



T.C.

UFUK ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

PSİKOLOJİ PROGRAMI

SİGARA VE E-SİGARA KULLANIMININ KİMLİK ÜZERİNE OLAN
ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ELİF İNCE DURUK

TEZ DANIŞMANI

DR. ÖĞR. ÜYESİ SEDA USUBÜTÜN

ANKARA, 2019

T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİ PROGRAMI

SİGARA VE E-SİGARA KULLANIMININ KİMLİK ÜZERİNE OLAN
ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ELİF İNCE DURUK

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ SEDA USUBÜTÜN

ANKARA, 2019

KABUL VE ONAY

Elif İNCE DURUK tarafından hazırlanan "Sigara ve E-sigara Kullanımının Kimlik Üzerine Olan Etkilerinin İncelenmesi" başlıklı bu çalışma, 12 Haziran 2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.


Doç. Dr. Raşan BALAMİR BEKTAŞ -Başkan


Dr. Öğr. Üyesi Seda USUBÜTÜN- Danışman


Dr. Öğr. Üyesi Canay DOĞULU- Üye

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.


Prof. Dr. Mehmet TOMANBAY

Enstitü Müdürü



BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kağıt ve elektronik kopyalarının Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- † Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- ✓† Tezim/Raporum sadece Ufuk Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- † Tezimin/Raporumun ... yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

[Tarih ve İmza]

Elif İNCE DURUK



TEŞEKKÜR

Tez yazma sürecimin güzel olarak geçmesinin en büyük sebebi danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Seda USUBÜTÜN olmuştur. Kendisinin geniş yelpazeli bilgi birikimi, tecrübeleri ve yardımları sayesinde önüm aydınlanmış ve tez yazma sürecim alışlagelmişin dışında çok keyifli geçmiştir. Bu sebeple en büyük teşekkürü Seda Hocama etmek isterim, kendisiyle birlikte çalıştığım için kendimi çok şanslı hissediyorum, bu yolda bana verdiği desteği hiçbir zaman unutmayacağım.

Tez jürime katılmayı kabul ettikleri ve tecrübeleri ile yaptıkları değerli katkılarından dolayı Doç. Dr. Raşan BALAMİR BEKTAŞ ve Dr. Öğretim Üyesi Canay DOĞULU hocalarıma çok teşekkür ediyorum.

Yüksek lisans eğitimim süresince kendilerinden çok şey öğrendiğim Ufuk Üniversitesi Psikoloji Bölümünün değerli hocalarına ve her zaman nazik bir şekilde görevlerini yapan, Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü çalışanlarına da ayrıca teşekkür ediyorum.

Her zaman yanımda olan ve desteklerini hep eksiksiz hissettiğim, anneme, babama ve eşim Alp'e de sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Son olarak araştırmamda yer alarak katkı sağlayan tüm katılımcılara ve bu süreçte bana yardımcı olan herkese teşekkürlerimi sunuyorum.

ÖZET

İNCE DURUK, Elif. Sigara ve E-sigara Kullanımının Kimlik Üzerine Olan Etkilerinin İncelenmesi Yüksek Lisans Tezi, Ankara 2019.

Bu araştırmada sigara ve e-sigaranın kimlik üzerindeki etkileri nitel bir yöntem olan yorumlayıcı fenomenolojik analiz (YFA) yöntemi ile incelenmiş, aynı zamanda sigara ve e-sigara kullanan kişilerin başlama, sürdürme, bırakma gerekçelerinin benzerlikleri ve farklılıkları üzerinde durulmuştur. Araştırma Konya ve İstanbul illerinde yaşayan, sigara ve e-sigarayı aynı anda kullanan 5 erkek ve 1 kadın olmak üzere toplam 6 gönüllü katılımcı ile yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulmuş sigara ve e-sigara kullanımı ve kimlik konularını kapsayan görüşme çizelgesi kullanılmıştır. Bunun yanı sıra araştırmacı, kişiler ile ayrıca vakit geçirme olanağı sağlayarak gözlem ve etkileşimlerinden de yararlanmıştır.

Nvivo 12 analiz programı kullanılarak çözümlenen bulgular sonucunda, sigara ve e-sigara kullanım motivasyonlarının birbirine benzer olduğu gözlenmiş, ancak elektronik sigaranın kişiselleştirilebilir olması (farklı modeller, aroma kitleri) ve daha çok bir hobi ürünü olarak da görülebilmesi, sigaradan farklı yönleri olarak belirlenmiştir. Bunun yanında elektronik sigara içicilerinin, sigara içicilerine göre içici kimliklerinden daha az kaçındığı gözlenmiştir. Sigara içicileri sigaranın kimliklerinin bir parçası olduğu fikrinden uzak konumlanmalarına karşın bağımlılıklarını itiraf etmişlerdir. Eski sigara, yeni elektronik sigara içicilerinin ise elektronik sigara içicisi olmaları ve bunun kimliklerinin bir parçası olması konusunda bir sorun yaşamadıkları anlaşılmaktadır.

Anahtar Sözcükler

E-sigara ve Sigara Kullanımı, Sigara, E-sigara, Kimlik

ABSTRACT

İNCE DURUK, Elif. Analyzing The Effects Of Using E-Cigarette And Smoking Cigarette On Identity, Master Thesis, Ankara, 2019.

In this study, the effects of cigarette and e-cigarette on the identity are examined by a qualitative method, interpretive phenomenological analysis (IPA) method. Also, the similarities and differences of the reasons for starting, maintaining and quitting smoking and e-cigarette users are discussed. The study was carried out with a total of 6 volunteer participants, 5 male and 1 female living in Konya and İstanbul, who smoked cigarette and e-cigarettes at the same time. In this research, interview chart covering cigarette and e-cigarette use and identity issues, which were formed by the researcher as data collection tool, were used. Furthermore, the researcher also benefited from observations and interactions with the individuals by spending time with the participants.

As a result of the findings by using the Nvivo 12 analysis program, it was observed that the smoking and e-cigarette use motivations were similar, but the electronic cigarette could be personalized (different models, aroma kits) and more likely to be seen as a hobby product. In addition, it is observed that electronic cigarette smokers avoided the smoker-identity less than cigarette smokers. Although smokers are denying the idea that smoking is part of their identity, they have confessed their addiction. It turned up that electronic cigarette smokers who used to smoke cigarette are more likely to accept being an electronic smoker and allowing e-cigarette smoking habit to be a part of their identity. Participants located electronic cigarettes in the same position as cigarettes in the context of habit, addiction and emotional support, but avoid positioning them in terms of identity.

Key Words:

Using E-Cigarette and Smoking Cigarette, Cigarette, E-Cigarette, Identity

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
ÖZET	ii
ABSTRACT.....	iii
İÇİNDEKİLER	iv
GİRİŞ.....	1
1.1. E-sigara Kullanımı.....	2
1.2. Sigara Kullanımı.....	6
1.2.1. İlgili Kuramlar	8
1.3. Kimlik ve Sigara İlişkisi.....	9
1.3.1. İlgili Kuramlar	13
1.3.1.1. İkili Kullanıcı Kimliği	13
1.3.1.2. Eski Kullanıcı Kimliği/ Kimlik Geçişi.....	15
1.3.1.3. Göçebe Kimlik.....	17
1.3.1.4. Sigara İçici Kimliği	18
1.4. Araştırmanın Amacı.....	20
YÖNTEM.....	22
2.1. Katılımcılar	22
2.2. İşlem ve Analiz Yöntemi	22
BULGULAR VE TARTIŞMA.....	25
3.1. Sigara ve E-sigara Kullanma Gerekçeleri.....	25
3.1.1. Sigara Kullanma Gerekçeleri	26
3.1.1.1. Motivasyon sağlayıcılar	26
3.1.1.2. Sosyal Ortam ve Etkisi	27
3.1.2. E-sigara Kullanım Gerekçeleri	29
3.1.2.1. Sigaranın Daha Sağlıklı Alternatifi	29
3.1.2.2. Çevre Duyarlılığı ve Sosyal Etkiler.....	30
3.1.2.3. Kişiselleştirilebilen bir hobi olması	31
3.2. Psikolojik Etkiler ve İç Çatışma	33
3.2.1. Alışkanlık/ Bağımlılık	35
3.3. Kimlik ve Tütün Kullanımı.....	36
3.3.1. İkili Kullanıcı.....	36
3.3.1.1. Yerine koyma	37
3.3.2. İçici Kimliği ve Bu Kimlikten Kaçınma Durumu.....	39
3.3.2.1. Yeni bir kimlik tanımlama	41

3.3.3. Göçebe Kimlik	42
3.4. Elektronik Sigara ve Sigaranın Kimlik Açısından Karşılaştırılması.....	43
SONUÇLAR.....	45
KAYNAKÇA.....	47
EKLER.....	56
EK-1: Bilgilendirilmiş Onam Formu.....	56
EK-2 Araştırmacı Tarafından Hazırlanmış Soru Çizelgesi.....	58
EK-3: Etik Kurul Belgesi	60
EK-4: Özgeçmiş.....	61



GİRİŞ

Sigara bulaşıcı olmayan hastalıkların ve önlenebilir ölümlerin başlıca nedeni olarak kabul edilmektedir. Dünyada tütün kullanımına bağlı olarak her altı saniyede bir kişi hayatını kaybetmektedir (Doğanay ve ark., 2012). Birçok ülkede uygulanan stratejilerin olumlu etkileri görülmeye başladıktan sonra, sigara üreticileri tarafından azalan sigara tüketiminin yerine nargile ve e-sigara kullanımının artması için çalışmaların arttığı görülmektedir (Park ve ark.,2016). 2015 yılında gençler üzerine yapılmış bir araştırmada, sigara kullanım nedenleri olarak; kendini iyi hissetmek için sigarayı içtiğini/denediğini belirtenlerin oranı %17,5, arkadaşları kullandığı için sigara kullandığını belirtenlerin oranıysa %21,6 iken, merak ettiği için sigara kullandığını belirtenlerin sigara içenler içindeki oranı %27,8'dir. Sorunlarından uzaklaşmak için sigara kullananların oranı %30,9, sigara kullanma sebebi diğer nedenler olan öğrencilerin oranının ise %9,3 olduğu görülmüştür (Kuloğlu, 2015).

Sigarayı bırakmak için piyasaya çeşitli alternatifler sunulmaktadır. Bunlardan özellikle son senelerde en çok dikkat çeken elektronik sigaralardır. Elektronik sigaralar piyasaya girdikten sonra, dünyada genç ve yetişkinler arasında oldukça popüler olmuş ve kullanım oranı her geçen gün yükselmeye devam etmiştir (Simmons ve ark.,2016). Türkiye'de elektronik sigara, 4207 Sayılı Tütün Ürünlerinin Zararlarının Önlenmesi ve Kontrolü Hakkında Kanun kapsamında içeriği ne olursa olsun "tütün ürünü" olarak kabul edilmiştir ve hiçbir elektronik sigaraya ruhsat verilmesi Sağlık Bakanlığı'na sunumunun ardından kabul görmesi dahilinde olmaktadır. Bu ürünlerin ülkemize girişi bakanlık ruhsat vermediği takdirde kaçak yollarla olmaktadır. Bu duruma rağmen ülkemizde elektronik sigara kullanımı yaygın olarak görülmektedir (Büyükataman, 2013).

Gerek tütünü kullanan gerekse bu tütün dumanına maruz kalan kişilerin sağlığına ciddi zarar verme durumuna rağmen, sigara kullanıcıları bu alışkanlıklarından vazgeçmemektedir (Kanıt ve Keser, 2010). Araştırmalarda nikotin bağımlılığının sonlandırılmasının zorluğunun psikofizyolojik faktörlerin yanı sıra, çevresel ve genetik faktörlerden de kaynaklandığı görüşü hakimdir (Rezvanfard ve ark., 2009). Sigara kullanıcıları sigara kullanmaktan memnun olmadıkları ve bırakmak istedikleri durumda bile, nikotin bağımlılığı sebebi ile sigaraya devam etmektedirler (Benowitz ve ark., 2009;). Sigara ve kimlik ilişkisi araştırmacılar tarafından üzerinde durulan bir çalışma konusu olmuştur (Putte ve ark., 2009). Sigara kullanımı dünyanın birçok yerinde

onaylanmayan bir riskli sağlık davranışı ve istenilmeyen bir alışkanlık olarak görölmektedir (Brandt 1998; 2000; Thompson ve ark.,2007; World Health Organisation 2005). Sigaranın sağlık konusunda ciddi sorunlara yol açtığına dair kanıtlar bulunmasına rağmen insanlar tarafından kullanılmaya devam edilmektedir (Moore,2005). Riskli davranış, kişinin öz-kimliğinin bir parçası olduğunda, kişiyi riskli davranıştan uzak tutup daha sağlıklı bir davranış sergilemeye yöneltmek normale göre daha zor olabilmektedir (Kimand,2003); Yani kişilerin herhangi bir davranışı öz kimliğin bir parçası olduğunda ondan vazgeçmeleri daha da zorlaşmaktadır diyebiliriz.

Yapılan araştırmalarda sigara ve kimlik ilişkisinin sigara bırakma hususunda önemli bir yere sahip olduğu görölmeye rağmen, sigara ve kimlik ilişkisini ayrıntılı olarak inceleyen az sayıda araştırma bulunmaktadır ancak bu sayı artmaktadır artmaktadır (Dicey, 2014). Bunun yanında elektronik sigaranın piyasaya sürölmeye ve kullanımının yaygınlaşmasına, sigaranın yerine e- sigara kullanan kişilerin gün geçtikçe artması e- sigara ve kimlik konusuna duyulan merakı artırmıştır. Bu çalışmanın amacı, sigara ve kimlik ilişkisini incelemenin yanında e-sigara ve kimlik ilişkisini incelemek ve gelecekteki çalışmalar için katkı sağlamaktır.

Konuyu daha derinlemesine anlatmak amacı ile başlıkları sigara, e-sigara kullanımı, kimlik- sigara ilişkisi ve bu ilişkinin alt başlıkları ile devam edilmektedir:

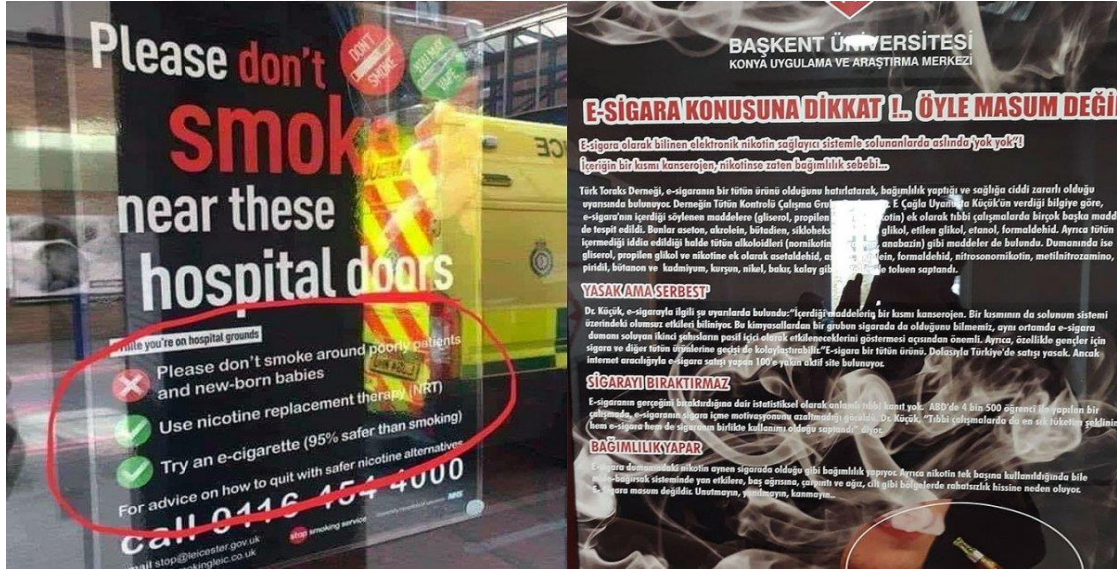
1.1. E-sigara Kullanımı

Elektronik sigaralar veya e-sigaralar, tütünün içildiği şekilde solunabilen buhar veren pil ile çalışan cihazlardır. İngilizedeki buhar kelimesi 'vapour' nedeniyle, e-sigara kullanımına genellikle İngilizce alanyazında 'vaping' denilmektedir. E-sigara kullanımı konusunda alanyazında kullanım sebepleri açısından en önemli kullanım nedeni olarak sağlık faktörü gösterilmektedir, çünkü e- sigaralar sigaranın 'sağlıklı' bir alternatifi olarak görölmektedir (Dockrell ve ark.2013). Ancak uzmanlar, e-sigaranın sigaradan daha sağlıklı olup olmadığı konusunda farklı fikirler ortaya koymaktadırlar. Uzmanlar arasında e-sigaraların sigara içenleri tütün dumanı solumaktan uzaklaştırmak için bir fırsat sağlayıp sağlamadığı ya da tütün ürünlerini kullanmayanları kendine çekecek bir tehdit olup olmadığı konusunda tartışmalar vardır (Adriaens, 2014). Özellikle İngiltere'de başlatılan 'Halk Sağlığı Çalışmalarında e-sigaranın sigaranın yerini alması için çeşitli çalışmalar yürütölmekte ve paneller düzenlenmektedir (Public Health England, 2019). Bu

panellerde ve araştırmalarda, e-sigaranın sigaranın yaklaşık %5'i kadar zararlı olduğu ve sigarayı bırakmak veya zararlarından uzak kalmak için e- sigaranın etkili olduğu düşünölmektedir (Hummel ve ark., 2015). Türkiye'de ise e- sigaranın da sigara gibi zararlı olduğu ve tütün mamullerinden tamamen uzaklaşılması gerektiği algısı vardır. Yakın zamanda ABD'de Amerikan Kalp Derneği'nin e-sigara kullananlar ile yapmış oldukları en güncel kesitsel araştırmada (Rettner 2019), e- sigara kullanımının inme ve kalp krizi riskini artırdığı sonucuna varmışlardır. Ancak bu bulgunun da şüpheli olduğuna dair tespitler göze çarpmaktadır. Örneğin Farsalinos (2019) tarafından bu makale ile ilgili yapılmış olan analizde yapılan çalışmanın kesitsel olması ve araştırmanın katılımcılarının e- sigaradan önce sigara içen veya beraberinde sigara içenler ile yapıldığı, sadece e-sigaranın kalp krizi, inme veya kardiyovasküler hastalıklara sebebiyet vereceği sonucuna varmanın zor olduğu, e-sigara dışında oluşan birçok faktörün de incelenmesi gerektiği savunulmaktadır. Bu ve bunun gibi araştırmalar oldukça fazladır ve hala araştırmacılar e-sigaranın zararları konusunda kesin bir yargıya varamamışlar, yarar- zarar konusunda farklı görüşler savunmuşlar ve savunmaktadırlar.

Yapılan araştırmalar doğrultusunda elektronik sigara icadının 2003 yılında, Hon Lik tarafından gerçekleştirildiği bilinmektedir. 1951 doğumlu olan Hon Lik, Çin'de bir eczacı olup, 1982 yılında Liaoning Kolejinin Tıp Bölümü'nden mezun olmuştur. Patentinin alındığı yıl olan 2003 yılında Çin'de elektronik sigaranın üretimine başlanmıştır. İlk üretilen cihazlar bugünkü atomizer sistemi kadar gelişmiş değildir. 2003 yılındaki ilk üretilen cihazlarda ultrasonik sistem kullanılırken, günümüzdeki elektronik sigara üretimlerinde pillerin içerisindeki elektriğin ısıtma amacı ile de kullanılması sağlanmaktadır. Böylece elde edilen buhar istenen miktarda ve yoğunlukta olurken, aynı zamanda da donanımsal olarak daha az parçaya ihtiyaç duyulmuştur (Bearss,2018). Bu cihazlar, teneffüs edilebilen bir aerosol üreten ve nikotin içeren bir çözeltiyi ısıtmak suretiyle sigara içmeyi taklit etmek için tasarlanmıştır. Uzun süreli kullanımın sağlık üzerindeki etkileri belirsizdir. ABD'de bir grup araştırmacı (J. Drew Payne ve ark.,2017), hem geleneksel hem de sosyal medyada e-sigara tanıtımı üzerine yayınlanan makaleler üzerine yapmış oldukları araştırmada, e-sigara şirketlerinin ürünlerini, başta ulusal kablo ağları kullanan gençler olmak üzere, gittikçe daha geniş bir televizyon izleyicisine tanıttığını gözlemlemiştir. Ticari sıklığın 2011'den 2013'e kadar olan dönemde % 256 arttığı ve erişilebilirlikteki bu artışla birlikte, halk gözünde e-sigara içme davranışının normalleşmesinde bir artış olduğu görölmüştür.

Amerika ve İngiltere’de son yıllarda yapılmış olan araştırmalar da e-sigara kullanımının istikrarlı bir şekilde arttığı göstermektedir (Dockrell ve ark.2013; King ve ark.,2013; McMillen, ve ark., 2014). Örneğin, ABD’li yetişkinler arasında, e-sigara kullanımının yaygınlığı 2010’da % 1,8’den 2013’te % 13’e yükselmiştir. E-sigara kullanımı yaygınlığı, sigara içenler arasında en yüksek olup, kullanım aralığı % 30 ila 34 arasında değişmektedir (McMillen ve ark., 2014). Özellikle ABD’de gençler arasında e-sigara kullanımının %75 oranında artması ve flash belleğe benzeyen e-sigaraların çocukların yanlarında okula getirmeleri, ABD’yi yeni politikalar geliştirmeye yöneltmiştir. E-sigaranın kullanım sebepleri yaş aralığına göre değişiklik gösterebilmektedir. Bunun yanında ülkeler e-sigara konusunda değişik politikalar izlemektedirler. Türkiye’de e-sigara kullanımının artışından rahatsız olunmakta, hali hazırda ülkede e-sigara satışı yasal olmamakla beraber, e-sigara kullanımının zararları konusunda afişler hazırlanıp asılmaktadır. İngiltere’de ise e-sigara, sigarayı bırakmak için olumlu bir yol olarak gösterilmekte ve e-sigaraya teşvik için afişler hazırlanıp hastanelerde sunulmaktadır (resim 1).



Resim 1.: İngiltere’de bir hastane ve Türkiye Konya’da bir hastane önünde asılı olan afiş.

