini düşünenlerin olması sevindirici olmaktadır. Çeşitli faaliyetlerle bu öğrencilere yardım edilmesi ve bu davranışlarının desteklenmesi onlara yenilerinin de katılmalarını sağlayabilir.

Sigara içmeyi bırakmak için neler yapılması gerektiği sorulduğunda öğrencilerin % 92.5 kişi isterse bırakma fikrinde olup bu görüşe birinci sırada yer vermişlerdir. Bunu fakültede veya dışarda yapılacak sigara bırakma kampanyalarının % 4.8, konferans ve seminerlerin % 2.5, sigara zararı gösteren afişlerin ancak % 0.2 etkili olacağı görüşü izlenmektedir (Tablo. 14).

Tablo. 14 Sigara içmeyi bırakmak için ne yapılabilir.

	I. Sınıf Sayı	%	IV. Sınıf Sayı	%	Toplam Sayı	%
Kişi isterse bırakır	186	91.2	182	93.8	368	92.5
Kampanya başlatılması	10	4.9	9	4.7	19	4.8
Konferans Seminer						
Yapılmalı	7	3.4	3	1.5	10	2.5
Zarar gösteren						
afiş kullanılmalı	1	0.5	–	–	1	0.2
Toplam	204	100.0	194	100.0	398	100.0

Öğretmen yetiştiren bir yüksek öğretim kurumunda sigara içilmesinin bu kadar yaygın olması mezunların öğretmen olduktan sonra ortaöğretim kurumlarında göreve başladıklarında öğrencilere kötü birer örnek olacağını göstermektedir. Öğrencileri bu zararlı alışkanlıktan kurtarmak için önerilerimiz:

- Boş zamanlarını geçirmek için yalnız kantin, pastane ve benzeri yerde oturmalarını önlemek, onların seveceği ve sürdürebileceği uğraşlara yönlentmek ve bedenlen ve aklen meşgul etmek
- Kendi aralarında sigara içmeyi bırakmak için çalışmalar yapmalarına yardım etmek.
- Daha etkin bir danışmanlık hizmeti vermek ve onları daha yakından izlemek.
- Akademik ve idari personelin de birlikte katılacağı toplantılar ile sigara içmeyenlerin katkılarını sağlamak.
- Öğrencinin ailesi ile birlikte katılacağı toplantılar düzenlemek ve ailece sigara içmeyi bırakmalarına karar verecek somut örnekler göstermektir.

KAYNAKLAR

1. Kaymakçalan Ş. Dünya Sigara ve Sağlık Konferansı, **Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası** 21: 3 Sayı, sayfa 1002-1968.

2. Yıldırım B. "Sigara mı Sağlık mı". **Bilim ve Teknik Dergisi TÜBİTAK** 21, 244, 1988.

3. I. Gençlik Şûrası 24-28 Ekim 1988 T.C. Milli Eğitim Gençlik ve Spor Ba-

4. Karahan D. "Sigaranın Sağlık ve Beslenme ile ilişkisi, "**Beslenme ve Diyet Dergisi** 2. Sayı: 2, Sayfa 132, 1973.

5. Bulduk S. Ersoy G. K, Pekcan S. Baykan S. "Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Beslenme Bilgi ve Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma" **Diabet Yıllığı** 4 s. 185, 1985.

6. Güneşli, U. Yücecan S. "Farklı Sosyo Ekonomik Bölgelerdeki Lise Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları ve Sorunları" **Diabet Yıllığı**, 4: 277, 1986.