Simmons ve arkadaşlarının yetişkinlerin e-sigara kullanım sebepleri ile ilgili yapmış oldukları araştırmada (2016); katılımcılar onaylanmış bırakma tedavi seçenekleri ile karşılaştırıldığında e-sigaranın çeşitli çekici yönlerini bildirmişlerdir. E-sigaraların çekici yanları olarak, yanıcı sigaralara benzerlik, daha az yan etkisi olması ve kişisel tercihlere uygun e-sigara seçeneklerinin olması dile getirilmiştir. Katılımcılar, yanıcı sigaraları

taklit edilen tatlandırıcıları tercih konusunda ise farklı düşünmektedir (örneğin, tütün yerine şeker gibi alternatif tatlar). Ayrıca e-sigara perakende web sitelerinin içerik analizinde, ünlülerin kullanımı, gelişmiş sosyal aktivitelere eşlik gibi gerekçelerle gençlere oldukça hitap ettiği gösterilmiştir (Grana, Ling, 2014).

Son zamanlarda yapılmış olan araştırmalar (Simmons, 2016) özellikle gençler arasında en yaygın e- sigara kullanma sebebi olarak, e-sigarayı keyif verici ve eğlenceli bir aktivite olarak görmelerini öne çıkarmaktadır. Elektronik cihaz olarak e-sigaranın kendine özgü özellikleri, e-sigaralara bir eğlence aracı olarak geleneksel sigaralara göre bir avantaj sağlamaktadır. 'Hobi', 'özelleştirilebilirlik', 'buharla oynamak', 'moda / yenilik' ve 'ürün / buhar alışverişi' gibi nikotininle ilişkili olmayan eğlence amaçlı e-sigaraları sevme nedenlerinin hiçbirini geleneksel sigaraların karşılayamadığı gözlenmektedir (Pokhrel, 2014). Genç yetişkinler, e-sigaraları bir hobi türü, kişisel bir elektronik eşya, bir akıllı telefon gibi ve bir moda nesnesi olarak beğenebilmektedir.

Önceki çalışmaların gösterdiği (Dawkins ve ark., 2013; Dockrell ve ark., 2013; Etter, 2010; Etter ve Bullen, 2011; Pokhrel ve ark., 2013), sigarayı bırakma veya azaltmanın sağlık yararları, sigara kullananları e-sigaraya çeken sebeplerden biri olma eğilimindedir. Diğer çalışmalar (Amrock ve ark., 2014; Choi ve Forster, 2014), sağlık konusunda güvenilir olması varsayımlarının sigara içmeyenlerin e-sigaraları denemelerine neden olabileceğini göstermiştir. Şu anki araştırmalar, e-sigara kullanım nedenleri arasında önemli sosyal nedenlerin yer aldığını göstermektedir (Peters ve ark., 2013).. Örneğin; sigara içen kişinin yanında sigara kullanmayan kişinin veya çocukların sigara dumanına maruz kalmasını engellemek amacıyla e-sigara kullanımının yaygınlaşması söz konusu olabilmektedir. İkinci kullanım nedeni ise, tütün dumanının birçok yönden tezatını oluşturan e-sigara buharının doğası ile ilgilidir: e-sigara buharı sigara içicilerin sigara içimlerini taklit edebilecek kadar tütün dumanına benzeyebilir. Temel olarak, e-sigara buharı, tütün dumanının rahatsız edici kokusundan yoksundur. Bu nedenle, "iç mekân", içmenin "rahatlığı", "sağduyulu sigara ", " profesyonel yararlar ", " sosyal gelişim" ve "temiz sigara içme" gibi e-sigaraları beğenme nedenleri bu ikinci nedensel alana girmektedir. Ayrıca, sigara içmekten hoşlanan fakat sigara kokusunu almaktan hoşlanmayan kişiler e-sigaraları tercih edebilir (Pokhrel ve Herzog, 2014). Öte yandan, buhar tütün dumanı kadar uzun süre havada kalmayacağından, gençlerin e-sigaraları tespit edilmeden gizlice okullarda ve evde kullanabildikleri de bilinmektedir (Peters ve

ark., 2013). Bu sebeple gençler e-sigarayı sigaradan daha rahat tüketebildikleri gerekçesi ile e-sigaraya yönelme eğiliminde olabilirler.

E-sigaranın popüleritesinin ardından, sigara bağımlılığının yerini e- sigara bağımlılığının alabileceği ve sigara bağımlılığı ile kişilerin psikolojik durumları arasındaki araştırmaların yerini e-sigara ile yapılan araştırmaların alabileceği görülmektedir. Örneğin; tütün kullanımı ve psikolojik sıkıntı düzeyi araştırmacılar tarafından senelerdir merak konusu olmuştur; Park ve ark. (2016), e-sigara kullanımı ve psikolojik sıkıntı düzeylerini araştırmıştır. Bu çalışmalarında, artan sigara içme oranlarının psikolojik sıkıntı düzeyleri ile alakalı olabileceğini destekleyen bulgulara yer vererek, psikolojik olarak sıkıntı yaşayan eski sigara içicilerinin, sigara hiç kullanmayan kişilere kıyasla e-sigara kullanımına daha yatkın olabilecekleri, e-sigara kullanımının bu kişilerde sigara kullanımı yerine geçebileceğini öngörmüşlerdir.

1.2. Sigara Kullanımı

Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization; WHO) 2016 yılı raporunda, bulaşıcı olmayan en önemli sağlık risk faktörleri olarak, tütün kullanımını, ruh sağlığı sorunlarını ve trafik kazalarını göstermiştir (WHO, April 2016). Ülkemizde de, 2015 yılı Ulusal Tütün Kontrol Programı (UTKP) Eylem Planında, tütün kullanımı, bulaşıcı olmayan hastalıkların en önemli risk faktörlerinden birisi olarak tanımlanmıştır (UTKP, 2015). Sigara kullanımına bağlı ölümler her geçen gün artmakta ve yine WHO araştırmasına göre eğer sigara kullanım alışkanlığı bu şekilde devam ederse 21. yy'da 1 milyar ölümün sebebi olabileceği öngörülmektedir (WHO, 2014).

Kişiler sigara kullanımının negatif sağlık sonuçlarına rağmen bu alışkanlıklarına devam etmektedir. Ülkemizde, Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TUİK) 2012 yılında yapmış olduğu küresel yetişkin tütün araştırmasına göre Türkiye genelinde 15 ve daha yukarı yaştaki bireylerin 2008 yılında %31,3'ü her gün veya ara sıra tütün ve tütün mamullerini kullanmakta iken 2012 yılında bu oranın yaklaşık olarak %27'ye düştüğü görülmektedir. Cinsiyet karşılaştırmasında ise tütün ve tütün mamulü kullananların oranı erkeklerde 6,5 puan, kadınlarda ise 2,1 puan düşmüştür; erkeklerde tütün kullanma oranı %47,9'dan %41,4'e, kadınlarda ise %15,2'den %13,1'e düşmüştür. Bir başka deyişle tütün kullanımı 2012 yılında erkeklerde kadınlara oranla daha fazla düşmüştür. Ayrıca aynı araştırmada kadınların erkeklere oranla daha çok tütün bırakma denemesi olduğu göze çarpmaktadır.

Bu oranlardaki düşüşlerin sebebinin tütün kullanımının riskli sağlık davranışı olduğunun kabul edilmesi ve devletin de ona uygun politikalar düzenlemesi, bunun yanında kişilerin tütün zararları konusunda daha bilinçlenmesi olarak kabul edebiliriz.

Sigara kullanıcılarının tüm zararlarına rağmen sigaradan vazgeçememe durumunu 1988 ve 1989 yıllarında araştıran hekimlerin (Lichtenstein ve Glasgow 1992) yayınlamış oldukları raporlarda, bu alışkanlık durumunun, biyolojik, biyokimyasal, psikolojik ve kültürel süreçlerle ilişkili olabileceği vurgulanmıştır. Bu alışkanlık ve vazgeçememe durumunu sigara bağımlılığı ile ilişkilendiren birçok kaynak da alanyazında yerini almaktadır. Dünya sağlık örgütü sigara bağımlılığını “her gün bir sigara kullanmak” olarak belirlemiştir. Tütün bağımlılığı tanımı olarak bir maddenin yaşamı, sağlığı olumsuz etkilemesine ve kullanmaya başladıktan sonra kişinin kendisini durduramamasına neden olması da denmektedir (TDK). 1950’li yıllarda sigara kullanımı, bağımlılık olarak nitelendirilmeyip alışkanlık olarak görülürken, 1964’ten sonra bağımlılık çalışmaları açısından sigaranın ilgi odağı olmaya başladığı görülmektedir (Kalıncılıç, 2017).

Sigara içmenin psikolojik sebep ve sonuçları olabilmekte ve bu durum alanyazında araştırılmakta ve hala tartışılmaktadır. Örneğin stres faktörü sigara kullanma sebepleri arasında gösterilmektedir. Stres yaratan yaşam olayları diğer zararlı maddeleri kullanmanın yanında sigara kullanımı ile de ilişkilendirilmektedir (Roth ve Cohen 1986, Wetter ve ark 1994). Kişiler genelde streslerini azalttığını düşündükleri için, stres yaşadıkları durumlarda sigara içme eğilimindedirler (Morissette ve ark., 2006). Stresle başa çıkmanın yanında sigara kullanıcıları sigarayı keyif veren ve rahatlatıcı bir alışkanlık olarak görürler (Azak 2006).

Sigara kullanımı konusundaki alanyazında, psikolojik sıkıntı düzeyi ile sigara arasındaki ilişkilere odaklanan çalışmalara rastlanmaktadır. Çalışmalarda genelde psikolojik sıkıntı düzeyi ile nikotin kullanımı ilişkili olarak bahsedilmiştir. (Park ve ark.,2016). Akıl sağlığı sorunları olan kişilerde sigara içme oranlarının arttığı fakat bunun neden olduğu hala bilinmemektedir ve hem psikolojik rahatsızlıktan önce hem de psikolojik rahatsızlığın başlamasından sonra sigara içmenin ortaya çıktığını gösteren çalışmalar vardır. Araştırmalarda sigara bırakmanın depresyon, anksiyete ve stres riskini azalttığı gösterilse de, diğer yaşam olaylarının hem sigara içme hem de ruhsal hastalık belirtilerinde azalmaya yol açıp açmadığı belirsizdir (Park ve ark., 2016).

1.2.1. İlgili Kuramlar

1.2.1.1. Ağ Geçidi Hipotezi

Simmons ve ark. (2016) genç yetişkinlerin e-sigara kullanımı üzerine yaptıkları araştırmada katılımcılar, e-sigara kullanmaya karşı bir eğlence hissi duyduklarını belirtmişlerdir. Boş zaman değerlendirme motivasyonlarının, genç yetişkinlerde e-sigara kullanımına başlamasında veya bağımlılığın gelişmesinde nasıl bir etkisi olduğu belirsizdir. E-sigara kullanımının sigara kullanımına açılan bir kapı olabileceği hipotezi henüz ampirik olarak desteklenmemiştir (Hajek ve ark., 2014). Bu hipoteze “ağ geçidi hipotezi” denmekte ve temel olarak, e-sigara kaynaklı nikotinin, bireyleri sigara içmeye hazırladığı varsayımına dayanmaktadır (Bell ve Keane, 2014). Belki de ağ geçidi hipotezi, sosyal, eğlence (örneğin, bir hobi olarak e-sigara peşinde koşma) ve lezzet ile ilgili olan ve nikotinle ilgili olmayan motivasyonlar açısından değerlendirilmelidir. E-sigara kullanmayan e-sigara kullanıcıları için ne etki yaptıkları veya sigaraların nikotinle ilgili olmayan aynı gereksinimleri karşılayıp karşılamadığı şu anda açık değildir (Simmon ve ark., 2016). Makalede sonuç olarak söylenen; e-sigara kullanımı, sigarayı bırakma veya sigara içenler arasında sigarayı azaltmak için bir yardımcı olarak katkıda bulursa da, özellikle genç yetişkinler arasında e-sigara kullanımının daha sonraki yaşlarda sigara içimini tetikleyebilen nikotin bağımlılığı için bir geçiş olabileceği konusunda hala soru işaretlerinin bulunduğudır (Pokhrel, 2014).

1.2.1.2. Prime Teorisi

Sigara içenlerin sigara içmeyen hale gelme sürecini anlamaya yardımcı olmak için uygulanmış birçok teori ve model vardır. Yakın zamanda Vangeli ve West (2012) tarafından araştırılan ve PRIME Theory olarak adlandırılan bir motivasyon teorisine göre; sigara içmeyen bir kimliğin oluşması uzun süreli yoksunluk için gereklidir. PRIME Teorisi, mümkün olduğunca günlük kullanıma en yakın dili kullanarak, geniş kapsamlı gözlemleri içeren kapsamlı bir insan motivasyonu teorisi geliştirmeye yönelik bir girişimdir. Prime teorisi beyindeki motivasyon süreçlerini harekete geçiren ve yönlendiren süreçler ile ilgilidir. Bu süreçler; duygusal durumlar, algılar, hatıralar, hayal gücü, biyolojik dürtü ve bazen neyin iyi ve kötü, doğru ve yanlış, zararlı ve zarar verici olduğuna dair inançları içeren 'değerlendirmeler' tarafından yönlendirilirler. PRIME Teorisinin bir teması olan 'motivasyon sisteminin' beş seviyesini: planlar, tepkiler, dürtüler, motivasyonlar ve değerlendirmeler oluşturur. Sigarayı bırakmak, anlık dürtüler, motifler, farmakolojik ve farmakolojik olmayan etkilerden kaynaklanan değerlendirmeler

karşısında kişinin kimliğindeki değişikliği içeren 'kaotik' bir süreçtir (West, 2006). Sigarayı bırakmak için, sigara içme ihtimalinin olduğu her durumda sigara içmemeye dair tüm motivasyonların sigara içme motivasyonundan daha yüksek kalması gerekmektedir (West, 2009). Sigara ve kimlik, bu teoride önemli bir faktördür; örneğin sigara bırakma terapilerine katılan kişilerde “sigarayı bırakma takımının bir parçası olma” kimliğinin sigarayı bırakma motivasyonuna katkısı büyüktür. Kimlik ve sigara ilişkisi alanyazında tartışılmakta ve kimlik konusunun sigara bırakma hususundaki önemine sıkça yer verilmektedir.

Sigarayı, özellikle orta yaştan önce bırakmak, sağlığa çok büyük faydalar sağlamaktadır çünkü sigaraya atfedilebilen hastalıkların neden olduğu ölüm ve hastalık riskleri bu sayede azalmaktadır (Doll, ve ark., 2004 ; Dresler ve ark., 2006 ; Pirie ve ark., 2013). Gençler sigara içmeyi bıraktıklarında, sadece yaşam beklentilerinde büyük bir iyileşme sağlamakla kalmaz, aynı zamanda hayatlarının geri kalanı için daha iyi bir yaşam kalitesine (Jia ve ark., 2013) ve zihinsel sağlığa sahip olma olasılıkları artar (Taylor, ve ark., 2014). Ayrıca, insanların genellikle yirmili yaşlarının başlarında çocuk doğurmaya başladıklarını düşünürsek, henüz genç iken sigarayı bırakmak, hamilelik ve çocuk sağlığına yönelik gelecekteki anne ve baba içiciliği risklerinden kaçınmak için çok önemlidir. Sigara içme ve sigarayı bırakma davranışlarıyla ilgili olarak daha fazla etki ve motivasyon anlayışı gerekmektedir. Kimlik, sağlık davranışlarını etkileyen önemli bir motivasyon kuvveti olarak önerilmiştir (Kearney ve ark., 2003 ; Oyserman, Fryberg ve Yoder, 2007 ; West, 2006). Ancak kişilerin sigara içmeye ilişkin kimlikleri ve kimliğin sigara içmeyi ve sigarayı bırakmayı nasıl destekleyebileceği konusundaki çalışmalar şuan için yetersizdir.

1.3. Kimlik ve Sigara İlişkisi

Öz-kimlik kişinin ‘ben kimim?’ sorusuna verdiği yanıtıdır. Hem sosyal bağlamlar hem de kişisel özellikler, bu sorunun cevabının temeli olarak önerilmiştir. Örneğin; kimlik teorisine göre (Stets, 2006) insanlar kendilerini kimlik olarak sosyal rollerde tanımlarlar (ebeveyn, işçi, vb.) ve öz-kimlik kişinin değerlerini ve davranışlarını bu rollerle ilişkili olarak yansıtır. Kişilerin birden fazla sosyal rolleri vardır ve bazı roller diğerlerine göre kişinin öz-kimliğini tanımlamasında daha baskın olurlar. Belirli bir rolün, bireyin kendi kimliğiyle özdeşleşmesi ne kadar merkezi olursa, bu rolle ilişkili davranışların gerçekleştirilme olasılığı o kadar yüksek olur. Benzer bir başka tanımlama, sosyal kimlik

teorisine göre (Hogg, 2006), öz kimlik kişinin ait olduğu sosyal kimlik ve ait olduğu sosyal kategoriye göre belirlenmektedir. Bu perspektiften, grup üyeliğine dayanan öz kimlik, belirli bir davranışın uygun olup olmadığını belirlerken, insanların grup normlarını dikkate almasını sağlar. Aynı zamanda öz-kimlik, kişilerin yansıttığı karakterler, değerleri, fırsatları ve hedefleri olarak da yorumlanabilir (Hagger, ve ark., 2007). Başka bir deyişle, bireyin riskli sağlık davranışları kısmen sosyal bağlamsal faktörler tarafından şekillendirilebilirken, bu özellikler bir dereceye kadar sosyal rollerden veya grup üyeliğinden farklıdır (Hitlin, 2003). Belirli bir davranış bu nedenle bir kişinin tek tek değer sistemine tekabül ettiği takdirde daha olasıdır. Gerçekten de, sosyal rollerin, grup normlarının ve bireysel özerkliklerin, bireyin öz kimlik duygusunu üretmek için birlikte çalıştığı muhtemeldir (Reid & Deaux, 1996).

Kimlik; psikoloji, sosyoloji, felsefe ve dil bilimi dahil olmak üzere çeşitli disiplinler içindeki farklı teorik geleneklerde incelenmiştir. Bu yaklaşımlar, tanımları, nasıl geliştirildikleri ve faaliyet gösterdikleri süreçler de dahil olmak üzere kimliği nasıl oluşturdukları konusunda belirgin farklılıklar gösterir (Vignoles ve ark., 2011). Bütünleştirici bir bakış açısı, kimliğin eşzamanlı olarak kişisel, ilişkisel ve kolektif içeriğe sahip olduğunu ve yaşam boyunca kültürlerarası ve sosyokültürel bağlamlara bağlı olarak bilinçli veya otomatik süreçler aracılığıyla bir arada bulunan kimlik yönlerinin oluşturulmasını, korunmasını ve gözden geçirilmesini önermektedir (Vignoles ve ark., 2011).

Sigaryayı bırakma ve kimlik konusunda da sigara kullanıcı kimliğini bırakarak sigara içmeyen kimliğe geçiş (kimlik geçişi) çok kolay olmayan bir süreçtir. Öz-kimliğin sigara bırakma üzerindeki etkilerinin kapsamlı bir şekilde incelenmesi, sigaryayı bırakma niyeti ve fiili sigaryayı bırakmanın bilinen sosyal-bilişsel yordayıcıları bağlamında dikkate alınması ve araştırılmasına ihtiyaç vardır. Sigaryayı bırakma çabası da ister istemez kişinin kimliğinde bir sapma yaratacaktır. Bu mantığı takiben, birey kendine yeni bir öz-kimlik geliştirdiğinde sigaryayı bırakmak daha muhtemel olacaktır. Genel olarak konuşmak gerekirse, yeni bir davranış geliştirmek, arzu edilen davranışla ya da aslında bir kimlik kaymasıyla eşleşen yeni bir öz-kimlik gerektirebilir (Kearney ve O'Sullivan, 2003; West, 2006). Davranış ve kimlik ilişkisi de burada devreye girmektedir. Planlı davranış teorisi (TPB: Ajzen, 1991) tartışmalı olarak bu amaç için en yararlı olanıdır. Planlanmış Davranış Teorisi, Mantıklı Eylem Teorisi'nin geliştirilmiş hali olarak öne sürülmektedir. İnsanların birçok sosyal davranışının bireyin iradi kontrolü altında olduğunu varsayan

Mantıklı Eylem Teorisi'ne algılanmış davranışsal kontrol değişkeninin eklenmesiyle türetilen Planlanmış Davranış Teorisi insanların söz konusu davranış üzerinde tam iradi kontrolünün söz konusu olmadığı durumlarda kullanılmak üzere geliştirilmiştir (Ajzen 2002:2-3) TPB, davranışsal niyetin doğrudan davranışı belirlediğini öne sürer. Niyet sırasıyla tutum, öznel norm ve öz-yeterlik işlevi olarak kabul edilir. TPB, sigara ve sigarayı bırakmayı anlamak için sunulmuştur; tutum, öznel norm ve öz-yeterlilik sigara bırakma niyetinin belirleyicileri olarak iyi performans gösterir (Godin ve ark., 1992; Moan ve Rise, 2005; Norman ve ark., 1999). Planlanan davranış teorisine göre, bireylerin bir davranışa karşı tutumları, normatif inançları ve kontrol algıları, belirli bir davranışta yer alma kararlarını etkiler (Hamilton & White, 2008). Bu teoriyle uyumlu olarak, tütün ürünlerini kullanan ergenlerin, kullanımlarından kaynaklanan riskleri kullanıcı olmayanlara göre daha az algılama eğiliminde olmaları beklenmektedir (Jackson ve ark.,2003). Bu nedenle, birden fazla tütün ürünü kullanıcılarının, sadece bir tütün ürünü kullanıcıları ve tütün kullanmayanlara kıyasla en düşük zarar algılarına sahip olmaları muhtemeldir. (Smith ve ark., 2007). TPB çalışmalarından yola çıkan Hagger ve Chatzisarantis (2006)'in çalışmasının bir sonucu olarak öz-kimlik etkisinin kişisel farklılıklara dayanabileceği söylenebilir. Bu durumda sigara bırakma davranışlarında sadece niyet, davranış, tutum ve öznel norm değil bunun yanında kişisel farklılıklar gibi öz-kimlik faktörleri de göz önünde bulundurulurarak araştırılmalıdır.

Charng ve arkadaşlarına (1988) göre, insanlar genellikle belirli bir davranış sergilediğinde ve bu davranış öz kimliğinin bir parçası haline geldiğinde; kişinin niyet ve gelecekteki davranışları tahmin edilebilir. Bir kaç çalışma öz-kimliğin davranış üzerindeki doğrudan etkilerini bulmuş olsa da (Conner ve ark., 1999), bugüne kadar yapılan araştırmaların çoğu öz-kimliğin davranış üzerinde doğrudan bir etki yaratmadığını söylemektedir (Charng ve ark., 1988). Bazı çalışmalar eski davranışlar ve öz- kimlik arasında etkileşim bulmuşlardır (Charng ve ark., 1988), buna karşılık bazı çalışmalar ikisi arasında bir etkileşim bulamamışlardır (Moan ve Rise, 2005; Terry ve ark., 1999). Birçok çalışma, geçmiş davranışların niyet üzerinde öz- kimlik etkilerini zayıflatan zıt bir etki bile bulmuşlardır (e.g., Conner ve McMillan, 1999; Fekadu ve Kraft, 2001). Eğer öz-kimliğin kısmen tekrarlanan davranışlarla şekillendiğine dair bir argümanı kabul edersek (Charng ve ark., 1988), kişinin sigarayı bırakma davranışının, öz-kimlik etkilerini gösterebilmek için uygun olması gerekmektedir. Yani sigarayı bırakmak isteyen

kişilerin, davranışları ile de bunu desteklemesi gerekmekte ve böylece kişiler sigara içiciliğinin öz-kimliğinin bir parçası olması durumunu değiştirebilmektedir.

Aynı zamanda önerilen bir başka öz- kimlik tanımı da; insanların davranışlarıyla yansıttığı düşük dereceli bir faktör olduğudur (Sparks ve Shepherd, 1992). Bu durumda öz-kimliğin, bir davranış oluştururken hesaba katıldığı ve davranışsal sonuçlara ilişkin diğer inançlardan farklı olmadığı düşünülmektedir. Öz kimlik, toplumsal rollere veya grup üyeliğine dayandığı sürece, öznel normlara da yansiyabilir (Hagger ve ark., 2007). Sigara kullanıcısı kimliğinin ve sigarayı bırakma kimliğinin bırakma niyetinde ve asıl bırakma girişiminde farklı roller oynadığı bu çalışmada görülmüştür. Bu roller sonucunda sigarayı bıraktıktan sonra bu iki kimlik türündeki gelişmelerin, bazı kişilerin neden eski sigara içici olduklarını, diğerlerinin ise nüks ettiğini kısmen açıklayabilmesi mümkündür.

Öz kimlik ve sigara tiryakisi prototipleri arasındaki ilişki ilginç bir diğer araştırma temasını oluşturur. Öz-kimlik ölçütleri özün kendisini belirli davranışlar ile ölçümlerken, prototip ölçütler özü belirli kişisel özelliklerle (örneğin; popüler, seksi, sorumlu, sıkıcı vb.) ilişkilendirir (Putte ve ark., 2009). Birçok davranış alanında, kendilerine atfettiği nitelikler, bu davranışı yapan tipik kişiye atfettiği niteliklerle eşleşirse, insanların bir davranış sergileme olasılıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Örneğin, tipik sigara içicisine daha az benzeyen sigara içenlerin sigarayı bırakma ihtimalinin daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Gerrard ve ark., 2005; Gibbons ve Eggleston, 1996). Walsh ve White (2007) tarafından yoğun cep telefonu kullanımı üzerine kayda değer bir çalışma hem öz kimlik hem de prototip benzerliğini içermektedir. Cep telefonunu öz kimlik için olduğu kadar cep telefonu kullanıcısının öz imajı ve prototipi arasındaki benzerlik için de kullanma konusunda bağımsız etkiler bulmuş, öz kimlik diğerlerine göre daha güçlü bir etkiye sahip olmuştur. Daha ileri analizler, prototip benzerliğinin niyet üzerindeki etkisine öz-kimliğin aracılık ettiğini göstermiştir. Bu, sigarayı bırakma bağlamında incelenmemiş olsa da, bu sonuçlar sigara içmeyenlerle ortak özelliklere sahip olduklarını düşünen sigara içenlerin sigarayı bırakma niyetlerini teşvik eden olumlu bir bırakma kimliği oluşturma ihtimalinin daha yüksek olacağını düşündürmektedir.

Sağlık davranışlarının insanların yaşam tarzının önemli bir parçası olması, sağlık eğitimini bu kadar zorlaştıran kritik faktörlerden biridir. Sağlık mesajları, etkili bir şekilde, insanlardan uzun süre rahat hissedebilecekleri bir dizi davranış biçimini önemli ölçüde bırakmalarını veya değiştirmelerini ister. Kişilerin sahip olduğu riskli davranışlar

ile kendi kendini tanımlaması, yani bu davranışın kendi öz kimliğinin önemli bir parçası olması durumunda, insanları daha sağlıklı bir davranış sergilemeye ikna etmenin zor olacağı iddia edilebilir. Öz kimliğin sağlık davranışı üzerindeki etkilerini başka bir yoldan incelemek için yapılan çalışmalarda kişilerin riskli sağlık davranışlarını bırakıp, sağlıklı yaşamayı tercih etmesi öz kimliğin rolü ile ilişkilendirilmektedir. Bu, riskli davranışların değiştirilmesinde iki tür öz kimliğin dâhil olduğunu göstermektedir: mevcut sağlık açısından riskli davranışa ilişkin öz kimlik ve önerilen sağlıklı davranışa ilişkin öz kimlik (Putte ve ark., 2009). Alanyazındaki çalışmalarda, sağlık davranışının öz kimlik ile ilişkisi (Armitage ve ark., 1999), ve riskli davranışın öz kimlik ile ilişkisi (Conner ve McMillan, 1999) ayrı ayrı incelenmiş, ikisi birlikte incelenmemiştir. Sigara içme alışkanlığının yeniden yapılandırılarak sağlığa zararlı bir alışkanlık olduğunun kabul edilmesinin ardından, sigara içen kişilerin sigara içen kimliğinden utanması ve kaçınması yeni bir araştırma alanı doğurmuştur. Bazı çalışmalarda kişiler sosyal yeterliliğini sigarayı bırakarak göstermişlerdir. Sosyal ve gizli içiciler, sigara içilmesinde yaygın olan bağımlılık modelinin yanı sıra sigara içen kimlikleri ikili anlayışlarına (sigara içen / sigara içmeyen) meydan okumaktadır. Alanyazında sigara kullanımının kimlik üzerine olan etkilerine yer verilmiştir, ancak e- sigaranın kimliğe olan etkisi ve sigaranın öz- kimliğe olan etkisi ile aralarında bir fark olup olmadığına dair araştırmalara rastlanılmamaktadır.

Araştırmada sigara ve kimlik ilişkisi ile ilgili kuramlar dört başlık altında toplanmış ve çalışma bu kimlik özellikleri üzerinden de şekillenmiştir.

1.3.1. İlgili Kuramlar

1.3.1.1. İkili Kullanıcı Kimliği

Sigarayı bırakmak amacı ile elektronik sigara kullanan kişilerde, sigarayı doğrudan kesmekten ziyade bir nevi daha sağlıklı bir alternatifi olarak düşünülen e-sigara ile buhar solunumuna devam ederek, bırakma stresini yaşamadan sigarayı bırakabilecekleri beklentisi oluşmaktadır. Elektronik sigaraları deneyen birçok sigara içen kişinin, sigarayı bırakmaktan ziyade içmeye devam ettiği görülmektedir; bu durum da ikili içici kimliğini doğurmaktadır. Son verilerden yola çıkarak, e-sigarayı özellikle sigarayı bırakmak için kullananlar, sigara kullanmaya devam etmişlerdir (Giovenco ve ark., 2014). E-sigara kullananlar ve sigara içmeye devam eden bireyler bundan sonra “ikili kullanıcılar” olarak

anılacak ve sigarayla ilişkili maddelere maruz kalmaya devam edeceklerdir (Biener ve ark., 2014).

Bazı çalışmalar, e-sigara zararını azaltmak ve sigarayı bırakmayı desteklemek için etkili olabileceğini düşündürmektedir (Harrell, 2009; Pokhrel, 2014 ve Sutfin, 2013). Buna karşılık, ikili kullanıcıların (geleneksel sigara içmeye devam eden e-sigara kullanıcıları) daha yüksek nikotin seviyelerine maruz kaldıkları, daha fazla nikotine bağımlı oldukları ve bırakma şansını azalttığı varsayılmaktadır (Glimcher ve ark., 2002). Ayrıca, e-sigara kullanımı, sigaranın yeniden normalleşmesine neden olabilmektedir (Schlam ve ark., 2013)

Dicey (2014), İngiltere e-sigara kullanıcılarının% 84'ünün geleneksel sigara içmeye devam ettiğini ve e-sigara kullanma motiflerinin farklı olabileceğini öne sürmektedir. Çeşitli davranışları açıklamak için sosyal-psikolojik modeller kullanılması karşın, genç ve ikili kullanıcılar arasındaki potansiyel motivasyonel farklılıkları değerlendiren çalışmalar nispeten azdır, fakat artmaktadır (Berg, 2016; Kalkhoran ve ark., 2015). 2015 yılında (Harrel ve ark.,) ikili kullanıcılar üzerinde yapılmış olan bir araştırmada, e-sigara ile ilişkin olumlu beklentilerin (kolaylık dışında) sigarayı bırakma ile ilişkili olduğu, olumsuz beklentilerin ise ikili kullanımla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Sosyal- bilişsel teori, madde kullanımının kişinin beklentilerinden etkilendiğini göstermektedir; yani kişi, kullanımın sonuçlarına ilişkin inançlardan da etkilenmektedir (Bandura, 1971- 1986). Beklentiler, uzun süreli bellekteki merkezi sinir sistemine girdi oluşturan ve hem bilinçli hem de bilinçsiz mekanizmalar yoluyla davranış yönetimini yönlendiren bilgi yapıları olarak düşünülmektedir (Borland ve ark.,1991). Örneğin madde kullanımında, kullanımın başlamasından ve devam etmesinden sonra beklentiler güçlenir, uzun süreli hafızadaki diğer öğelerle daha ilişkili, daha belirgin ve daha olumlu hale gelir (Brown ve ark., 2015). Daha genel olarak, beklenti organizmayı gelecekteki olaylar için hazırlayarak evrimsel bir avantaj sağlayan çeşitli farklı nöro-davranışsal süreçlerde aktif olan bir ilkedir (West, 2015). Eski sigara kullanıcılarının e-sigarayı, sigara bırakma terapilerinden daha olumlu beklentiyle karşıladıkları görülmüş ve sigara içmeye göre e-sigara daha olumlu beklentiyle yaklaşmışlardır. Bu olumlu beklentiye sebep olarak da sigarayı bırakmanın ardından geleceğine inanılan bırakmanın negatif etkileri olan kilo alma ve stresin e-sigara kullanımı sayesinde yaşanmayacağını göstermişlerdir (Brose, 2015). Beklentilerin e-sigara kullanıcıları arasında sigara içimi ile nasıl ilişkili olabileceği

hakkında daha az şey bilinmektedir, çünkü e-sigara kullanıcıları ile yapılan araştırmalar genelde zaten sigarayı bırakmış olanlarla sınırlı kalmıştır. Demografik değişkenlerin ve e-sigara kullanım özelliklerinin düzenlenmesinin ardından, nikotin replasman tedavileri için pozitif beklentiler arasında daha önce gözlenen bir ilişkiye benzer şekilde, e-sigaranın olumlu beklentileri arasında sigaraya devam etme olasılığının düşük olması dile getirilmiş, kullanıcılar beklentilerinin genelde acilen sigarayı bırakmak olduğu görüşünü onaylamışlardır.

Web tabanlı bir ulusal yayında genel popülasyondan seçilmiş bir sigara içicisi örneğinde (Brose ve ark.,2015) başlangıçta günlük e-sigara kullananların, bir yıl sonra takip edildiklerinde e-sigara kullanmayan sigara içenlere göre sigara içmeyi bırakma girişimlerinin daha fazla olduğu görülmüştür. Ancak ne günlük ne de günlük olmayan e-sigara kullanımının izlem sırasında sigarayı tamamen bırakma ile ilişkili olmadığı görülmüştür. Günlük e-sigara kullanan sigara içenlerin başlangıçtan itibaren geleneksel sigara tüketiminde en az % 50 azalma sağlaması ise çalışmanın bulguları arasındadır. Aynı araştırma (Brose ve ark.,2015), sigara içerken her gün e-sigara kullanımı olduğunda, tütün tüketiminde önemli bir azalma görüldüğünü ve bu bulgunun yakın zamanda e-sigara kullanan sigara içenlerle sınırlı kalmadığını, dolayısıyla kalıcı kullanıcıların zaman içinde tüketimi azaltmaya devam ettiğini gösteriyor.

1.3.1.2. Eski Kullanıcı Kimliği/ Kimlik Geçişi

Sigara kullanıcılarında, özellikle sigara içmeyi alışkanlık haline getirmiş kullanıcılarda, sigara genelde öz- kimliğinin bir parçası olmaktadır. Öz- kimlik olarak sigara içicisi olduğunu kabul eden kişilerin sigarayı bıraktıktan sonra eski içici olma durumu, sigara içicisinden eski sigara içicisi kimliğine geçişi göstermektedir. Alanyazında eski içici konusundaki araştırmalarda kişilerin geçiş süreçleri gözlenmiştir. Vangeli ve West (2012)'in yaptığı çalışmada, "sigara içmeyen" olana yönelik kimlik değişikliği sürecinin, başlangıçta bir başarıya ulaşma duygusunun eşlik ettiği geçici bir "sigara bırakma takımı" kimliği ile desteklenmekte olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Katılımcılar, sigara bırakma rehabilitasyon merkezine gelen ve 6 haftalık, üyeler arasında bağı artırmayı teşvik etmek için teknikler de içeren, bir program ile sigarayı bırakanlardan oluşmaktadır. Sigara içen kimlikten sigara içmeyen kimliğe geçiş süreci, kendiliğinden bir 'eski içici' kimliğine geçiş olarak gözlenmiştir. Bu çalışmayı destekleyen

araştırmalarda sigara içen kimliğin açıkça doğası gereği sosyal olduğu dşnlmekte ve bu nedenle sigara içme davranışının norm davranışı olarak, sosyal bir kimlik olarak kavramsallaştırılabileceği vurgusu yapılmaktadır. Alanyazında sigara içen ve içmeyen kimliğe dair araştırmalarda, özellikle sigara içmeyen kimliğe dair gözlenen bir yüzeysel etiketleme ve bir de derin etiketleme olduğundan bahsedilmektedir (Vangeli ve West, 2011).

. Yüzeysel etiketleme basit bir Şekilde sigara içmeyen kimliğini kabul eder, derin etikete sahip katılımcılar ise sigarayla ilgili olarak karmaşık düşünce ve hislere sahiptirler. Bu kişiler sigara ile kurdukları bağ sebebi ile sigarayı bırakmalarına rağmen karmaşa ve zlem içerisinde olduklarıdır. Bu kişiler sigarayı bırakmak ile ilgili kimlik açısından olumlu etiketlemelere sahip olup, bunun yanında sigara kullanımına karşı zlem duymaya devam etmekte, bu durum da derin ve karmaşık etiketlemeye yol açmaktadır. (Vangeli ve West, 2011).

Kendilerini sigara içicisi olarak tanımlayan kişilerin, elektronik sigara kullanmaya başladıktan sonra kendilerini sigara içicisi yerine elektronik sigara içicisi olarak tanımlamaları, sigara içen kimliğinden, e-sigara kullanıcısı kimliğine geçişi gösterebilmektedir. Yapılan bir araştırmada sigarayı bırakan e-sigara kullanıcılarının kendilerini ‘‘sigara içicisi’’nden ‘‘e- sigara içicisi’’ olarak yeniden tanımladığı ve bu durumun e- sigaraya yönelmede etkisinin büyük olduğu grlmektedir. Katılımcıların e-sigara içicisi olarak kendilerini tanıtarak sigara içicisi kimliğinden kaçtıkları gözlenmiştir (Simmons ve ark., 2016). Bu durumda kişilerin sigara içici kimliğinden memnun olmadıkları, ancak sigarayı bırakmakta zorlandıkları, e-sigarayı sigaranın bir alternatifi olarak görerek ve birbirinin yerine koyarak özellikle kimlik bağlamında e-sigara içicisi olmayı tercih ettikleri gözlenmiştir.

Bırakma davranışını daha iyi kişiselleştirmek için sigara içen kimlikleri diğer kimlik yönleriyle birlikte dşnlmelidir. Sigara içenlerin, temel kimliklerini araştırmak için sigara içen kimliklerinin kendileri için ne ifade ettiğini söylemeleri teşvik edilmelidir (Vignoles, 2011). Tanımlanan kimlik anlamları üzerine inşa edilen müdahaleler, sigara içenlerin sigara içmeden kimliklerini nasıl tanımlayabileceklerini bulmalarına yardımcı olmalıdır. Özellikle, müdahaleler, benlik saygısını arttırmayı, diğerlerinden ayırt edilebilirliği arttırmayı karşılayacak bir kimliğin kurulmasını kolaylaştırmalıdır. Ayrıca, kimlik değişikliği ve davranış değişikliğini teşvik eden müdahaleler için potansiyel olarak

önemli hedefler, belirlenmiş davranış değişikliği teknikleriyle ele alınabilir (Michie ve ark., 2013). Bunlar, insanların sigarayı bırakma sürecinde sigara içmeyen bir kimliğe bağlılıklarının izlenmesini ve gerektiğinde güçlendirilmesini; sigara içenlerin sigara içen kimlikleri ve diğer kimlikleri arasındaki uyumsuzlıklara dikkat çekilmesini ve kimliği değiştirme isteklerini güçlendirmek için olumlu rol modellerin belirlenmesini gerektirmektedir. Son olarak, müdahaleler, sigaraya bağımlı olmasına ya da bırakmayı zor bulmasına rağmen bir kişinin kimliğini değiştirmenin ve sürekli olarak davranış değişikliğini pekiştirebilecek bir içmeyen haline gelmesinin her zaman mümkün olduğunu vurgulamalıdır (Tombor ve ark., 2013).

1.3.1.3. Göçebe Kimlik

Gizli sigara içiciler; şımarık kimlik potansiyelindedirler. Bu kimlikler toplum içinde gerçek içici kimliklerini gizlemek isterler. Her zaman potansiyel sigara içen kimlik ve içmeyen kimlik arasında kutuplaşır gibi görünür, bu yüzden ikili bir şema içinde kalırlar. Sigara içiciliği hatta eski sigara içiciliği kimliğinin her türünü anlamayı denemek için ikili karşıt kimliklerin ötesine geçmemiz gerekmektedir (Thompson ve ark., 2009). Araştırmada, sosyal ve gizli sigara içen kimliklerin doğasını kabul etmemiz gerektiği oldukça açık olmakla birlikte, bir kişinin eski bir sigara içen olarak tanımlanması konusunda daha dikkatli düşünmemiz gerektiğini savunmaktadırlar.

Sigarayı bırakanlar, sigara ve sağlıkla ilgili söylemlerin karıştığı sosyo- mekânsal ağları ile tartışan kasıtlı kimlik geçişleri (bu değişimin kolay olduğu söylenmemektedir) gerçekleştirir. Yeniden yapılandırılan süreçler ile birlikte sigara içmenin anlamı “sefil” olarak görülmeye başlanmıştır (Thompson ve ark., 2009).. Tütün dumanı özellikle sigarayı bırakmış insanlarda tiksinti ve nefret uyandırmakta olduğu araştırmalarda görülmektedir (Kohrman, 2014). Kohrman (2014) sigara kullanımı konusunda geçmişe dönük yaptığı araştırmalarda, sigara içmenin temizlik, ilerleme ve nezaketle ilişkilendirilme biçimini belgeliyor ve bunun aksine, daha sonra toplumlarda sigara içmek “kirli” bir alışkanlık haline geliyor. Bu durum da sosyal ve gizli içicilik anlayışını meydana çıkarmaktadır. Sosyal ve gizli sigara içicilerin göçebe kimlikleri durumsal olarak inşa olur ve yıkılır, ancak her zaman bir kimlikten diğer kimliğe geçiş potansiyeline sahip olan göçebe kimlikler olarak kavramsallaştırılır(Thompson ve ark., 2009). Bu kimlikler kararsız kalıyor ve kendi kimliklerini yönetiyor gibi görünseler de

bizim için bir problemden ziyade bedene bir pencere açıyor ve böylece bir uyum ve direnç şemasının ötesine geçmemizi sağlıyorlar.

Gizli sigara içicileri, alanyazında farklı isimlerle yer almışlardır. Bunlardan bir tanesi de; hayalet sigara içicileridir. Hayalet içicilerin sigara içmeyenlere göre sigara içme eylemi kaynaklı maruz kalınabilecek olumsuz tepkilerde daha fazla azalma ve sosyal kolaylaştırma beklerler. Hayalet sigara içicileri, standart sigara içen imajına göre daha duyguları çelişen ve kararsız davranışlar sergilemişlerdir. Ayrıca hayalet sigara içicileri, sigara içenlere göre sigara içme alışkanlıklarına dair daha az baskı deneyimledikleri gözlenmiştir. Sonuç olarak hayalet sigara içicileri, anti sigara içiciliği mesajları ile geçerliliği kabul görmüş bir şekilde normal içicilerden ayrılmaktadırlar (Choi ve ark., 2010). Bu kişilerin sigarayı hiç kullanmayanlardan daha çok sigarayı kötüledikleri göze çarpmaktadır. Ayrıca gizli sigara içicilerin; şımarık kimlik potansiyelinde oldukları söylenmekte ve bu kimliklerin toplum içinde gerçek içici kimliklerini gizlemek istedikleri gözlenmektedir.

Çoğu insan profesyonel kariyerinin ilk evrelerinde olduğunda yani özellikle genç erişkinlik döneminde sigara içicisi olsa da bazı ortamlarda sigara içtiğini gizleyebilir, çünkü sosyal gruplara ait olma duygusu hala çok değerli olsa da, bu sosyal kimlikleriyle ve mesleki rolleri ile ilgili yeni kurulan veya özdeşleşmiş kimlikler arasında tutarsızlıklar olabilir (Berg ve ark., 2009).

1.3.1.4. Sigara İçici Kimliği

Sigara içen kimlik konusunda nicel ve nitel araştırmalar göze çarpmaktadır. Nicel araştırmalara bakacak olursak; bir kısım araştırmacılar sigara içenlerin sigara içen kimliğini içselleştirmediklerini ve içici olduklarını red ettiklerini (Berg ve ark.,2009), veya kendilerini “sosyal sigara içen” gibi alternatif öz etiketlerle tanımladıklarını söylemektedirler. (Song ve Ling, 2011). Sigara içici veya sosyal içici kimliği olanların sigarayı bırakma niyetleri daha düşüktür (Falomir ve Invernizzi, 1999; Hoie ve ark., 2010), sigara içme sıklığını arttırma olasılığı daha yüksektir (Hertel ve ark., 2012) ve ikna edici anti-tütün mesajlarına savunmacı yanıt verme olasılıkları daha yüksektir (Freeman ve ark., 2001). Sigara içen kişinin, sigara içici kimliği hakkında olumlu hislere sahip olmasının, sigarayı bırakma çabalarını baltaladığı görülmüştür (Tombor ve ark., 2013).

Niteliksel çalışmalara bakıldığında ise; kişilerin sigara içen kimlikleriyle ilgili anlamları ve bunlardaki değişikliklerin sigara içme ve sigarayı bırakma davranışlarını nasıl şekillendirebileceği konusunda derinlemesine anlayışlar sunarak sigara içenlerin kimliği anlayışımıza büyük katkı sağladıkları gözlenmektedir (Brown ve ark., 2011 ; Gilbert, 2007). Nitel çalışmalarda, sigara içen bir kimliğin içselleştirilmesinin, bireylerin olgun, sofistike, çekici veya kendine güvenen bir kişi olmak da dahil olmak üzere, özdeş kimlik oluşturma arzusu üzerine dayandığı gözlenmektedir (Gilbert ve ark., 2007). Ayrıca sigara içme, insanların kendilerini diğerlerinden ayırmada; ve bireyselliklerini, diğer kimlik özelliklerini (örneğin, genç bir kişi olarak kimlik) ve kişisel niteliklerini (örneğin, önceliklendiren, eğlenceyi seven bir kişi olmak) ifade etmede kullanabilecekleri bir kimlik markası olarak görülme eğilimindedir (Gilbert, 2007 ; Lennon, ve ark., 2005 ; MacFadyen ve ark., 2003 ; Moffat ve Johnson, 2001 ; Rooke ve ark., 2013; Scheffels ve Schou, 2007 ; Wiltshire ve ark., 2005). Bunun yanında sigara içici kimliğinin sosyal faydaları da gözlenmektedir. Sigara içen bir kişinin içici kimliğinin, sosyal gücünü artıracığı, bireylerin kendilerini dâhil hissetmelerine, sosyal gruplarına üyelikleri ifade etmelerine ve bu gruplar içinde değerli bir kimlikleri sürdürmelerine yardımcı olacağı düşünülmektedir. Ancak, kişiler sigara içmenin kendisinden ziyade; sigara içmeye katılmanın sosyal kabul için önemli olduğunu düşünmektedirler.

Çalışmalar, sigara içen olmanın, arkadaşların ve diğer sigara içenlerin etrafında kabul edilebilir, hatta arzu edilebilir bir kimlik olarak kabul edilebileceğini göstermekte, ancak bununla birlikte, bu bağlam daha özel veya profesyonel bir duruma göre (örneğin, aile üyeleri, işverenler veya müşteriler etrafında olmak) değiştiğinden, sigara içen kimliğinin çoğu zaman gizlenen bir kimlik olarak da ortaya çıkabileceği görülmektedir (göçebe kimlik) (Brown ve ark., 2011). Sigara içici kimliği gizlense de sosyal ortamlarda ortaya çıkabilmektedir, örneğin çalışmalarda alkolün tüketildiği durumlarda kişilerin sigarayı daha kabul edilebilir hale getirebileceği ve bu durumun kişilerdeki bilişsel uyumsuzluğu azaltabildiği görülmüştür. Buna ek olarak, “alkol içerken sigara içen, normalde sigara içmeyen” olmak, içicinin kendi tanımının bir parçası olabilir; böylece kişi, içinde yaşadığı kimlik çatışmalarını azaltabilmektedir (Hoek, Maubach ve ark., 2013). Bu durum sosyal içici kimliğini ortaya koymaktadır. Çalışmalarda en sık rastlanılan durum, sigara içici kimliğinden kaçınan, sosyal içici kimliğinde olduklarını ileten kişilerin, normalde sigara içmelerine rağmen kendilerinin sosyal içici olduklarını savundukları ve tek başlarına hiç sigara içmediklerini iddia ettikleri, aynı zamanda normal sigara içicisi olmayanlara

göre daha tepkisel bir şekilde tiryaki olmadıklarından bahsettikleri gözlenmiştir (Hoek ve ark., 2013). Bu kişiler genelde sigara bırakma konusunda kontrollü olduklarından ve istediklerinde hiçbir zaman sigara içmeyebileceklerinden sıkça bahsetmektedirler. Kişiler kendilerini bağımlı olarak tanımlamaktan kaçınmış, sosyal yönlerinden daha olumlu bahsetme eğiliminde olmuşlardır (Amos ve ark.,2005 ; Berg ve ark. , 2010; Brown ve ark., 2011 ; Hoek ve ark., 2013 ; Johnson ve ark., 2003; MacFadyen ve ark., 2003 ; Moffat ve Johnson, 2001; Rooke ve ark.,2013 ; Scheffels, 2009; Scheffels ve Schou, 2007; Wiltshire ve ark., 2005).

Sigara içen kimliği fenomeni ikili yapıdan (sigara içen/ içmeyen kimliğinden) daha karmaşık bir yapıya sahip olup, kullanıcılar ikili yapı ile sınırlı kalmayıp birden fazla kimlikle tanımlanabilirler. Özellikle gençler aynı anda farklı sigara içici kimlikleri tutabilir ve bireysel, sosyal ve davranışsal faktörlerin hepsi sigara içici kimliklerini ve bunlara bağlı tutumu nasıl algıladıklarını şekillendirebilir. Sigara içen kimlikleri, otomatik olarak ve sigaraya başlama ile paralel olarak oluşturulamayabilir, ancak zaman içinde kabul edilebilir ve içeriğe bağlı olarak bilerek değiştirilebilir. Ek olarak, farklı sigara içen kimlikleri sigarayı bırakmayı hem kolaylaştırabilir hem de engelleyebilir (Tombor ve ark., 2015).

1.4. Araştırmanın Amacı

Sigara içiciliğinin kişinin kimliğini oluşturma sürecinde birçok faktör etkili bulunmuş, bunlardan en önemlisi ise sosyal faktörler olmuştur. İçicilerin yakın çevresi (aile) ve sosyal çevresi ile yaşadıklarının ve toplumun sigara içiciliği konusundaki bakış açıları ve tutumlarının, kişilerin içici kimliğinin şekillenmesine ve farklı kimliklere geçiş yaşayabilmesine etkili olduğu araştırmalarda görülmektedir. Bunun yanında içicilerin sigara karşıtı yeni düzenlemeler ve toplumsal normlar ile birlikte, içici kimliğinden utanması ve çekinecek bir durum haline gelmesi de araştırmacılar için yeni bir inceleme alanı doğurmuştur. Kimlikten utanma ve kaçınma durumu kişileri sigarayı bırakma isteğine daha da yönlendirmiş ve çeşitli alternatiflerin piyasaya sürülmesini sağlamıştır. Bunlardan en popüler olanı elektronik sigaralar, dünyada son 10 yılda yaygınlığını katlanarak arttırmaktadır. Elektronik sigaranın bu kadar yaygın olmasının ardından araştırmacıların da bu konu ilgisini çekmiş ve elektronik sigara kullanıcılarının genel özellikleri, neden e-sigara tercih ettikleri gibi konularda araştırmalar yapılmaya başlanmıştır. Elektronik sigara konusunda yapılan araştırmalar arasında, sigarada olduğu

gibi kimlik konusuna değinen çalışmalar henüz az sayıdadır. Oysa elektronik sigara da bağımlılık yaratabilecek tütün grubuna giren ve kişilerin sigara gibi hayatlarının bir parçası olabilme özelliğinde olan bir üründür.

Araştırmanın amacı sigara ve e-sigara kullanımının kimliğe olan etkisini nitel bir bakış açısıyla incelemektir. Sigaranın kimliğe olan etkisi hakkında yapılmış olan araştırmalardan yola çıkarak, sigara ve e-sigarayı aynı anda kullanan veya yalnızca e-sigara kullanan kişilere ulaşarak, hem gözlem hem mülakat tekniği ile kişilerin iç dünyasına açılan kapıdan, kendilerinin de farkında olmadığı noktaları yakalayarak derinlemesine bir araştırma yapmak araştırmacının temel amacı olmuştur. Sigara içiciliği özellikle son dönemlerde yeni hayata geçirilen sağlık politikalarından sonra istenmeyen riskli bir sağlık davranışı olarak görülmeye başlanmıştır. Sigara içicileri bu yeni düzenlemelerin ardından sigara içicisi kimliğinden çekinmekte veya gizlemek isteyebilmektedir. Bu araştırmada e-sigaraya geçiş sebebi olarak gösterilen nedenler arasında kimlik kaygısının olup olmadığı, bunun yanında eski içici yeni e-sigara içicilerinin, e-sigara içici kimliğine geçiş süreçleri ve e-sigara kimliğine geçişin ardından sigara içici kimliği ile farklarının analiz edilmesi araştırmanın en önemli amaçlarından birisi olmuştur. Ayrıca e-sigara ve sigara kullanımının gerekçeleri ve kişilerin neden bu maddelere yöneldiği de araştırmada incelenmiştir. Daha özel ifade edilecek olursa araştırmanın sorusu:

- 1) Sigara ve elektronik sigara kullanımının öznel gerekçeleri nelerdir?
- 2) Sigara ve elektronik sigaranın kimliğe olan etkisi nedir?
- 3) Kimliğe olan etkisinde sigara ve elektronik sigaranın birbirlerinden bir farkı var mıdır?

YÖNTEM

2.1.Katılımcılar

Kuramsal örnekleme yöntemi ile sigara ve elektronik sigara kullanan ve gönüllü olan, Konya ve İstanbul illerinde yaşayan, 30-45 yaş aralığında, 5'i erkek, 1'i kadın 6 kişi araştırmaya dâhil edilmiştir. Katılımcı özellikleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1:Katılımcı Özellikleri

Katılımcı No	Cinsiyet	Yaş	Meslek	Yaşadığı Şehir
1	Erkek	33	Satış temsilcisi	Konya
2	Erkek	45	Satış müdürü	Konya
3	Erkek	39	Doktor	Konya
4	Erkek	37	Doktor	Konya
5	Kadın	30	Bankacı	İstanbul
6	Erkek	43	Akademisyen	Konya

Araştırmada, görüşme yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama aracı görüşme formu ile elde edilen veriler içerik analizi tekniği ile incelenmiştir. Katılımcıların izni alınarak ses kaydı yapılmış olup, görüşmeler sonrasında kayıtlar çözümlenerek bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Niteliksel veri analizinde Nvivo12 yazılımından yararlanılmıştır. Araştırmada niteliksel analiz yöntemi olarak Yorumlayıcı Fenomonolojik Analiz (YFA) kullanılmıştır.

2.2.İşlem ve Analiz Yöntemi

Araştırma verilerinin elde edilmesinde derinlemesine görüşme tekniği kullanılmıştır. Veri toplama aracı olan görüşme çizelgesi (EK-2) ile elde edilen veriler niteliksel analiz yöntemi olan Yorumlayıcı Fenomonolojik Analiz (YFA) ile incelenmiştir. Katılımcıların izni alınarak ses kaydı yapılmış olup, görüşmeler sonrasında kayıtlar çözümlenerek

bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Niteliksel veri analizinde NVivo12 yazılımından yararlanılmıştır.

Yorumlayıcı Fenomonolojik Analiz: YFA araştırma yöntemi kişilerin sosyal ve kişisel dünyalarının anlamlarını keşfetmek amacıyla kullanılmaktadır. Tekniğin fenomenolojik kısmında deneyim, olay ya da durumun katılımcı tarafından algılanışı temel alınır. YFA, ayrıca, araştırmanın kendi içinde dinamik bir süreç olduğunu ve araştırmacının da bu süreçte aktif rol oynayacağı (yorumlayıcı kısım) varsayımından yola çıkar. YFA kapsamında önce gelişmekte olan temalar ortaya çıkarılır, bu temalar elenir veya bir araya getirilir ve son/kesin üst temalara karar verilir (Smith & Osborn, 2003).

YFA çalışmalarındaki örnekler genellikle küçüktür ve bu durum detaylı ve çok zaman alan bir durum analizi sağlar. Araştırmacı, erken bir aşamada, belirli bir katılımcının deneyimleri hakkında kapsamlı ve derinlemesine bir analiz yapmak ya da bir grup ya da belirli bir popülasyon hakkında daha genel bir hesap sunmak isteyip istemediğine karar vermelidir. Her ikisini de yapmak nadiren mümkündür, bu nedenle nihai amaç sonraki metodolojiyi ve araştırma tasarımını belirleyecektir. Psikolojik çalışmalarda daha yaygın olduğu için büyük bir örneklem büyüklüğü kullanmak uygun değildir. YFA ile, belirli olayların kısa bir incelemesini yapmayı ve tüm popülasyon üzerinde genelleştirilebilecek bir teori oluşturmayı hedeflenmektedir. (Bununla birlikte, çoklu YFA çalışmalarının belirli bir sorunla karşılaştırılması, evrensel kalıplara veya mekanizmalara dair öngörü sağlayabilir. YFA araştırma yönteminde yarı yapılandırılmış, derinlemesine bire bir görüşmeler, veri elde etmek için en popüler yöntemdir, ancak veri toplamada diğer alternatifler de kullanılabilir (örneğin, günlükler, odak grupları, harfler veya sohbet diyalogları). Yarı yapılandırılmış görüşmeler, araştırmacının ve katılımcının gerçek zamanlı olarak diyaloga girmelerini sağlar. Ayrıca, araştırmacının başka sorularla daha ayrıntılı olarak inceleyebileceği özgün ve beklenmedik sorunların ortaya çıkması için yeterli alan ve esneklik sağlar. Ayrıca araştırmacı görüşmelerde almış olduğu ses kayıtlarını defalarca dinleyerek aldıkları notlar üzerine çalışarak tema yaratması YFA'da çok önemlidir. Kişinin zamanla transkriptlerden ziyade zamanla kendi aldığı notlar üzerinden yürümesi araştırmada kurulacak temalar açısından önem teşkil etmektedir (Smith ve Pietkiewicz, 2012).

YFA, kişisel bir tecrübeyi keşfetmeye çalışır ve bireyin kişisel bakış açısını göz önünde bulundurarak olaya yorumlayıcı bir açıklama getirmeye çalışır. Aynı zamanda YFA

araştırmacının da aktif rol oynadığı dinamik bir süreçtir. Katılımcının i dünyasından bir bakış açısı yakalayabilmek için araştırmacı katılımcının kişisel dünyasına yakın olmaya çalışır (Conrad,1987). Katılımcılar kendi dünyalarını anlamlandırmaya çalışırken, araştırmacı da katılımcının kendi dünyasını anlamlandırmaya çalışmasını anlamlandırmaya çalışır. Farklı yorumlayıcı bakış açıları olasıdır, YFA empatik yorumsama ve sorgulayıcı yorumsamayı aynı çatı altında birleştirir. Böylece fenomenolojik kökenleriyle tutarlı olarak YFA, katılımcının bakış açısından bakmanın nasıl olduğunu anlamaya çalışır. Detaylı bir YFA analizi katılımcılardan gelen metinlere eleştirel soru sormayı da içerir. Örneğin: bu kişi burada ne amaçlamıştır? Katılımcının pek farkında olmadığı bir Şeyler mi var? Katılımcının pek farkında olmadığı bir Şeyler olduğuna dair bir hissim mi var? vs..

YFA'nın insana bilişsel, dilbilimsel, duygusal ve fiziksel varlık olarak teorik bir bağlılığı vardır ve insanların konuşması, düşünceleri ve duygusal durumları arasında bağlantı olduğunu varsayar. Aynı zamanda YFA araştırmacıları bu bağlantının karmaşık olduğunu fark eder, çünkü insanlar ne düşündüklerini ve hissettiklerini ifade etmekte zorluk yaşarlar. İnsanların kendilerini açık etmemek için kendilerine has sebepleri olabilir ancak araştırmacının, insanların ruhsal ve zihinsel durumlarını katılımcıların beyanlarından yola çıkarak yorumlaması gerekmektedir. YFA bu sorular için uygun metodolojiye karar verilmesi gerektiğinde ana akım psikolojiden net bir Şekilde ayrılır: ana akım psikoloji halen niceliksel ve deneysel metodolojiye güçlü bir Şekilde bağlıyken YFA, derinlemesine niteliksel analiz yöntemini benimser. YFA ve ana akım psikoloji insanların kendilerine ne olduğu konusunda nasıl düşündüklerini incelerken, bunun en iyi hangi Şekilde çalışılacağı konusunda birbirlerinden ayrılmaktadırlar.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmanın amacına uygun olarak toplanan verilerden elde edilen tematik bulguların sunulması, tartışılması ve yorumlanmasına yer verilmiştir. Bulgular ve tartışma sigara ve e-sigara kullanma gerekçeleri, psikolojik etkiler ve iç çatışma, kimlik ve tütün kullanımı, elektronik sigara ve sigaranın kimlik açısından karşılaştırılması olarak dört ana başlık altında toplanmıştır. Katılımcıların bu başlıklar altında yer alan temalardan bahsetme sıklığı aşağıda sunulmuştur (Şekil 1):



Şekil 1: Katılımcıların bahsettiği temalar ve bahsetme sıklığı

3.1.Sigara ve E-sigara Kullanma Gerekçeleri

Tütün kullanım gerekçeleri alanyazında sıkça tartışılan bir konudur, sigara ve e-sigara kullanımının araştırıldığı bu niteliksel çalışmada katılımcıların sigara ve e-sigara kullanımı ve hayatlarında kapladıkları yer ile ilgili sorulara verdikleri yanıtlar genelde aynı noktada buluşmaktaydı. Sigara kullanımının hayatlarında kapladığı yerin, e-sigara için de aynı olması buna örnek olabilir. Kişilere genelde tütüne başlama hikâyeleri üzerinden sorular soruldu ve detaylı yanıt vermeleri istendi. Verilen yanıtlarda sigara ve

e-sigara başlama gerekçeleri ile devam etme gerekçeleri birbirinden ayrılmaktaydı. Sigaraya başlama ve devam etme gerekçeleri daha çok sosyal faktörler ve bağımlılık üzerine yoğunlaşırken, e-sigaraya başlama nedenlerinde ön plana çıkan ise daha çok sigarayı bırakmak isteyen kişiler için sigaraya göre sağlıklı bir alternatif olması olmuştur. Kişilerin sigara kullanım gerekçesi olarak vermiş oldukları yanıtlar genelde ‘motivasyon sağlayıcılar’, ‘sosyal ortam ve etkisi’ ve ‘alışkanlık/bağımlılık’ temalarında ele alındı. E-sigara başlama ve devam etme gerekçeleri ise sigaradan yer yer ayrılmaktaydı: ‘sigaranın daha sağlıklı alternatifi’, ‘çevre duyarlılığı ve sosyal etkiler’, ‘kişiselleştirilebilen bir hobi olması’, ‘yerine koyma/koyamama durumu’ gibi temalar ortaya çıktı. Bu sebeple e-sigara ve sigara kullanım gerekçeleri ayrı başlıklar altında sunulmuştur:

3.1.1. Sigara Kullanma Gerekçeleri

3.1.1.1. Motivasyon sağlayıcılar

Araştırmamda sigaraya başlama ve devam etme gerekçelendirilmesinde en sık karşılaşılan konulardan biri ‘motivasyon sağlayıcılar’ olmuştur. Kişilerin bu motivasyon sağlayıcılardan bahsederken en çok değindikleri durumlar: ‘yemek sonrası’, ‘kahve yanına’ ve ‘üzüntüde’, ‘sevinçte’ akla gelmesi olmuştur. Aslında kişilerin, yemek sonrası ve kahve içerken akıllarına sigaranın gelmesi bu durumun anlık ihtiyaçlardan çok alışkanlıklar ile alakalı olabileceğini düşündürmektedir. Katılımcıların genelde yemekten sonra sigara içemiyorlarsa eksiklik hissettiklerinden ve kahve yanına sigara içmek istediklerinde eğer sigara bulamıyorlarsa, kahvenin de tadını alamadıklarından bahsetmeleri, kahvenin sigarayı çağrıştırdığını ve birinin yokluğunda yoksunluk ortaya çıktığını göstermektedir. Bunun yanında sigara kullanma gerekçesi olarak en sık kullanılan kelimelerin, ‘sevinç’ veya ‘üzüntü’ olması da sigara ile olan ruhsal bağın ne kadar kuvvetli olabileceğini ve alışkanlığın yanında kişilerin sigaraya ayrıca farklı bir anlam yüklediğini düşündürmektedir.

Sigara kullanımının bir başka motivasyon sebebi olarak kişiler stresle baş etme konusuna eğilmişler, sigaranın streslerini azalttığını düşündüklerini dile getirmişlerdir, çalışmadaki bu bulgu alanyazın ile eşleşmektedir. Alanyazında sigara kullanma sebepleri arasında stres faktörü ve sigara kullanımının stresi azaltacağına yönelik inanç tartışılmakta ve buna inanan insanların çoğunlukta olduğu görülmektedir (Roth ve Cohen; 1986, Wetter ve ark.,1994). Ayrıca alanyazında da değinilen sigaranın konsantrasyonu artıracığı

kanısı (Nichter ve ark., 2007), yaptığım araştırmada da gözlenmiş, kişiler sigara içmediğinde konsantrasyonlarının düştüğünü ve sırf bu sebepten sigarayı bıraktıkları halde sigaraya tekrar başlamak durumunda kaldıklarından bahsetmişlerdir. Özellikle mesleki olarak hala sınav stresi yaşamaya devam eden katılımcılarımız bu konuya oldukça değinmiş ve genelde sınav öncesi sigarayı bırakmasına rağmen tekrar başladığını söylemiştir. Burada da özellikle, iş hayatındaki stresin yanı sıra daha çok öğrencilik döneminde konsantrasyon sebebi ile sigara içimi sıklığının arttığını söyleyen araştırmalarla aynı doğrultuda bir sonuç çıkmaktadır (Nichter ve ark., 2007).

3.1.1.2. Sosyal Ortam ve Etkisi

Araştırmanın bulgularından en göze çarpan konu kişilerin başlama hikayelerinin birbiriyle genelde paralel gitmesi olmuştur. Katılımcıların büyük çoğunluğu sigaraya başlama hikâyelerinde yaş olarak ergenlik yaşını işaret etmekte ve sigara kullanımını merak duygusu ve kimlik anlatıları ile eşleştirmektedir:

“Arkadaşların çok önemli bir durummuş gibi erkekliğin olmazsa olmazıymış gibi sigara teklifleri ve özentiler çevremizdeki görülen insanlar tam böyle yetişme çağında büyüyünce sigara içiliyor demek ki gibi şeylerden dolayı.” K1

Bu durum alanyazınla eşleşmekte ve alanyazında da lise çağlarında sigara kullanımına başlama oranının daha yüksek olduğu görülmektedir (Putte ve ark., 2009). Alanyazında bahsedilen merak duygusu da, çalışmanın bulgularında sigaraya başlama sebeplerinde ilk sıralardadır. Bunun yanında sigaraya başlama sebebi olarak katılımcı 1’in de bahsetmiş olduğu çevre etkisi önemli bir faktördür. Katılımcı 1’de sigaraya lise çağlarında okulda başladığından bahsetmiş, başlama sebebi olarak da ‘sigara içerek daha sosyal olma’ durumundan bahsetmiş ve bu sayede yeni insanlarla tanışabilip daha sosyal olabildiğini söylemiştir:

“Lise çağlarından okulda arkadaşlar mesela teneffüslerde kaçak yerlere giderek böyle çok gizli yerlere giderek sigara içmeleri oluyordu ve haliyle arkadaş çevren oraya gidince sen de yanlarında oluyordun; çek bir firt şöyle yap falan filan bir şey olmaz falan diyerek başlattılar o şekilde.” K1

Sigaraya başlamada çevrenin etkisinden bahseden bir başka katılımcı, çevredeki arkadaşlarının sigara kullanması ve kendisine de önermesi sebebi ile başladığını belirtmiştir. Arkadaşlarının sigara önerirken yapmış olduğu ısrarların kişinin belki de

dışlanmak istememesi sebebi ile sigaraya başlamasına sebep olduğundan ve hatta devam etme sebebi olarak da akran etkisinden bahsetmek mümkündür.

Yalnızca bir tane katılımcı (katılımcı 3) sigara başlama hikayesinde başkasının etkisinden söz etmemiş, yalnızca kendi kendine merak duygusu ile başladığından söz etmiştir:

“Tamamen kendi isteğimle mesela arkadaş özentisi falan değil. Çünkü o zamanki ev arkadaşlarımdan hiçbiri sigara içmiyordu. Ben bir gün öyle merak ettim aldım ve öyle devam...” K5

Sonuç olarak başlama hikayelerinden yola çıkacak olursak, araştırma bulgularında sigaraya başlamada çevrenin etkisi, sosyalleşme olgusu ve merak sırasıyla önem teşkil etmektedir.

Sigarayı bırakma hikayelerinde de, başlama hikayelerinde olduğu gibi çevrenin etkisinden sıkça söz edilmiştir. Genelde ilk bırakmaya başladıktan sonra kişiler, kendilerini içerken ki hallerine kıyasla daha iyi hissettiklerinden, ancak daha sonra çevrelerinde sigara içen kişilerin etkisi ile iradelerine yenik düştüklerinden ve yeniden başladıklarından bahsetmektedirler:

“Arkadaşlarımdan elinde sigara gördüğümde onları kıskanıyordum, sonra diyordum ki bir kere içebilirim ne olacak, sonuçta yeniden başlamış olmam, sonra ertesi gün iki üç derken tekrar başlarken buluyordum kendimi.” K5

“Ancak özellikle arkadaş çevremden dolayı bırakmam imkânsız hale geliyordu, özellikle üniversitede bütün arkadaşlarım sigara içiyordu ve ben bırakmaya ne zaman karar versem yanımda sigara içiliyordu, haliyle bu da işimi çok zorlaştırıyordu, irademe yenik düşüyordum her seferinde.” K5

Sigara içme isteği bir şekilde nüks ettikten sonra ‘bir kere içsem sigaraya tekrar başlamış olmam’ mantığı ile hareket ederek, her gün biraz daha arttırarak sigaraya devam etme durumu ortaya çıkmaktadır. Katılımcıların neredeyse hepsi bu durumdan bahsetmiş ve iradelerine yenik düşerek sigara bırakma konusunda bir başarısızlık duygusu ile birlikte yeniden içmeye devam etmişlerdir. Bu durum alanyazında bahsi geçen PRIME teorisine paralel bir sonuç oluşturmaktadır. Prime teorisi ve West’e göre sigarayı bırakmak için, sigara içme ihtimalinin olduğu her durumda sigara içmemeye dair tüm motivasyonların sigara içme motivasyonundan daha yüksek kalması gerekmektedir (West, 2009). Çalışmadaki bulgularda ise kişiler genelde sigara içmemeye dair motivasyonlarını daha düşük tutması sebebiyle iradelerine yenik düşerek sigarayı bırakma konusunda başarısız

olmuş ve tekrar eskisi gibi kullanmaya devam etmişlerdir. Bunun yanında kişiler sigarayı bıraktıkları zaman yaşadıkları psikolojik sıkıntılardan da bahsetmişler ve en çok yaşadıkları sıkıntının; sigara bırakmanın ardından yaşanan stres, boşluk duygusu ve üzüntü olduğunu söylemişlerdir. Kişiler bu durumdan bahsederken gerçekten de o yaşadıkları üzüntüyü yansıtmış ve ses tonlarına da yansıtmışlardır:

“Başta tabii olumsuz özellikler vardı. Yani kendini gergin hissediyordum sanki hayatından bir parçayı senden almışlar gibi hissediyordum, farklı bir psikoloji ya. Yani nasıl söyleyeyim yok hayat bomboş, ne yapsan zevk almıyorsun, ne yesen tat almıyorsun gibi bir durum ile karşılaşıyorsun.” K1

Katılımcı 8’in ise sigarayı mecburi sağlık sebebi ile bir süre bıraktığında, başka sigara içenleri gördüğünde yaşadığı duyguyu anlatırken o kişileri oldukça kıskandığından ve onların yerinde olmak için zamanı geri alma isteğinden bahsetmesi sigara bıraktığında yaşamış olduğu duygu durumunun yoğunluğunu anlatmaktadır:

“At göğsüme vurdu 21 gün sigarayı bıraktım, arkadaşlar anlatır hep gülüşürdük, sigara içenleri görürdüm dışarıda böyle gözlerim yaşarır, ağlardım. Sigarayı özlediğim için sigaranın kıymetini bilemedim diye, ben de sizin gibi az içseydim de ağızla içseydim de böyle olmasaydı diye.” K6

Kişiler genellikle bu stresi yaşamaktan korktukları için e-sigara kullanmaya başladıklarından ve hatta e-sigaraya başladıktan sonra da bu hissi e-sigara için hissetmeye başladıklarından bahsetmektedirler. Bu durum ikili kullanıcı kimliğini ortaya çıkarmaktadır. Bu ikili kullanıcı kimliğinden kimlik ana başlığı altında bahsedilecektir.

3.1.2. E-sigara Kullanım Gerekçeleri

3.1.2.1. Sigaranın Daha Sağlıklı Alternatifi

Dünyada gün geçtikçe yaygınlaşan e-sigara başlama gerekçesi olarak araştırmalarda sağlık faktörü öne sürülmüştür (Peters ve ark., 2013). Bu çalışmada da e-sigaraya başlama gerekçesi olarak en fazla sağlık sebebi öne sürülmüştür. Bu durum da e-sigara kullanıcılarının genelde sigara kullanıcıları olduğu sonucunu ortaya koymaktadır. Çünkü sağlık gerekçesini açacak olur isek, kişiler sigara kullanıcısı olduklarından ve sigaranın sağlığa olan zararlarından kaçınmak için daha sağlıklı alternatif olarak e-sigarayı kullanmaya başladıklarından bahsetmektedirler:

‘‘Aynen oydu (sigarayı bırakmak için) başta da bahsettiğim gibi kendimize zararı en aza indirmekti.’’ K1

‘‘Sağlık etkili oldu, nefes almakta zorlanıyorsunuz sigara içerken. Birde sigarayı bir paket içiyorsunuz iki paket içiyorsunuz. Hani tamamen sağlık artık o sebeple geçtim daha az rahatsız olmak için elektronik sigaraya başladım.’’ K6

Bunun yanında çalışmadaki katılımcıların hepsi sigara bırakma amacı ile e-sigaraya başlamış kişilerden oluşmaktadır ve sigara bırakma yöntemi olarak e-sigara tercihinin en önemli sebebi e-sigaranın sigaraya benzerliği olduğunu söyleyebiliriz (Grana ve Ling, 2014):

‘‘Daha önce sigara kullandım nargile de içiyorum, ama şu an sigara paketi almıyorum yani şu an elektronik sigaraya başladım. Aktif olarak elektronik sigara kullanıyorum. Onu içtiğimde sigara aramıyorum, benziyor zaten.’’ K3

Çalışmada sigaradan önce e-sigara kullanan bir katılımcı olmadığı için ağ geçidi hipotezini e-sigara açısından inceleme fırsatı olmamıştır. Ancak sigaradan önce nargile kullanan bir katılımcının bu sebeple daha sonra sigaraya başladığından bahsetmesi, ağ geçidi hipotezine örnek olarak verilebilir:

‘‘15- 16 yaşlarında önce nargile kafeler ile başladım tütüne diyebilirim, o zamanlar çok popülerdi oralarda takılmak. Daha sonra lisede teneffüslerde sigara içilen bir taraf vardı, orada durdukça bir tane iki tane arkadaşımından aldığım sigara ile başladım. Sonra kendim paket almaya devam ettim ve içmeye başladım.’’ K5

3.1.2.2. Çevre Duyarlılığı ve Sosyal Etkiler

Alanyazın ile paralel olarak e-sigara kullanım sebebi olarak sağlık faktöründen sonra katılımcıların en çok değindiği ‘çevre faktörü’ olmuştur (Pokhrel ve Herzog, 2014). Çevre faktörü olarak ise genelde sigara dumanının çevreye verdiği rahatsızlıktan sonra e-sigara dumanının bu rahatsızlığı ortadan kaldırdığı, hatta çevrelerinin sigarayı bırakıp e-sigaraya başlama konusunda desteklediğinden de bahsetmişlerdir. Çevre olarak özellikle aile bireylerinin bu durumu desteklemesi kişileri en çok e-sigaraya çeken sebeplerden biri olmuştur. En belirgin örnek olarak 6. Katılımcımız, evlendikten sonra eşinin evde sigara içmesini istememesi üzerine elektronik sigaraya geçtiğini belirtmiş, sadece duman açısından da değil sağlık açısından da eşinin e-sigaraya destek verdiğini söylemiştir. Tütün kullanımında çevre faktörünün önemi göz ardı edilemez bir durumdur ve e-

sigaranın çevre tarafından desteklenmesi, e-sigara kullanımının artmasında önem teşkil edebilmektedir.

“Herkes bir şeyler söylüyor dinlemiyoruz, işimize geleni dinliyoruz. Eşim zaten göğüs hastalıkları uzmanı, o sigara içmemi hiç istemiyor, elektronik sigarayı iç ama sigara içme diyor.”K6

Bunun yanı sıra, başlama hikayelerinde bir diğer ortak tema sosyal etkiler olmuştur, kişiler özellikle yakın çevrelerindeki insanların sigara yerine e-sigara içmelerini desteklemişler, bunun sebebi olarak da hem e-sigaranın sigaraya göre zararlarının daha az olduğuna inanmaları hem de e-sigara dumanının, sigara dumanı kadar kişileri rahatsız etmemesi diyebiliriz. Katılımcı 5 e-sigara içmeye başladıktan sonra eşinin evde tütün kullanımına izin vermeye başlaması, dumanından rahatsız olmaması ve bu sebeple de artık evde daha fazla vakit geçirerek daha önce dışarıda sigara içerken yapmış olduğu aktiviteleri yapmayarak sosyal ortamının da değişmesinden bahsetmektedir:

“Ondan sonra evlenince eve kitlendik, sürekli dışarı çıkamıyorsunuz, balkonda içmeniz lazım ama o da olmuyor hani balkonda da o şeyinden tatmin olmuyorsunuz. Ne zaman elektronik sigaraya geçtim televizyonun karşısına evde çay sigara gibi elektronik sigara içiyorum.”K6

“Sürekli içiyorum, elektronik sigarayı daha rahat içebiliyoruz normal sigarayı burada (iş yerinde) içmesi daha sıkıntı, evde içemiyorsun normalde. Ama bunu (e-sigarayı) mesela eşim evde de içmeme izin veriyor, oturma odasında televizyon izlerken bunu içebiliyorum, o yüzden bunu sürekli içiyorum.” K5

Alanyazında e-sigaranın dumanının avantajlarından bahsetmesi, araştırmamızın bulguları ile eş yönlü bir sonuç çıkarmaktadır. Alanyazında de sigara dumanından rahatsız olan kişilerin e-sigara tercih ettiğinden söz edilmektedir (Pokhrel ve Herzog, 2014). Bunun yanında e-sigara dumanının havada çok fazla kalmaması ve kokusunun sigara gibi kalıcı olmaması sebebi ile gençlerin okullarda gizlice içtiğinden de bahsedilmektedir (Peters ve ark., 2013). Bu çalışmada katılımcıların yaş ortalamasının orta yaşa tekabül etmesi sebebi ile bu konuda bir analiz yapamamaktayız.

3.1.2.3. Kişiselleştirilebilen bir hobi olması

Alanyazında e-sigara kullanım sebepleri arasında en çok bahsedilen konulardan bir diğeri olarak, e-sigaranın daha çok bir hobi gibi kişiselleştirilebildiği (aromalar, tütün dereceleri vs.) özellikle gençler arasında bir kişisel malzeme olarak moda nesnesi gibi de görülebildiğinden bahsedilmektedir. (Simmons ve ark., 2016). Yapmış olduğum

araştırmada ise, özellikle e-sigarayı bırakmayarak devam etmiş olan kişilerin en çok verdiği cevap, e-sigaranın keyif vermesi olmuştur. Keyif olarak addedilen durum ise, e-sigaraaların farklı aromalarının olduğu bunun yanında farklı modellerin ve tütün derecelerinin olduğu ve kişilerin bununla uğraşmaktan zevk duyduklarından bahsetmeleri diyebiliriz.

Araştırmada e-sigara başlama sebebi olarak ortaya çıkan önemli bir durum ise, kişilerin sağlık ve çevre etkisi sebeplerinin yanında e-sigaranın sigara kadar tatmin etmesi ve ayrıca aroma ve tatlandırıcılarıyla oynanabilmesi, yani e-sigaranın sigaraya göre daha kişiselleştirilebilmesi, bir nevi hobi olarak da görülmeye başlanabilmesidir. Katılımcılardan özellikle ikisi e-sigaranın avantajlarından bahsederken aroma ve kitleleriyle oynamaktan zevk aldıkları ve bu işle uğraşmanın onları bir hobi sahibi yaptığını düşünmektedirler:

‘‘Aslında başlangıçta bırakmak içindi ama şu anda işte keyifli ve uğraşmak zevk veriyor çeşitli modelleri var çeşitli aromalar var kitleler var, bir bunu deneyeyim bir de bunu deneyeyim falan şu an devam ediyorum yani bırakmak şeyinden bir çıktı devam ediyorum.’’ K4

‘‘Yani dediğim gibi ben nargile içmeyi de seven biriyim, bu aroması da güzel olduğu için sigarayı daha az arayacağımı hissettim, yani duman oranı da yüksek haz durumu iyi, hoşuma gitti denedim birkaç defa o yüzden bunu deneyeyim dedim içmesi keyifli.’’ K5

Pokhrel ve ark. (2015) larının çalışmasında, e-sigaranın bir tercih sebebi olmasının en büyük sebeplerinden birinin geleneksel sigaraların, 'hobi','özelleştirilebilirlik', 'buharla oynamak', 'moda / yenilik' ve 'ürün / buhar alışverişi' gibi nikotinle ilişkili olmayan eğlence amaçlı e-sigaraaları sevme nedenlerinin başında olduğu gözlemlenmektedir demektedir, e-sigaranın özellikle genç yetişkinler arasında kişiselleştirilebilirliği sayesinde de bir moda nesnesi olarak görüldüğünü de eklemektedir. Bu da araştırma bulgularımızın alanyazınla eş gittiğini göstermektedir. Moda nesnesi görme durumu ise bulgularımız arasında bulunmamaktadır, bu da akla moda nesnesi olarak görmenin daha çok yaş ve akran etkisi ile ilgili olabileceğini getirmekte ve tekrar araştırmamızın yaş ortalaması sebebi ile böyle bir bulguya rastlayamayabileceğimize işaret etmektedir. Son olarak e-sigaraya başlama sebebi olarak özellikle sigarayı bırakmak için iradelerinin kuvvetli olmadığını düşünen katılımcıların olduğu gözlemlenmekte ve kişiler bu durumu e-sigaraya başlama sebebi olarak göstermekte, e-sigaraya devam ederek bir nevi sigarada aldığı hazzı devam ettirme isteğinde olduklarından bu sayede iradelerine daha sahip olabildiklerinden bahsetmişlerdir:

'Diğer metotların aslında çok işe yaramaması, bir de bunun daha kolay gelmesi yani sonuçta bir şeylerle uğraşıyorsun yine bir şey içiyorsun nikotin alıyorsun, nikotin alabiliyorum şuanda. O yüzden cazip geldi yani diğer uygulamalara göre. Aslında içmek istiyorum hala bir şey içmek istiyorum sigara yerine bunu içiyorum bu da beni tatmin ediyor sigara yerine koymuş oldum.'"K6

E-sigara başlama sebepleri olarak en çok bahsedilen temalar bunlar olmuş ve kimisi bu sebeplerden sonra devamında e-sigara kullanmaya devam etmiş bazı katılımcılar ise, e-sigaraya devam etmemeyi tercih etmişlerdir.

3.2. Psikolojik Etkiler ve İç Çatışma

Araştırmadaki kişilerin sigaradan bahsederken yaşadıkları duygu durumları ve his geçişleri, hem cümlelerinden hem de araştırmacı tarafından gözlemlenen hal ve hareketlerinden ortaya çıkmaktaydı. Katılımcılar sigaradan bahsederken yapmış oldukları betimlemeler, mimik ve jestler sigarayla aralarında oluşan duygusal bağın kuvvetini göstermekteydi. Örneğin bir katılımcının sigaradan bahsederken, 'ayrılmak istediği ancak bir türlü ayrılamadığı bir sevgili' betimlemesi yapması, hayatında sigaranın kapladığı yeri, ona karşı duygularını apaçık ortaya koymaktadır:

"Açıkçası senelerdir benimle, üzüldüğümde sevdiğimde yemek yediğimde hep aklımda. O yüzden hiç bağımlı değilim diyemeyeceğim. Ancak kurtulmayı istediğim bir sevgili gibi, ayrılamıyorum hep hayatımda ama bana zarar verdiğini hissediyorum." K5

Ayrıca çoğu katılımcının sigaranın yokluğunda kendilerini yalnız hissetmeleri, yokluklarında duydukları özlemin şiddetinin yüksek olması ve hayatlarında sigaranın kapladığı yerin büyüklüğü sigaranın kendilerine bir nevi duygusal bir destek sağladığını göstermektedir:

"Hayatın parçasından kastımız alışkanlıklardan kaynaklı üzüntüde sevinçte bir ortamda veya farklı yerlerde yanında olmadığı zaman kendini yalnız hissettirmene vesile oluyor sadece bu, onun haricinde bir şey yok." K1

"Arada özlüyordum, hiç aklımdan çıkmıyor gibi değil de arada aklıma geldikçe niye bıraktım falan diye düşünüyordum. Yemeklerden sonra özellikle özlüyordum bir alışkanlık var sabah kahvaltıda sonra falan daha çok alışkanlık sebebiyle özlüyordum." K2

Bunun yanında, kişilerin 'üzüntü' veya 'sevinç'lerini sigara ile paylaşmak istemesi, üzüntülerinde kendilerine teselli verecek bir şey olduğunu söylemeleri, sevinçlerini sigara ile paylaşmak istemeleri, sigaraya karşı duydukları duygusal bağ ve desteği örnekleme olarak göstermektedir:

‘‘Yani bunun gibi, çok sevinirsin aklına ilk gelen sigara olur çok üzülürsün aklına ilk gelen sigara olur sanki sana teselli verecek bir eymiŐ gibi hissedersin. Bütün her eyini sanki onunla paylaŐyorsun Böyle olmazsa olmaz gibi bir durum oluyor o yani.’’ K1

Ayrıca bir katılımcının sigaradan bahsederken hayatında kapladığı yerin çok büyük olduğunu ‘sigara olmazsa, kesinlikle olmaz’ diyerek söylemesi, sigara ile kurmuŐ olduğu bağın ciddiyetini göstermiştir:

‘‘Kesinlikle vazgeçilmez bir şeydi yani sigara çok büyük bir yer kaplıyor da hayatımda. Yani bazen eşim mesela ‘ya o ya ben’ diyecek kadar böyle o noktaya geldik yani. Sabah kalkar kalkmaz ilk onu arıyorsun, yatmadan önce onunla (sigara) vedalaŐyorsun falan böyle.’’K4

Sigara içicilerinin duygusal çatışma yaŐaması kaçınılmazdır. Bunun en büyük sebebini ise vücuduna zarar verdiğini bildiği bir maddeden vazgeçmeyip kullanmaya devam etmesi olarak açıklayabiliriz. Çalışmanın analizinde de, katılımcıların yaşadığı i çatıŐmalara çokça Őahit olunmuŐtur. Kişiler sigaranın zararlarından ve olumsuz yanlarından sıklıkla bahsetmişler, bu olumsuz yanlarından bahsederken sigarayı oldukça fazla ktlemiŐler, ancak diğer yandan, sigaradan uzak kalamadıklarından, yokluğunda zlem duyduklarından, hayatlarında büyük yer kapladığından da aynı ciddiyet ile bahsederek yaşadıkları i çatışmayı gözler önüne sermiŐlerdir. Özellikle katılımcı 1’in sigaradan bahsederken kendisine yönelttiği sorulardaki çeliŐki; ‘neden içiyorum? Amacı ne?’ cmlerinin hemen ardından ‘ ‘Niye bıraktın? Niye imiyorsun?’ sorularını yönelten, ‘Şeytan’ benzetmesi yapması ve ayartıcı bir i sestem söz etmesi bu tür i çatıŐmalara örnektir:

‘‘Mesela neden içiyorum dedim neden? Bunun amacı ne? Amaçlarını düŐündüm; hiÇbir amacı yok. Kendine verdiği zarardan başka bir şey yok. Bırakıyorum dedim, bıraktım. Haliyle Şimdi evrendekiler içiyor. Ne bileyim birilerinden görüyorsun, sen birkaç gün sigara imemiŐsin. Ondan sonra canın istemeye baŐlıyor yani, ‘Niye bıraktın? Niye imiyorsun?’ İçinden bir ses seni durmadan Şeytan mı diyelim artık neyse seni durmadan gıdıklıyor; ‘i ne yapacaksın ne gerek var bırakmana? Bundan zevk alıyorsun seviyorsun’ falan diye. Çok da başarılı olduğum söylenemez, bir iki ay bir süreç sadece ne olacak bir iki aylık süreçte yine günlük içmediğim zamanlarda oluyordu, 1-2 içtiğimiz zamanlarda oluyordu, ya tam bırakacaksın ya da hiç bırakmayacaksın.’’ K1

‘‘Tiryakiyim ama değilim nasıl söyleyeyim bir omuzumda melek bir omuzumda Şeytan var, Şeytan Şu anda sanki biraz daha ağır basıyor işte ne yapacaksın biri de diyor ki içme kendine zarar veriyorsun diyor ama bilmiyorum çok arada derede bir durumdayız yani.’’K1

Kişi önce sigaranın zararlarından oldukça yakınıyor ancak daha sonra “şeytansı” iç sesi ile yaşadığı duygu durumu sonrasında iradesine yenik düşerek sigara içmeye devam ediyor. Benzer şekilde diğer bir katılımcı da sigaradan bahsederken ‘bir omzumda melek bir omzumda şeytan’ diyerek yaşadığı iç çatışmayı şeytan ve melek betimlemesi ile yansıtmaktadır.

Katılımcılar arasında psikolojik rahatsızlık yaşadığını beyan eden kimse olmadığı için, alanyazında örnekleri olmasına karşın (Park ve ark., 2016) sigara ve e-sigara kullanımının psikolojik rahatsızlık yaşama düzeyine etkisi bu çalışmanın dışında bırakılmıştır.

3.2.1. Alışkanlık/ Bağımlılık

Sigara içme gerekçesi olarak en sık tartışılan ve konuşulan durum ise bağımlılık olmuştur. Alanyazında bağımlılık konusunda kişilerin daha çekinik kaldıklarından ve özellikle üniversite öğrencilerine sorulduğunda bağımlı olduklarını söylemekten kaçındıklarından bahsedilmiştir (Choi ve ark., 2010). Bu çalışmada ise kişilerin bağımlı olduklarını söylemekten kaçınmadıkları gözlenmiştir. Bu durumda alanyazındaki araştırmalarla tezat olabilecek bir sonuç çıkarmaktadır. Ancak bu durumda yaş faktörünü de göz önünde bulundurmanız gerektiğini söyleyebiliriz. Araştırmadaki katılımcıların büyük çoğunluğu ‘bağımlı’ olduklarını üstüne basarak söylemiş ve bu durumu tanımlarken çeşitli betimlemelerde bulunmuşlardır. Örneğin sigaradan bahsederken hayatında çok büyük yer kapladığından, hatta durumun eşi ile sorun çıkartabilecek düzeye geldiğinden bahsedilmiştir:

“Kesinlikle vazgeçilmez bir şeydi yani sigara çok büyük bir yer kaplıyor da hayatımda. Yani bazen eşim mesela ya o ya ben diyecek kadar böyle o noktaya geldik yani sabah kalkar kalkmaz ilk onu arıyorsun yatmadan önce onunla (sigara) vedalaşıyorsun.”K4

“Bağımlılık olmuş yani üzülürsünüz içersiniz, sevinirsiniz içersiniz, bir bahane yok sebebi yok aslında canım istiyor içiyorum bundan ibaret.”K6

“Kesinlikle bağımlı olduğumu düşünüyorum hala düşünüyorum, bağımlılığım geçmiş değil yani sigara olmazsa olmaz diye bir şey yani.”K4

“Şu an tiryakisiyim sigara tiryakisi. Bu ifade de benim için geçerli, üstüne basa basa söylüyorum sigara tiryakisiyim. “ K2

Bu durum bağımlılığın ne derecede olduğunu bize göstermekte ve kişilerin hayatındaki en yakın sosyal çevre olarak aile kavramını sarsabileceğine kadar gittiği gözlemlenmektedir. Araştırmamın önemli bir bulgusu, kişilerden bazılarının ‘bağımlı’ kelimesini kullanmaktan ziyade ‘tiryaki’ kelimesini kullanmayı tercih etmeleridir. Halk arasında bağımlılık kelimesinin negatif durumundan dolayı onu daha naif bir kelime olan ‘keyif verilen maddelere duyulan alışkanlık’ olarak da açıklayabileceğimiz ‘tiryaki’ kelimesi ile değiştirmeyi yeğlemişlerdir:

“Şu an tiryakisiyim sigara tiryakisi. Bu ifade de benim için geçerli, üstüne basa basa söylüyorum sigara tiryakisiyim. “ K2

Bu duruma da sigara bağımlısı olarak kendini tanıtmaktan kaçınma davranışı olarak bakabiliriz. Bunun yanında kişiler ‘psikolojik bağımlılık’ nitelemesini de sıkça kullanmışlar, bu durumdan aslında kurtulabileceklerinden ve istediklerinde bu duruma son verebileceklerine olan inançlarından bahsetmişlerdir. Bu yaklaşımları bağımlılık sıfatından kaçınmalarının bir diğer yolu olarak yorumlanmıştır.

3.3. Kimlik ve Tütün Kullanımı

3.3.1. İkili Kullanıcı

İkili kullanıcılık yani hem sigara hem e-sigarayı birlikte kullanma, alan yazında sıkça bahsedilen bir konu olmuştur. Alanyazından yola çıkacak olur isek, sigara ve e-sigara kullanan kişiler üzerinde yapılan araştırmalarda özellikle sigarayı bırakmak için e-sigara kullananlar, e-sigara ile birlikte sigara kullanmaya devam etmişlerdir (Pokhrel ve Herzog, 2014). E-sigara ve sigara kullanıcıları çift kullanıcı veya ikili kullanıcı olarak anılmaktadır. Alanyazın ile uyumlu bulgularımızda, katılımcılarımızdan hemen hepsi e-sigara ve sigarayı birlikte kullanmışlar, yani ikili kullanıcı kimliğine bürünmüşlerdir. Kişiler genelde e-sigara ve sigarayı birlikte kullandıktan sonra, sigara kullanımlarının azalmasından ve bu durumdan mutluluk duyduklarından bahsetmişlerdir:

“Sigarayı bırakmak için başladım ancak, devam etmek olarak değişti durum. Önce bırakabilirim ben bununla ya dedim, sonra bir baktım sigara azalmış bu mutluluk verici ama elektronik sigarayla ikisi devam ediyor 4 senedir. Hala bırakabilmiş değilim ve sigara içemediğim zamanlar onunla avunuyorum diyebiliriz.” K6

“Elektronik sigara içerken yanında sigaraları da içtik mi, işte onu da yaptık 15 tane içiyorsak bunu 5’e düşürdük belki ama yine de içiliyor.” K1

“Sigarayı günde 10-15 tane içiyorum, iş durumlarına göre de değişiyor. Elektronik sigarayı ise daha çok akşamları evdeyken içiyorum, evde sigara içilmesinden eşim de ben de hoşlanmıyoruz o sebeple.” K5

Bu da kişilerin riskli sağlık davranışı olan sigara kullanımı sebebiyle duydukları rahatsızlığı aza indirmeyi sağlamıştır diyebilmekteyiz. Katılımcılar sigara içmediğim zamanlarda e-sigara ile avunuyorum demiştir, yani aslında e-sigarayı sigaraya alternatif olarak görmektedirler. Ancak e-sigaranın geleneksel sigaranın yerini tam olarak almadığını düşünen katılımcılar da gözlenmiştir. Bu kişilerden katılımcı 2, sigaranın zararları sebebiyle bırakmak amacı ile e-sigaraya başlamışlar ancak daha sonra medya ve çevrelerinden duyduğu e-sigaranın zararları konusundaki duyular sebebi ile e-sigara güvensiz bulmuş ve sigaralara geri dönmüşlerdir:

“Sigaranın zararları vücuduma daha az olsun diye bir müddet elektronik sigara da kullandım. Çok işe yaramadı birde basında vesaire elektronik sigaranın daha çok zararlarından bahsedilince soğudum normal sigaraya devam ettim. Sigara kadar tatmin etmiyordu o yüzden sigaraya döndüm.” K2

Bunun yanında e-sigara sigaraya duyduğu bağımlılık kadar tatmin edici bulmayarak yerine koyamayan katılımcılar da gözlenmiştir:

“Belki de sigara içmeye devam ettirir, sigara içmeye devam ettireceğim hissi vardı içimde. Bu arada sigarayı bırakabilirsen bırakayım gibi düşünüyordum nikotin vesaire almak istiyordum az da olsa onun için bir müddet elektronik sigaraya devam ettim ama sonradan olmadı.” K2

“Elektronik sigarayı da geçici bir süre acaba sigarayı bırakmaya destek olur mu ya da beni tatmin eder mi diye kullandık ama çok da başarılı olmadı açıkçası.” K1

3.3.1.1. Yerine koyma

Bazı katılımcıların, e-sigaradan bahsederken daha önce sigaradan bahsettiği cümleleri kurduğu gözlenmiştir. Bundan e-sigarayı sigaranın yerine koyma durumu olarak bahsedilebilmektedir. Örneğin katılımcı 4 e-sigara içmeye başlayarak, sigarayı yavaş yavaş bıraktığını ve şuan e-sigara içtiğini, sigarayı aslında bırakmadığını “şekil değiştirdiğini” söylemiştir:

“11 ay kadar oldu şimdi de elektronik sigara içmeye başlayalı o zamandan beri hiç içmedim sigara. Bırakmadım ama şekil değiştirdi öyle düşünüyorum.” K4

Bunun yanında yerine koyma teması yalnızca sigara ve e-sigara için geçerli olmayabilir. Katılımcı 1 sigarayı bırakmak istediği dönemde, cebine leblebi koyduğundan ve her sigara içmek istediğinde elini cebine atarak leblebi yediğinden bahsetmektedir:

“Annemin her zaman dediği bir şey var al cebine leblebi aklına sigara geldiğinde üç beş tane ondan ye der. Mesela mantıklı mı? Mantıklı niye elini cebine gidiyor sonuçta sigara istediğinde, eline leblebi geldiğinde en azından bir yarım saat belki ileri atabiliyor.” K1

Bu durum da aslında sigara içme alışkanlığının yerine koyma yöntemi ile aslında azalabileceği ve alışkanlık durumunu bu şekilde kişilerin yenebileceğini göstermektedir. Bunun yanında katılımcılardan bir kısmının, sigara için duyduğu hisleri ardından e-sigara için de hissetmeye başlaması, artık sigara içicisiyim yerine e-sigara içicisiyim demelerini sağlamakta ve bu kişilerin “kimlik geçişi” yaşadıkları gözlenmektedir:

“E-sigara şimdi sigaranın yerini alıyor diyebiliriz, daha önce sigara için ne hissediyorsam yavaş yavaş e-sigara için aynı şeyleri hissetmeye başladım diyebilirim, ama sigara içicisi olmak sosyal olarak daha sıkıntılı, e- sigara içerken kendimi o konuda kötü hissetmiyorum o kadar. Sigaranın kokusu çevreye verdiği sıkıntı daha fazla sonuçta.” K5

Bu durumda alanyazında de bahsi geçen ‘sigara içicisi’ kimliğinden kaçıştan bahsedebilmekteyiz Simmon ve ark., (2016) da kişilerin sigara kullanırken e-sigaraya geçmelerinin hemen ardından, kullanıcı kimlikleri sorulduklarında e-sigara içicisiyim dediklerini bildirmişlerdir:

“Eski sigara içicisi yeni elektronik sigara kullanıcıyım diyebilirim.” K5

Bunun yanında analizimizde rastlanılan bir başka bulgu, kişiler açıkça e-sigarayı sigara yerine koyduklarından bahsederken, e-sigara ve sigara kıyaslaması yaparak e-sigarayı sigaradan özellikle sosyal anlamda (çevreye verilen koku rahatsızlığı vs) daha olumlu bulduklarından bahsetmekte, bu da az önce bahsi geçen sigara içici kimliğinden kaçış teması ile uyum göstermektedir:

“Ne zaman elektronik sigaraya geçtim televizyonun karşısına evde çay sigara gibi elektronik sigara içiyorum. Bu sayede dışarı çıkma isteği de azalıyor. Hani bu tamamen şey gibi (sigara) kokmaz. Zaten normal sigara gibi bir ağır kokusu yok. Etrafındaki insanları da rahatsız etmiyor, hanımı da rahatsız etmiyor zaten ve o yüzden evde kalmamı sağlıyor.” K6

Bazı kullanıcılar ise e-sigarayı sigaranın yerine koyduktan sonra bu sefer e-sigarayı bırakamama durumundan yakınmışlar, bu durum yerine koyma ve e-sigara içicisi olma

durumundan da kişilerin bir süre sonra rahatsızlık duymaya başlayabileceğini düşündürmüştür:

“Çok yeni başladım ama ben hani istediğin sürece etkili olacağını düşünüyorum açıkçası. Ama bir süre sonra da buna alışmak zor olacak herhalde bunu da bırakmak lazım. Bu da psikolojik ve fiziksel bağımlılık yapacaktır diye düşünüyorum.”K3

E-sigarayı bırakma sebeplerinde de bahsedildiği üzere, bazı katılımcılar e-sigarayı sigara yerine koymama durumundan bahsetmekte ve bu sebeple bir süre e-sigara ve sigarayı birlikte kullanıp, sonrasında tamamen sigaraya geri dönme durumu sergilemektedirler. Bunun genel sebepleri olarak da sigaranın vermiş olduğu haz, duydukları his ve bağlılığı, e-sigaraya karşı hissedememe durumu diyebiliriz. Bu durumu katılımcıların söylemlerinden yola çıkarak, e-sigaranın aroma ve çeşitli kitlerinin olması ancak doğru nikotin ve ürün kullanımı olmaması sonucu tatminsizlik duygusunun daha yüksek yaşanabileceği şeklinde açıklayabiliriz. Doğru ürün olarak bahsedilen ise, sigaralara daha yakın yüksek nikotin konsantrasyonlu ürün kalitesinde olan e-sigarlardır.

3.3.2. İçici Kimliği ve Bu Kimlikten Kaçınma Durumu

Katılımcılara kimlik ve sigara ile alakalı sorular sorulduğunda verdikleri yanıtlar genelde aynı noktaya işaret ediyordu. Kişiler kendilerini bağımlı olarak tanımlamaktan kaçınmamakta, ancak kimlik ve kişilik olarak aynı soru sorulduğunda neredeyse hepsi, sigaranın kimlik ve kişiliklerini yansıtmadığından bahsetmektedir:

“Yok, kişilikle filan hiç bağdaştırmıyorum. Yani eskiden yoktu sigara, içmedim 17 yaşına kadar. Ama 17 yaşından sonra içmeye başladım hani benim bir parçam falan değil normalde, ” K6

“ Ama hani ben bunu kendimi tanıtırken veya ifade ederken ben işte sigara içerim kickboks yaparım demem. Hani insanlar tanıtır ya hobilerin nelerdir vesaire spora giderim şunu yaparım diye, hani hobi olarak değil ben sigara içerim diye bir kimlikleştirme yok kendim kullanıyorum.” K5

Katılımcılara kimlikleri ve sigara ile ilişkileri hakkında soru sorulduğunda daha tepkisel bir şekilde cevap verdikleri gözlenmiş, cevaplar çok net bir şekilde verilmiştir. Örneğin katılımcı 2, aynı cümle içerisinde sigara tiryakisi olduğunu üstüne basarak söyledikten hemen sonra ‘ancak sigara benim kişiliğimi ve kimliğimi yansıtmıyor’ diyerek içici kimliğini reddettiğini ifade etmektedir:

“Şu an tiryakisiyim sigara tiryakisi. Bu ifade de benim için geçerli, üstüne basa basa söylüyorum sigara tiryakisiyim.” K2

“Benim kim olduğumu yansıttığı düşünmüyorum sigaranın kesinlikle düşünmüyorum.” K2

Katılımcı 1, dışarı çıktıklarında sosyal ortamlarda sigara içmek için olduğu gruptan ayrılarak açık havada içmesi gerekliliğinden rahatsızlık duyduğundan ve bu durumu kendisine yakıştırmadığından açıkça bahsetmektedir:

“Hatta ben çoğu zaman böyle sigarayı kafe ortamları vesaire arkadaş ortamları hariç bir yerde içerken sanki milletin bana bakıp ‘Ay ne kadar ayıp sigara içiyor’ dediklerini düşünüyorum. Mesela yani kendime yakıştırmıyorum.” K1

Bunun yanında bazı katılımcılar, özellikle e-sigarayı deneyip sigaraya geri dönenler, e-sigara içtikleri dönemde ikili kullanıcı olmalarına rağmen, kendilerini o dönemde eski sigara içicisi olarak tanımladıklarından bahsettiler:

“Yani günde iki üç tane de sigara içiyordum elektronik sigara kullanırken, kendimi eski sigara içicisi gibi görüyordum düşünmeye başlamıştım sorulduğunda eski içiciyim diyordum.” K2

Bu durum alanyazında de bahsedilen, kendiliğinden oluşan bir eski içici kimliğinden bahsetmektedir (Vangeli ve West, 2011). Bu makalede özellikle toplu sigara bırakma merkezlerinde yapılan araştırmalarda sigara içiciliğinin sosyal bir kimlik olarak görülmesi nedeniyle sigarayı bırakmak isteyen kişilerin norm davranışı olduğu için “eski içici” kimliğine geçişlerinin daha kolay olduğu savunulmaktadır. Bunun yanında eski içici kimliğini sürdürme isteği ve bunu istikrarlı olarak devam ettirme, sigaranın yoksunluğunu kabullenme için vazgeçilmez bir unsur olarak görülmektedir.

Katılımcıların neredeyse hepsinin sigaranın zararlarından haberdar olduğunu görmekteyiz. Ancak zararlarının yanında kişiler sigaranın negatif sosyal özelliklerine de değinmişler, sigara içicisi oldukları için kendilerini ‘ikinci sınıf vatandaş’ olarak konumlandırmışlardır:

“Şöyle bir şey oluyor, sigarayı bıraktıktan sonra içmediğin üç beş gün ardından sigara içerek yanına gelenlerden ciddi anlamda bir koku rahatsızlığı, ondan sonra kendi kendine soruyorsun ister istemez; ‘Ben de mi böyle korkuyordum acaba?’ falan, bunlarla kendimi teskin etmeye çalıştım, ama ne oldu bilmiyorum yine bir şekilde bir şeyler tersine döndü yine ağır gelemedi bazı şeyler.” K1

“Şimdi mesela bir ortamda sigara içmeyenlere karşı biraz kokudan kendimizi rahatsız

ediyoruz veya bölünüp dışarı çıkıp sigara içip geliyoruz. Kendimizi o vatandaşlardan ayırıştırıyoruz ve ikinci sınıf vatandaş gibi hissediyoruz. Sağlığımız açısından da olumsuz olduğunu düşünüyoruz tabii hissediyoruz öksürük oluyor, ne bileyim horlamalar oluyor, buna benzer birçok şikâyetlerimiz oluyor.” K2

Kişilerin kendini bu şekilde konumlandırması, planlanan davranış teorisine tezat olabilecek bir sonuç olabilir. Çünkü planlanan davranış teorisine göre; bireylerin bir davranışa karşı tutumlarını, normatif inançlarını ve algılanan kontrollerini de içeren algıları, belirli bir davranışta yer alma kararlarını etkiler. (Hamilton & White, 2008). Bu teoriyle uyumlu olarak, tütün ürünlerini kullanan ergenlerin, kullanımlarından kaynaklanan riskleri kullanıcı olmayanlara göre daha az algılama eğiliminde olmaları beklenmektedir (Jackson ve ark.,2003). Ancak çalışmamızdaki bulgularda kişiler sigaranın zararlarının oldukça farkında olup, kimlik olarak da içici kimliğini kendilerinden aşağıda bir konumda görmektedirler. Çalışmamızdan bir başka örnek olarak verebileceğimiz bulgu ise; katılımcı 4'ün e-sigara kullanmaya başladıktan sonra kendisinin 'level atladığını' düşünmesi ve e-sigarayı statü atlama olarak gördüğünden bahsetmesidir:

“Bir de yani sigara ne bileyim sigara şu anda gözüme şey görünüyor yani amele işi görünüyor biraz daha şey böyle üst seviye gibi elektronik sigara, level atlamış gibi hissediyorum kendimi. Öyle diyeyim yani sigara içen birini görünce dışarıda biz bunlardan çoktan geçtik falan böyle diyorum içimden yani öyle gibi hissediyorum.” K4

Sigara ve e-sigarayı konumlandırıldığı seviyeleri gösteren bu yaklaşımın kişilerin sigara içiciliğinden kaçınırken ve e-sigaraya başlarken kimlik unsurundan etkilendiklerini gösterdiğini söyleyebiliriz. Sigara kullanıcılığı 'ikinci sınıf vatandaşlık', 'istenilmeyen davranış' olarak görülürken, e-sigara 'daha üst seviye bir davranış', 'kaçınılması gerekmeyen bir kimlik' olarak etiketlenmiştir. Bunlara ek olarak kişiler sigara içiciliğinin olumsuz sosyal yanları yanında sağlık açısından olumsuzluklarına da değinmiş, sigara içerken yaşadıkları öksürük, rahat nefes alamama gibi problemlerinden de bahsetmişlerdir.

3.3.2.1. Yeni bir kimlik tanımlama

Araştırma analizinde rastlanılan en önemli bulgulardan bir tanesi, hem sigara hem e-sigara kimliğinden kaçınma olarak da adlandırabileceğimiz, kişinin kendisine yeni bir kimlik tanımlaması durumu karşımıza çıkmaktadır:

“Aslında yeni içiciyim, yeni bir madde içicisiyim, eski sigara tiryakisiyim ama yeni buhar makinesi kullanıcısıyım. Ben bu arada buna elektronik sigara değil de elektronik buhar makinesi diyorum yani sigaranın ismi de çıksın tamamen hayatımdan diye buhar makinesi diyorum, buhar tüketiyorum diyorum zaten buhar çıkarıyoruz gerçekten de.” K4

Eski sigara içicisi, yeni e-sigara kullanıcısı olan katılımcı 4 kendisini kimlik olarak eski içici veya e-sigara içicisi tanımlamasından ziyade, bulunduğu ortamlarda sorulduğunda kendisini ‘buhar içicisi’ olarak tanımladığından bahsetmekte ve ‘yanlış bir şey söylemiyorum, gerçekten buhar içiyorum, e-sigara içmiyorum buhar içicisiyim’ diyerek eklemektedir. Bu durumda kişinin ‘sigara’ isminden de rahatsız olduğundan ve tüm bu sigara ile ilgili kimlikten kaçınarak yeni bir kimlik tanımlamayı tercih ettiğini düşünebiliriz.

3.3.3. Göçebe Kimlik

Göçebe kimliğe sahip kişiler, genelde buldukları sosyal durum ve ortamda, sigara içmelerine rağmen içici kimliğini saklama eğiliminde olan kişilerdir. İnsanların buldukları sosyal ortam değişkenlik gösterebilmektedir, kişiler buldukları ortama uyum sağlamak adına bazı özelliklerini saklama eğiliminde olabilirler. Alanyazında da bahsedildiği gibi örneğin genç yetişkinlerde; üniversite ortamından iş ortamına adım atarken, sosyal ortamları oldukça değişmekte ve yeni katılmış oldukları sosyal ortam daha profesyonel bir role bürünmelerini isteyebilmektedir. Bu durumda sigara içen bir genç yetişkin ortama uyum sağlamak adına içici kimliğini gizlemek isteyebilir (Berg ve ark., 2009; ark., 2010 ; Leas ve ark., 2014 ; ark., 2007 ; Ridner ve ark., 2010). Araştırma bulgularına dönecek olursak, katılımcı 1 genç yetişkin olduğu dönemlerden, lise çağlarından bahsederken, özellikle okul ortamında arkadaşlarının yanında içici kimliğine büründüğünü ancak öğretmen veya ebeveynlerinin yanında tamamen içici olmayan farklı bir kimliğe bürünmekte olduğunu söylemiştir:

“Yani şimdi o zamanlar hikâyeler bahsettiğim gibi lise çağlarından okulda arkadaşlar mesela teneffüslerde kaçak yerlere giderek böyle çok gizli yerlere giderek sigara içmeleri oluyordu. Sorulduğunda kesinlikle içmiyoruz diyorduk tabi ama gizli gizli içiyorduk ve bu sigarayı daha çekici yapıyordu.” K1

Bu kimlik potansiyelindeki kişiler buldukları ortama göre çok sık kimlik geçişi yaşayıp, kimlikleri sürekli inşa olup yıkılmakta ve ikili şema (içen-içmeyen) içinde

bulunmaktadırlar (Thompson ve ark., 2009). Bu durumu sıkça yaşamak zorunda kalmayan katılımcı 5, ailesinden ayrı şehirlerde yaşadığından ve sigara içtiğinden anne ve babasının haberi olmadığından bahsetmiş, ailesi ile aynı şehirde bulunduğu zamanlar sigara içicisi olmayan bir kimliğe büründüğünden bahsetmiştir:

“Eşim de sigara içtiği için çok sıkıntı yaşamıyoruz, ancak annem hala sigara içtiğimi bilmiyor, bilse eminim çok üzülür ama aynı şehirlerde olmadığımız için saklamakta pek sıkıntı yaşamadım.” K5

Yani sürekli inşa olup yıkılan bir kimlik potansiyelinden ziyade ailesiyle aynı şehirde bulunma sıklığına göre daha yavaş bir süreçte değişen bir kimlikten bahsedebiliriz.

Göçebe kimliğe sahip sigara içicilerinin sigara içmeyenlere göre sigara içmenin olumsuz yanlarını daha tepkisel olarak ortaya koydukları ve sigara içmemeyi ‘sosyal kolaylaştırma’ olarak gördükleri gözlenmektedir (Choi, 2010). Araştırmamızda ise bu durum katılımcı 1 de gözlemlenmiştir. Sigarayı bıraktığını ve bunu herkese söylediğini, ardından sigaraya devam ettiği ancak bunu herkesten gizlediğini söylemiş, hatta bu durumun uzantısı olarak dışarıda sigara içen gördüğünde kendisi içici kimliğinde olmadığı için mutlu olduğunu, kendini içicilerden daha üstün hissettiğini dile getirmiştir:

“Sorulduğunda sigara içmiyorum dediğim için içsem de göstermemeye çalışıyordum, dışarıda sigara içen gördüğümde iyi ki içmiyorum dediğimi hatırlıyorum.” K1

Bu durumda göçebe kimlik içindeki kişilerin, içici kimliğinde bulunmamasının verdiği rahatlık ile diğer kimliğe atfedilen olumsuz özellikleri özellikle dile getirme ve kendini o kimlikten sıyırma eğiliminde oldukları sonucuna varılabilir.

3.4. Elektronik Sigara ve Sigaranın Kimlik Açısından Karşılaştırılması

Araştırmada sigara ve kimlik ilişkisi alanyazın ışığında sorgulanmış ve alanyazın ile paralel sonuçlar bulunmuştur. Örneğin sigara içicilerinin, içici kimliğinden kaçması, araştırmalarda en göze çarpan sonuçlardan olmuş, bu çalışmada da bu durumu gözleme şansımız doğmuştur. Kişilerin bağımlı olduklarını itiraf etmeleri ve sigaranın hayatlarında kapladıkları yerin ne kadar önemli ve vazgeçilmez olduğundan bahsetmelerinden sonra, kimlik ile alakalı sorulara olumsuz yanıt vermeleri kimlik kaçışından bahsetmemizi sağlamıştır. Buna benzer olarak çalışma bulgularında e-sigara ve kimlik konusunu ele alırsak katılımcı 4’ün e-sigara içicisi demek yerine buhar içicisi olduğundan bahsetmesi de e-sigara içiciliğinden kaçışı destekleyebilir diyebiliriz. Ancak

bunun yanında diğerkatılımcıların, e-sigara kullanımını sigara kullanımından ayrıştırması da dikkat çekmektedir. Katılımcılar sigara içiciliğini verilen yanıtlarında oldukça olumsuz olarak kodlarken, e-sigara içiciliği konusunda böyle bir olumsuz dönüş alınmamıştır. Ayrıca bazı katılımcıların elektronik sigarayı ‘seviye atlama’ olarak görmesi, bunun yanında bir katılımcının sigara içerken elektronik sigaraya başlaması ve sigarayı içmeye devam etmesine rağmen kendisini eski içici, yeni elektronik sigara içicisi olarak tanıması, elektronik sigara konusunda bir kimlik kaçınmasının tam tersi bir durumun söz konusu olduğunu göstermektedir. Bu sayede kişilerin e-sigaradan sigaraya kimlik geçişlerinin daha rahat olduğu ve verdikleri yanıtlardan elektronik sigara kullanımının yanında ikili kullanıcı olarak devam etmelerine rağmen elektronik sigara içicisiyim demelerinin kendilerini de bir nevi rahatlatma isteği olabileceği, bu sayede sigara içicisi kimliğine bürünmeden rahat bir şekilde sigara içebileceklerini düşündükleri gözlemlenmiştir.

Elektronik sigaraya devam edenlerin, sigara yerine elektronik sigarayı koymuş olmaları, akla e-sigara ile kimlik ilişkisinin, sigara ve kimlik ilişkisi ile yakın olabileceğini getirebilmektedir. Katılımcılardan elektronik sigaraya devam ederek sigarayı bırakmış olan kişiler, sigaraya duyduğu duygusal desteğin ve hayatlarında kapladıkları yerin büyüklüğünü şimdi elektronik sigaranın aldığını söylemişler ve sigaraya karşı ne hissediyorlar ise elektronik sigaraya karşı aynı şeyi hissettiklerinden bahsetmişlerdir. Buradan yola çıkarsak katılımcılar elektronik sigarayı, alışkanlık, bağımlılık ve duygusal destek bağlamında aynı yere koymuşlar, ancak kimlik açısından aynı konumlandırmamışlardır. Elektronik sigara içiciliği katılımcıları sigara içicisi olmak kadar rahatsız etmemektedir ve bu durumu sigara içicisi olmaya tercih etme eğiliminde olabilecekleri düşünülmüştür. Bunun yanında az da olsa e-sigara içici kimliğinden kaçınan bir katılımcımız olduğu görülmüş bu da e-sigara ve sigaranın kimlik bağlamında kesiştiği noktalardan bir tanesi olmuştur.

SONUÇLAR

Araştırmanın bir sonucu olarak, ikisinin birbirinin alternatifi olmasına rağmen sigara kullanım motivasyonlarının e-sigara kullanım motivasyonlarının birbirinden farklı olduğu gözlemlenmiştir. Sigara kullanımı daha çok sosyal nedenler ve çevre etkisi ile başlamış ve bağımlılık şeklinde devam etmiş ve kişilerin sigara kullanmaya başlama yaşları neredeyse hepsinde ergenlik dönemine tekabül ettiği görülmüştür. Bunun yanında araştırmada e-sigara kullanımının en yaygın kullanılma nedenleri, düzenli sigara kullanıcıları olarak sigarayı bırakmak veya azaltmak, sigaraya duyulan özlem hissini azaltmak ve sigaranın neden olduğu sağlık risklerini azaltmaktır diyebiliriz. Kişilerin ayrıca sigara bırakmanın ardından yaşayabilecekleri stres, boşluk duygusu ve üzüntü yaşamaktan korktukları için e-sigara kullanmaya başladıklarından da bahsedebiliriz. Çalışmada e-sigaraların sigarayı bırakmada önemli bir rol oynayabileceği gözlemlenmiş ancak, katılımcılardan e-sigara kullanarak sigaranın zararlarından uzaklaşmış ve sigarayı bırakmış kişiler, yine de e-sigara kullanmaya devam etmişlerdir. Bu durum çevrelerinden e-sigara ile ilgili aldıkları olumlu tepkiler (rahatsız etmeyen dumanı ve sigaranın sağlıklı alternatifi olması vs.) ile de desteklenmektedir. Yani sonuç olarak sigara içiciliği son bulsa da, eski sigara kullanıcıları, e-sigara içerek vücuda nikotin almaya devam etmektedirler. Bunun yanında, her sigara içicisinin, e-sigara kullanarak sigara kullanımını azaltmadığı da görülmektedir. Bazı kullanıcılar e-sigarayı kısa bir süre kullandıktan sonra sigaraya geri dönmüşlerdir, bunun en büyük sebebi olarak da özellikle ‘nikotin’ açısından yaşanan tatminsizlik duygusundan bahsetmişlerdir, bazıları da medyada e-sigara hakkında sağlık açısından olumsuz eleştiriler olması ardından e-sigarayı bırakmışlardır. Bu da medyanın tütün kullanımındaki etkisini göstermektedir

Kişilerin sigara ile olan ruhsal bağı ve kuvveti araştırmada kişilerin sigarayı betimlemelerinden yola çıkarak analiz edilmiştir. Sigara için ‘ayrılmak istenen sevgili’ ve ‘şeytan’ benzetmesi yapılması bu betimlemelerden en göze çarpanları olmuştur. Bunların yanında kişilerin sigarayı bir nevi stresle başa çıkma yöntemi olarak kullanması ve konsantrasyonu artırıcı bir madde olarak görmesi de sigarayı kendilerine yarar sağlayan bir madde olarak etiketlemelerine yol açmaktadır.

Araştırma çerçevesinde, sigara ve kimlik çeşitleri tartışılmış analiz edilmiş, e-sigara kimlik çeşitleri detaylandırılmış ve aralarındaki fark ve benzerlikler ortaya konmuştur. Bu çerçevede sigaranın, kimlik ile olan ilişkisi yapılan gözlemler sonucunda da ortaya

çıkarmakta ve kimlik faktörünün sigara kullanımı ve sigarayı bırakmada ne kadar önemli olduğu görülmektedir. E-sigara kullanımı ile birlikte sigara içicileri genelde ikili kullanıcı olmaya devam etmiş ve sigarayı bırakmayıp bu durumun şekil değiştirdiğini söylemişlerdir. Sigara içici kimliğini kabullenme düzeyi ve sigara kullanmaya devam etme birbiri ile paralel olarak giden süreçler olarak görülmektedir. Diğer motivasyonel faktörlerin de sigara kullanımını etkilediği bir gerçek olmakla birlikte sigara içici kimliğini kabullenme düzeyi ne kadar yüksekse sigara kullanımına devam etme durumu o kadar yüksektir diyebiliriz. Kişiler kendilerini bağımlı olarak nitelendirmekten kaçınmamakta, ancak kimlik olarak sigara içicisi olarak konumlanmaktan kaçınmaktalar. Sigara kullanıcılığını 'ikinci sınıf vatandaşlık', 'istenilmeyen davranış' olarak görürken, e-sigarayı 'daha üst seviye bir davranış', 'kaçınılması gerekmeyen bir kimlik' olarak görmektedirler. Kaçınmanın bir diğer boyutu göçebe kimlikte görülmekte, kişiler sigara içen ve içmeyen olarak sürekli kimlik geçişleri yaşayarak kimlikleri sürekli inşa olup yıkılmaktadır. E-sigaralar toplum tarafından henüz tepki görmeyen ve sigaralara göre daha az riskli görülen bir sağlık davranışı olduğu için, e-sigara içiciliği, e-sigara kullanıcıları tarafından kaçınılacak bir kimlik olarak görülmemekte, bu da e-sigaralardan vazgeçme durumunda kimliğin oynadığı rolün ne kadar az olduğunu göstermektedir. Kişiler genelde elektronik sigarayı, alışkanlık, bağımlılık ve duygusal destek bağlamında aynı yere koymuşlar, ancak kimlik açısından farklı bir konumlandırma yapmışlardır.

Çalışma sonucunda ortaya çıkan birkaç konudan biri; çalışmanın 1 kadın ve 5 erkek katılımcıdan oluşması nedeniyle çalışmanın sonuçlarında cinsiyet karşılaştırması yapılamaması olmuştur. Araştırmamda cinsiyet dağılımını eşit tutarak, cinsiyet faktörü de araştırılabilirdi ve bu sonuç alanyazına önemli katkılar sağlayabilirdi. Ek olarak, yapılacak olan yeni çalışmalarda "Tiryaki" kimliğinin bağımlı sigara içici kimliğine getirdiği alternatif kimlik daha ayrıntılı araştırılabilir, e-sigara içicisi kimliği yerine "buhar içici" kimliği yeni bir tanımlama, daha iyi anlaşılması için yeni çalışmalarda ele alınabilir. Ayrıca "göçebe kimlik" ile e-sigara ilişkisi, gizli kimlikten açık kimliğe geçiş açısından incelenebilir. E-sigara için toplumsal kabul ve destek "şeytanın yeni bir oyunu" olarak görülebilir mi? sorusuna cevap aranabilir ve son olarak da e-sigaranın iç çatışmayı hafifleten yönü mercek altına alınabilir.

KAYNAKÇA

- Adriaens K, Van Gucht D, Declerck P, Baeyens F: (2014). Effectiveness of the electronic cigarette: an eight-week Flemish study with six-month follow-up on smoking reduction, craving and experienced benefits and complaints. *International journal of environmental research and public health*.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179–211.
- Amos A., Wiltshire S., Haw S., & McNeill A. (2005). Ambivalence and uncertainty: Experiences of and attitudes towards addiction and smoking cessation in the mid-to-late teens. *Health Education Research*, 21, 181–191.
- Amrock, S. M., Zakhar, J., Zhou, S., & Weitzman, M. (2014). Perception of e-cigarettes' harm and its correlation with use among U.S. adolescents. *Nicotine & Tobacco Research*, 17,330–336. doi:10.1093/ntr/ntu156
- Armitage, C. J., Conner, M., & Norman, P. (1999). Differential effects of mood on information processing: Evidence from the theories of reasoned action and planned behaviour. *European Journal of Social Psychology*, 29, 419–433.
- Bandura A, Social learning theory. *New York: General Learning Press; 1971*.
- Bandura A. (1986). Social foundations of thought and action: *A social cognitive theory*. Englewood Cliffs N.J: Prentice Hall.
- Bearss, L. (2018). Reasons for using electronic cigarettes: a systematic review of the literature, 2-3.
- Bell, K. ve Keane, H. (2012). Nicotine control: E-cigarettes, smoking and addiction, *The International Journal Of Drug Policy*, 7-8.
- Benowitz NL, Hukkanen J, Jacob P. (2009). Nicotine chemistry, metabolism, kinetics and biomarkers. *Handb Exp Pharmacol*, 192: 29-60.
- Berg J. (2016). Preferred flavors and reasons for e-cigarette use and discontinued use among never, current, and former smokers. *International Journal of Public Health*, 61:2:225-236. doi: 10.1007/s00038-015-0764-x.
- Berg, C. J., Lust, K. A., Sanem, J. R., Kirch, M. A., Rudie, M., Ehlinger, E., & An, L. C. (2009). Smoker self-identification versus recent smoking among college students. *American Journal of Preventive Medicine*, 36, 333–336.
- Biener L., Hargraves J. L.(2014). A longitudinal study of electronic cigarette use in a population-based sample of adult smokers: association with smoking cessation and motivation to quit. *Nicotine Tob Res*, 39: 491–94.
- Borland R, Owen N, Hill D, and Schofield P. (1991). Predicting attempts and sustained cessation of smoking after the introduction of workplace smoking bans. *Health Psychology*, 10(5):336.

- Brandt, A. (1998) Blow some my way: passive smoking, risk and American culture, in Lock, S., Reynolds, L. ve Tansey, E. Ashes to Ashes: The History of Smoking and Health. Amsterdam: Rodopi, 164–191.
- Brose, L. S., Hitchman, S. C., Brown, J., West, R., ve McNeill, A. (2015). Is the use of electronic cigarettes while smoking associated with smoking cessation attempts, cessation and reduced cigarette consumption? *A survey with a 1-year follow-up, Addiction*, 110, 1160–1168
- Brown A. E., Carpenter M. J., & Sutfin E. L. (2011). Occasional smoking in college: Who, what, when and why? *Addictive Behaviors*, 36, 1199–1204.
- Brown J., West R., Beard E. (2015). Smoking toolkit study. *Electronic cigarettes in England-latest trends*. doi: <http://www.webcitation.org/6XetOuCNJ> (accessed 9 April 2015)
- Büyükataman, İ. (2013). TBMM elektronik sigaralara karşı soru önergesi. doi: <https://www.tbmm.gov.tr/d24/7/7-20564sgc.pdf>
- C., Smith, R. A., & Conner, M. (2003). Applying an extended version of the theory of planned behaviour to physical activity. *Journal of Sports Sciences*, 21, 119–133.
- Charng, H-W., Piliavin, J. A., & Callero, P. L. (1988). Role identity and reasoned action in the prediction of repeated behavior. *Social Psychology Quarterly*, 51, 303–317.
- Choi, K., & Forster, J. L. (2014). Beliefs and experimentation with electronic cigarettes: A prospective analysis among young adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 46, 175–178.
- Choi, Y., Choi, M. S., Rifon, N. (2010). ‘I smoke but I am not a smoker’: phantom smokers and the discrepancy between self-identity and behavior, *Journal Of American College Health*, sayı: 59, no. 2
- Conner, M., & McMillan, B. (1999). Interaction effects in the theory of planned behaviour: Studying cannabis use. *British Journal of Social Psychology*, 38, 195–222.
- Dawkins, L., Turner, J., Roberts, A., & Soar, K. (2013). ‘Vaping’ profiles and preferences: An online survey of electronic cigarette users. *Addiction*, 1115–1125.
- Dacey J: Shocking new e-cigarette study, *The e-cigarette time bomb*. (2014).
- Dockrell M, Morrison R, Bauld L, McNeill A. (2013). E-cigarettes: prevalence and attitudes in Great Britain. *Nicotine Tob. Res*, 37-44.
- Dockrell, M., Morrison, R., Bauld, L., & McNeill, A. (2013). E-cigarettes: Prevalence and attitudes in Great Britain. *Nicotine & Tobacco Research*, 15, 1737–1744.
- Doğanay S, Sözman K, Kalaça S, Ünal B. (2012). Türkiye’de toplumda sigara içme sıklığı nasıl değişiyor? *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi* 2012;10(2), 13-25.

- Doll, R., Peto, R., Boreham, J., & Sutherland, I. (2004). Mortality in relation to smoking: 50 years' observations on male British doctors. *BMJ: British Medical Journal*, 328, 1519. <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.38142.554479.AE>
- Dresler, C. M., León, M. E., Straif, K., Baan, R., & Secretan, B. (2006). Reversal of risk upon quitting smoking. *The Lancet*, 368, 348–349. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(06\)69086-7](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(06)69086-7)
- Etter, J.-F. (2010). Electronic cigarettes: A survey of users. *BMC Public Health*, 10, 231. doi:10.1186/1471-2458-10-231
- Etter, J.-F., & Bullen, C. (2011). Electronic cigarette: Users profile, utilization, satisfaction and perceived efficacy. *Addiction*, 106, 2017–2028.
- Falomir J. M., & Invernizzi F. (1999). The role of social influence and smoker identity in resistance to smoking cessation. *Swiss Journal of Psychology/Schweizerische Zeitschrift für Psychologie/Revue Suisse de Psychologie*, 58, 73–84.
- Farsalinos K. E., Polosa R. (2014). Safety evaluation and risk assessment of electronic cigarettes as tobacco cigarette substitutes: a systematic review. *Ther Adv Drug Saf*; 5: 67–86.
- Farsalinos, K. (2019). E-cigarette use increases the risk of stroke and heart attack: conclusions that constitute epidemiological malpractice. *Scientific Research Blog* doi: <http://www.ecigarette-research.org/research/index.php/whats-new/2019/268-ecig-heart>
- Fekadu, Z., & Kraft, P. (2001). Self-identity in planned behavior perspective: Past behavior and its moderating effects on self-identity-intention relations. *Social Behavior and Personality*, 29, 671–685.
- Freeman M. A., Hennessy E. V., & Marzullo D. M. (2001). Defensive evaluation of antismoking messages among college-age smokers: The role of possible selves. *Health Psychology*, 20, 424–433.
- Gerrard, M., Gibbons, F. X., Lane, D. J., & Stock, M. L. (2005). Smoking cessation: Social comparison level predicts success for adult smokers. *Health Psychology*, 24, 623–629.
- Gibbons, F. X., & Eggleston, T. J. (1996). Smoker networks and the “typical smoker”: A prospective analysis of smoking cessation. *Health Psychology*, 15, 469–477.
- Gilbert E. (2007). Constructing “fashionable” youth identities: Australian young women cigarette smokers. *Journal of Youth Studies*, 10, 1–15.
- Giovenco D. P., Lewis M. J., Delnevo C. D. (2014). Factors associated with e-cigarette use: a national population survey of current and former smokers. *Am J Prev Med*; 47: 476–80.
- Glimcher P. Decisions, decisions, decisions: choosing a biological science of choice. *Neuron* 2002; 36: 323–32.

- Godin, G., Valois, P., Lepage, L., & Desharnais, R. (1992). Predictors of smoking behaviour: An application of Ajzen's theory of planned behaviour. *British Journal of Addiction*, 87, 1335–1343. *and Human Decision Processes*, 50, 179–211.
- Grana RA ve Ling PM. (2014) Smoking revolution: a content analysis of electronic cigarette retail websites, *Am J Prev Med.*, 395-403.
- Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L. D. (2006). Self-identity and the self-identity and smoking cessation theory of planned behaviour: Between- and within-participants analyses. *British Journal of Social Psychology*, 45, 731–757
- Hagger, M. S., Anderson, M., Kyriakaki, M., & Darkings, S. (2007). Aspects of identity and their influence on intentional behavior: Comparing effects for three health behaviors. *Personality and Individual Differences*, 42, 355–367.
- Hajek P, Etter JF, Benowitz N, Eissenberg T, McRobbie H. (2014). Electronic cigarettes: review of use, content, safety, effects on smokers and potential for harm and benefit., 1801–1810.
- Hamilton, K., & White, K. M. (2008). Extending the theory of planned behavior: The role of self and social influences in predicting adolescent regular moderate-to-vigorous physical activity. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30, 56–74.
- Harrel P., Simmons, V., Pinero, B., Correa, J., Menzie, N., Unrod, M., Brandon, T. (2015). E-cigarettes and expectancies: why do some users keep smoking? *Free PMC Article*.
- Harrell P. T., Juliano L. M. Caffeine expectancies influence the subjective and behavioral effects of caffeine. *Psychopharmacology (Berl)* 2009; 207: 335–42.
- Hertel A. W., & Mermelstein R. J. (2012). Smoker identity and smoking escalation among adolescents. *Health Psychology*, 31, 467–475.
- Hitlin, S. (2003). Values as the core of personal identity: Drawing links between two theories of self. *Social Psychology Quarterly*, 66, 118–137.
- Hoek J., Maubach N., Stevenson R., Gendall P., & Edwards R. (2013). Social smokers' management of conflicted identities. *Tobacco Control. An International Journal*, 22, 261–265.
- Hogg, M. A. (2006). Social identity theory. In P. J. Burke (Ed.), *Contemporary social psychological theories*. Stanford, CA: *Stanford University Press.*, 111–136..
- Hoie M., Moan I. S., & Rise J. (2010). An extended version of the theory of planned behavior: Prediction of intentions to quit smoking using past behavior as moderator. *Addiction Research & Theory*, 18, 572–585.
- Hummel K, Hoving C, Nagelhout GE, Vries Hd, Putter Bvd, Candel MJJM. (2015). Prevalence and reasons for use of electronic cigarettes among smokers: Findings from the International Tobacco Control (ICT) Netherlands Survey. *International Journal of Drugs Policy*.

- Jia, H., Zack, M. M., Thompson, W. W., ve Dube, S. R. (2013). Quality adjusted life expectancy (QALE) loss due to smoking in the United States. *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care & Rehabilitation*, 22, 27–35. <http://dx.doi.org/10.1007/s11136-012-0118-6>.
- Johnson J. L., Lovato C. Y., Maggi S., Ratner P. A., Shoveller J., Baillie L., & Kalaw C. (2003). Smoking and adolescence: Narratives of identity. *Research in Nursing & Health*, 26, 387–397.
- Kalınkılıç, E. (2017) ,Sigara kullanan ve kullanmayan genç yetişkin erkeklerde olumsuz duygu durumun dikkat yanlılığına etkileri (Yüksek lisans tezi). *Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara*.
- Kalkhoran S, Grana RA, Neillands TB, Ling PM. (2015). Dual use of smokeless tobacco or e-cigarettes with cigarettes and cessation. *American Journal of Health Behavior*, 39:2:277-284. doi: 10.5993/AJHB.39.2.14.
- Kanıt L., Keser A. (2010). Tütün bağımlılığının biyofizyolojisi. Tütün ve Tütün Kontrolü. *Türk Toraks Derneği Yayını* 10: 141-56. 3.
- Kearney, M. H., & O’Sullivan, J. (2003). Identity shifts as turning points in health behavior change. *Western Journal of Nursing Research*, 25, 134 –152. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/0193945902250032>.
- King BA, Alam S, Promoff G, Arrazola R, Dube SR. (2010-2011). Awareness and ever-use of electronic cigarettes among U.S. adults, 2-3.
- Kohrman, M. (2004) Should I quit? Tobacco, fraught identity, and the risks of governmentality in urban China. *Urban Anthropology and Studies of Cultural Systems and World Economic Development* 33: 211–245.
- Kuloğlu, N. (2015). Genç kuşakta riskli sağlık davranışları (kırklareli üniversitesi öğrencileri örneği), (Yüksek Lisans Tezi). *Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.
- Lennon A., Gallois C., Owen N., & McDermott L. (2005). Young women as smokers and nonsmokers: A qualitative social identity approach. *Qualitative Health Research*, 15, 1345–1359.
- Lichtenstein, E., & Glasgow, R. E. (1992). Smoking cessation: What have we learned over the past decade? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60(4), 518-527.
- MacFadyen L., Amos A., Hastings G., & Parkes E. (2003). They look like my kind of people”—perceptions of smoking images in youth magazines. *Social Science & Medicine*, 56, 491–499.
- Markus H., & Nurius P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954–969.

- McMillen RC, Gottlieb MA, Shaefer RM, Winickoff JP, Klein JD, (2014). Trends in Electronic Cigarette use among u.s. adults: use is increasing in both smokers and nonsmokers. *Nicotine & Tobacco Research*, 1195–1202.
- Michie S., Richardson M., Johnston M., Abraham C., Francis J., Hardeman W., et al. Wood C. E. (2013). The behavior change technique taxonomy (v1) of 93 hierarchically clustered techniques: Building an international consensus for the reporting of behavior change interventions. *Annals of Behavioral Medicine*, 46, 81–95.
- Moan, I. S., & Rise, J. (2005). Quitting smoking: Applying an extended version of the theory of planned behavior to predict intention and behavior. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 10, 39–68.
- Moffat B. M., & Johnson J. L. (2001). Through the haze of cigarettes: Teenage girls' stories about cigarette addiction. *Qualitative Health Research*, 11, 668–681.
- Moore, R. (2005). The sociological impact of attitudes toward smoking: secondary effects of the demarketing of smoking, *The Journal of Social Psychology* 145: 703–718.
- Morissette SB, Brown TA, Kamholz BW, et al (2006) Differences Between Smokers and Nonsmokers with Anxiety Disorders. *Anxiety Disorder*, 597–613.
- Nichter, M., Carkoglu, A., Reconsidering stress and smoking: A qualitative study among college students. *Tobacco Control*, 211–214.
- Norman, P., Conner, M., & Bell, R. (1999). The theory of planned behavior and smoking cessation. *Health Psychology*, 18, 89–94.
- Nuehring, E. and Markle, G. (1974) Nicotine and norms: the re-emergence of a deviant behaviour. *Social Problems* 21: 513–526.
- Oyserman, D., Fryberg, S. A., & Yoder, N. (2007). Identity-based motivation and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 1011–1027. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.93.6.1011>.
- Park, S. H., Lee, L., Shearston, J. A. ve Weitzman, M. (2016). Patterns of electronic cigarette use and level of psychological distress. *Ploze One*, doi: 10.1371/journal.pone.0173625
- Peters, R. J., Jr., Meshack, A., Lin, M. T., Hill, M., & Abughosh, S. (2013). The social norms and beliefs of teenage male electronic cigarette use. *Journal of Ethnicity in Substance Abuse*, 12, 300–307.
- Pietkiewicz, I. & Smith, J.A. (2012) A practical guide to using Interpretative Phenomenological Analysis in qualitative research psychology. *Psychological Journal*, 361-369.
- Pirie, K., Peto, R., Reeves, G. K., Green, J., Beral, V., & the Million Women Study Collaborators. (2013). The 21st century hazards of smoking and benefits of stopping: A prospective study of one million women in the UK. *The Lancet*, 381, 133–141. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)61720-6](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(12)61720-6)

- Pokhrel, P., & Herzog, T. A. (2014). Reasons for quitting cigarette smoking and electronic cigarette use for cessation help. *Psychology of Addictive Behaviors*, 29, 114–121. doi:10.1037/adb0000025
- Pokhrel, P., Fagan, P., Little, M. A., Kawamoto, C. T., & Herzog, T. A. (2013). Smokers who try e-cigarettes to quit smoking: Findings from a multiethnic study in Hawaii. *American Journal of Public Health*, 103, e57–e62.
- Public Health England, (2019).
doi:<https://www.gov.uk/government/publications/vaping-in-england-an-evidence->
- Putte, P. V. D., Willemsen, M. C. ve Yzer, M. C. (2009). The effects of smoking self-identity and quitting self-identity on attempts to quit smoking. *Article in Health Psychology*.
- Reid, A., & Deaux, K. (1996). Relationship between social and personal identities: Segregation or integration? *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1084–1091.
- Rettner, R. (2019) E-cigarettes heart attacks strokes. Live Science e- dergi, doi: <https://www.livescience.com/64629-e-cigarettes-heart-attacks-strokes.html>.
- Rezvanfard M., Ekhtiari H., Mokri A. (2009). Psychological and behavioral traits in smokers and their relationship with nicotine dependence level. *Archives of Iranian Medicine*. 13:395-405.
- Rooke C., Amos A., Hight G., & Hargreaves K. (2013). Smoking spaces and practices in pubs, bars and clubs: Young adults and the English smokefree legislation. *Health & Place*, 19, 108–115.
- Roth S, Cohen LJ (1986) Approach, Avoidance, and Coping in Stress. *American Psychologist*, 41: 813–819.
- Sarason, I. G., Mankowski, E. S., Peterson JR, Arthur, V. ve Dinh, K. T. (1992). Adolescents' Reasons for Smoking. *School Health* Sayı 62, Issue 5, 185-190.
- Scheffels J., Schou K. C. (2007). To be one who continues to smoke: Construction of legitimacy and meaning in young adults' accounts of smoking. *Addiction Research & Theory*, 15, 161–176.
- Schlam T. R., Baker T. B. (2013). Interventions for tobacco smoking. *Annu Rev Clin Psychology*; 9: 675–702.
- Simmons, V. N., Gwendolyn, P. Q., Harrel, P. T., Meltzer, L. R., Correa, J. B., Unrod, M. ve Brandon, T. H. (2016) E-cigarette use in adults: a qualitative study of users' perceptions and future use intentions, *Addiction Research & Theory*, sayı 24, no. 4, 313–321 <http://dx.doi.org/10.3109/16066359.2016.1139700>
- Smith, J. A., Osborn, M. (2007). Interpretative phenomenological analysis, *Qualitative Psychology*, 53-55.

- Smith, J. R., Terry, D. J., Manstead, A. S. R., Louis, W. R., Kotterman, D., & Wolfs, J. (2007). Interaction effects in the theory of planned behavior: The interplay of self-identity and past behavior. *Journal of Applied Social Psychology, 37*, 2726–2750.
- Song A. V., & Ling P. M. (2011). Social smoking among young adults: Investigation of intentions and attempts to quit. *American Journal of Public Health, 101*, 1291–1296.
- Sparks, P., Shepherd, R. (1992). Self-identity and the theory of planned behavior: Assessing the role of identification with “green consumerism”. *Social Psychology Quarterly, 55*, 388–399.
- Stets, J. E. (2006). Identity theory. In P. J. Burke (Ed.), *Contemporary social psychological theories*. Stanford, CA: Stanford University Press, 88–110.
- Sutfin E. L., McCoy T. P., Morrell H. E., Hoepfner B. B., Wolfso M. Electronic cigarette use by college students. *Drug Alcohol Depend, 131*: 214–21.
- T.C. Sağlık Bakanlığı (2015), Ulusal tütün kontrol programı eylem planı.
- Taylor, G., McNeill, A., Girling, A., Farley, A., Lindson-Hawley, N., & Aveyard, P. (2014). Change in mental health after smoking cessation: Systematic review and meta-analysis. *BMJ: British Medical Journal, 348*, g1151. doi: <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.g1151>.
- Terry, D. J., Hogg, M. A., & White, K. M. (1999). The theory of planned behaviour: Self-identity, social identity and group norms. *British Journal of Social Psychology, 38*, 225–244.
- Thompson, L., Pearce, J. and Barnett, R. (2007) Moralising geographies: stigma, smoking islands and responsible subjects. *Area 39*: 508–517.
- Thompson, L., Pearce, J. ve Barnett, R. (2009). Nomadic identities and socio-spatial competence: making sense of post-smoking selves. *Social & Cultural Geography*, sayı: 10, No. 5.
- Tombor I., Shahab L., Brown J., & West R. (2013). Positive smoker identity as a barrier to quitting smoking: Findings from a national survey of smokers in England. *Drug and Alcohol Dependence, 133*, 740–745.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2012), Küresel Yetişkin Tütün Araştırması.
- Vangeli, E., West, R. (2012). Transition towards a ‘non-smoker’ identity following smoking cessation: An interpretative phenomenological analysis. *British Journal of Health Psychology, 17*, 171–184.
- Vignoles, V. L., Schwartz, S. J., Luyckx, K. (2011). Introduction: Toward an integrative view of identity. *Handbook of Identity Theory and Research*, 1-27.

- Walsh, S. P., & White, K. M. (2007). Me, my mobile, and I: The role of self- and prototypical identity influences in the prediction of mobile phone behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 37, 2405–2434..
- West R., Brown J. (2014). Smoking in England—latest statistics. *Smoking Toolkit Study*. doi: <http://www.webcitation.org/6XetOuCNJ>.
- West, R. (2006). The PRIME theory of motivation and its application to smoking cessation. *UK Ulusal Sigara Bırakma Konferansı*.
- West, R. (2006). Theory of addiction. Oxford, UK: *Blackwell Publishing*.
- Wetter DW, Smith SS, Kenford SL, et al (1994) Smoking outcome expectancies: factor structure, predictive validity, and discriminant Validity. *J Abnorm Psychol*, 113; 801-811.
- Wiltshire S., Amos A., Haw S., & McNeill A. (2005). Image, context and transition: Smoking in mid-to-late adolescence. *Journal of Adolescence*, 28, 603–617.
- World Health Organisation (2005) WHO policy on nonrecruitment of smokers or other tobacco users. *Frequently Asked Questions*, doi: http://www.who.int/Employment/FAQs_smoking_English.pdf.

EKLER

EK-1: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma Ufuk Üniversitesi- Psikoloji Bölümü'nde yürütülen bir araştırmadır. Bu çalışmanın amacı; sigara ve e-sigara kullanımının kimlik üzerine olan etkilerinin incelenmesidir.

Lütfen soruları olması gerektiğini düşündüğünüz biçimde değil, sizin düşüncelerinizi tüm gerçekliği ile yansıtacak biçimde cevap veriniz. Samimi ve içtenlikle vereceğiniz cevaplar çalışmanın sağlığı açısından çok önemlidir.

Görüşme esnasında izniniz dâhilinde ses kaydı alınacak olup, araştırma dışında herhangi bir alanda kullanılmayacaktır.

Sizden araştırma soruları üzerinde belirtilecek hiçbir kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmeyecektir. Cevaplarınız sadece araştırmanın amacına uygun olarak bilimsel açıdan kullanılacak ve gizli tutulacaktır.

Bu çalışmaya katılmayı kabul edebilir, reddedebilirsiniz ayrıca çalışmanın herhangi bir yerinde onayınızı çekme hakkına da sahiptir. Ancak formları sonuna kadar ve eksiksiz doldurmanız, bu araştırmanın geçerli olabilmesi için önem taşımaktadır.

Çalışma ile ilgili herhangi bir bilgi almak isterseniz, aşağıdaki elektronik iletişim adresinden ulaşabilirsiniz.

Araştırma Koordinatörü: Dr. Öğr. Üyesi: Seda Usübütün

e-posta adresi: sedausubutun@yahoo.com

Araştırmacı: Elif İnce Duruk

e-posta adresi: inceelifus@hotmail.com

Katılımlarınız ve ayırdığınız vakit için şimdiden teşekkür ederiz.

Katılımcı beyanı:

Araştırma ile ilgili yukarıdaki bilgiler bana aktarıldı. Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul ediyorum. Bu araştırmada 'katılımcı' olarak yer alma kararını aldım.

İsim Soyad:

İmza:

EK-2 Araştırmacı Tarafından Hazırlanmış Soru Çizelgesi

1. Tütün ve tütün mamullerinden şimdiye kadar hangilerini kullandınız? şuanda aktif olarak hangisini kullanmaktasınız?
 - ‘Kullanılan tütün mamulü veya mamullerini’ kaç senedir kullanıyorsunuz?
 - E-sigara veya sigarayı hangi sıklıkta içiyorsunuz?
 - Ne zaman hangisini kullanıyorsunuz? (sigara, nargile ve sigara içenler için)
2. Kullandığınız tütün mamulüne kaç yaşında ve nasıl başladınız?
3. Kullandığınız tütün ve tütün mamullerinin zararları konusunda bilginiz var mı?
4. Daha önce de sigarayı bırakma konusunda girişiminiz oldu mu? Bu konuda ne kadar başarılı oldunuz? Bu konudaki deneyimlerinizden biraz bahseder misiniz?
5. E-sigaraya sigarayı bırakmak için mi yoksa devam etmek için mi başladınız?
6. Eğer öyleyse... Diğer metotlar yerine sigarayı bırakmada e-sigarayı tercih etme sebepleriniz nelerdir?
7. Sigarayı bırakmada e-sigara dışındaki diğer yaklaşım ve engellemeler ne kadar etkili?
8. E- sigaranın sigarayı bırakmanızda ne kadar etkili olduğunu düşünüyorsunuz?
9. Sigara kullanıcısı olarak, sigara kullanmada kişisel ve sosyal motivasyonlarınız nelerdir?
10. Sigara içmenizle ilgili aile, arkadaş ve yakın çevrenizden ne gibi tepkiler alıyorsunuz? Bunlar sizi nasıl etkiliyor?
11. Sigara kullanıcısı iken e- sigaraya geçiş sebebiniz nelerdir? Sağlık, finansal durumunuz veya çevre ne kadar etkili olmuştur?
12. ‘Sigara içen’ terimi ile kişisel olarak nasıl bir bağlantı kuruyorsunuz?

- sigara içmeyi hayatınızın bir parçası olarak görüyor musunuz ve kim olduğunuzu yansıttığını düşünüyor musunuz?

13. E-sigara kullanımından önce kendinizi kimlik olarak nasıl tanımlıyordunuz? Şimdi nasıl tanımlıyorsunuz? Sigara kullanıyorum, e- sigara kullanıcısıyım, ikisi de değilim.. gibi?

- Bu ifadenin sizin için ne kadar geçerli olduğunu düşünüyorsunuz?
- E-sigara kullanma deneyimlerinizin kendinizi herhangi bir şekilde sigara tiryakisi olarak görme durumunuzu değiştirdiğini düşünüyor musunuz?

14. Şuan sigarayı bırakmış haliniz ile daha önce sigara içerken ki haliniz arasında olumlu veya olumsuz bir fark görüyor musunuz?

15. - Sigara kullanmak yaşamınızda nasıl bir yer kaplıyor? Yaşamınızda olmasa bir eksiklik hisseder misiniz? Nasıl bir eksiklik?

16. Sigarayı bırakmanızda çevrenizin rolü nasıl oldu? Destekleri sizin için önemli miydi?

17. Sigara içmeyi özleyiyor musunuz? (Eğer özleyiyor ise) Tam olarak neyi özleyorsunuz?

Son olarak birkaç soruya daha cevap verebilerseniz sevinirim;

Yaşınız:

Yaşadığınız şehir:

Mesleğiniz;

Cinsiyet:

EK-3: Etik Kurul Belgesi



T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU

Karar Tarihi : 18.04.2019
Toplantı Sayısı : 2019/3
Karar Sayısı : 2019/38

Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü tarafından 02.04.2019 tarih ve 96064710-5014.10-E.2882 sayılı yazı ile Kurulumuza gönderilen, Psikoloji Yüksek Lisans programı tezli yüksek lisans öğrencisi Elif İNCE DURUK'un, Dr. Öğretim Üyesi Seda USUBÜTÜN'ün tez danışmanlığında devam ettirdiği "Sigara ve E-Sigara Kullanımının Kimlik Üzerine Olan Etiklerinin İncelenmesi: Nitel bir çalışma" başlıklı tez çalışmasına ilişkin başvurusu görüşüldü.

Yapılan incelemeler sonucunda hazırlanan tez çalışmasının, bilimsel araştırma ve yayın etiği açısından uygun olduğuna karar verildi.

ETİK KURUL ÜYELERİ	İMZA
Prof. Dr. Semih BÜKER	
Prof. Dr. Cenap ERDEMİR	
Prof. Dr. Emel ERDOĞAN BAKAR	
Prof. Dr. Orhan AYDIN	
Prof. Dr. Mehmet TOMANBAY	
Prof. Dr. Türkmen DERDİYOK	
Prof. Dr. C. Sencer İMER	

ADRES : Ufuk Üniversitesi İncek Şehit Savcı Mehmet Selim Kiraz Bulvarı No:129 (06836) İncek-Gölbaşı -Ankara

Tel : (0312) 586 70 00 Faks : (0312) 586 71 24

www.ufuk.edu.tr e-mail : irtikim@ufuk.edu.tr

EK-4: Özgeçmiş

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı: Elif İNCE DURUK

Doğum Yeri ve Tarihi: Ankara, 30/07/1988

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi: Yeditepe Üniversitesi Antropoloji Bölümü

2006-2012

Yüksek Lisans Öğrenimi: Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı

2013-2019

Bildiği Yabancı Diller: İngilizce

Bilimsel Faaliyetleri :

İş Deneyimi

Stajlar :

Projeler :

Çalıştığı Kurumlar:

Unilever Algida (2019-halen)

Yeditepe Üniversitesi (2013-2015)

İletişim:

E posta Adresi: inceelifus@hotmail.com

Tarih: 27/05/2019